



Bin kurz Therapie machen. 10:25 ✓

Wo? 10:26

Parkklinik Heiligenfeld. 10:26 ✓

In 14 Tagen zurück. 10:27 ✓



10:27 ✓

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

als stellvertretender Ärztlicher Direktor der Heiligenfeld Kliniken und Chefarzt der Parkklinik Heiligenfeld ist es mir ein zentrales Anliegen, für unsere Patientinnen und Patienten ein vertrauensvoller Ansprechpartner zu sein. Gerade in Zeiten des Umbruchs, der sich ständig ändernden Herausforderungen und der Orientierungslosigkeit ist es wichtig, eine verlässliche und professionelle Unterstützung zu haben. Wir in den Heiligenfeld Kliniken sind für Sie da!

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

Ihr Dr. med. Hans-Peter Selmaier

Kurzzeittherapie in der Parkklinik Heiligenfeld

Neues Angebot – intensive 14-tägige Therapie

Wenig Zeit – kein Ersatz – unakkömmlich?

Menschen in Führungspositionen und besonderer Verantwortung kennen die „Argumente“, die gegen eine längere Pause sprechen. Und doch kann es so wichtig sein, sich Zeit für sich selbst zu nehmen, um einen Burn-out zu vermeiden und die Lebensqualität zu verbessern.

Für alle, die sich aus den unterschiedlichsten Gründen keine längere Abwesenheit erlauben können, bieten wir nun eine 14-tägige intensive Therapie in der Parkklinik Heiligenfeld an. Innerhalb kurzer Zeit werden individuelle Problemstellungen bearbeitet, die persönliche Resilienz gestärkt und Bewältigungsstrategien für den Alltag vermittelt.



Der oder die Bezugstherapeut*in begleitet die Patient*innen persönlich und hochkompetent. Neben der primären Einzeltherapie durch Bezugstherapeut*in, Chefarzt, Oberarzt*ärztin sowie Kreativtherapeut*in kommen ausgewählte Gruppenangebote sowie Physiotherapie und Massagen zur Anwendung. Körper, Geist und Seele finden so wieder ins Gleichgewicht. Nach Eingang der Kostenzusage oder als Selbstzahler*in ist eine schnelle Aufnahme innerhalb von ein bis zwei Wochen möglich.

Dr. med. Hans-Peter Selmaier, ausgezeichneter Spitzenmediziner (FOCUS GESUNDHEIT) und Chefarzt der Parkklinik Heiligenfeld beschreibt die Vorteile dieses An-

Wir unterstützen Sie!

Uns ist es wichtig, Ihnen die Aufnahme in unsere Kliniken so einfach wie möglich zu machen.



Anke Stollberger
Leitung Aufnahme

„Wir begleiten Sie sicher durch die Aufnahmeformalitäten! Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.“

Informationen und Kontakt:



0971 84-4444

heiligenfeld.de/aufnahme



Heiligenfeld
Parkklinik Bad Kissingen

Bin kurz Therapie machen. 08:10 ✓

Wo? 08:11

Parkklinik Heiligenfeld. 08:11 ✓

In 14 Tagen zurück. 08:12 ✓

Leben lieben

kurzzeit.heiligenfeld.de
Psychosomatische Spitzenmedizin

gebots: „Neben einer zügigen Entlastung kann die Kurzzeittherapie schnell zu einer deutlichen Besserung des psychischen Befundes, zu beachtenswerten Verhaltensänderungen und einer besseren Kommunikation mit anderen, aber auch mit sich selbst führen. Durch die Konzentration auf das persönlich Relevante, das heißt eine Fokussierung auf abgrenzbare Konflikte, kann der therapeutische Prozess beschleunigt werden.

Insgesamt nehmen in einer stationären Kurzzeittherapie Symptombelastung und Körperbeschwerden deutlich und anhaltend ab. Patient*innen können durch eine aktivere therapeutische Unterstützung und Problemkonfrontation schneller in

ihren Lebensalltag zurückkehren und dort neue Erfahrungen, Kompetenzen und Kommunikationsformen zur Bewältigung anwenden. Der Bezug zum Alltag und zur Umgebung droht nicht verloren zu gehen. Patient*innen können passive Haltungen schneller hinter sich lassen und sich selbst wieder selbstwirksam erleben. Eine Aufwärtsspirale wird in Gang gesetzt. Auch körperliche Aktivität und Fitness werden schnell gestärkt.“

Das vollständige Interview können Sie auf unserem BLOG nachlesen:



Die Heiligenfeld Kliniken

In den Heiligenfeld Kliniken setzen wir therapeutische Standards in der stationären psychosomatischen Behandlung. Die von uns gelebte Verbindung aus Therapieviefalt, Werteorientierung und Ganzheitlichkeit macht uns einzigartig und somit genau zum richtigen Ort für Sie. In einer haltgebenden therapeutischen Gemeinschaft entsteht ein innerer und äußerer Raum für Heilung.



„Leben lieben“ in seiner Vielfalt trägt uns!



Erfahrungsbericht einer Patientin

In diesem Podcast berichtet eine Patientin der Parkklinik Heiligenfeld über ihre Post-COVID-Erkrankung und ihre Behandlung in unserer Klinik.



post-covid.heiligenfeld.de

Post-COVID-Therapie

Jetzt auch in unseren Privatkliniken - Intensive Stärkung der psychischen und körperlichen Gesundheit

Müdigkeit, Erschöpfung, Herzrhythmusstörungen, Konzentrations- oder Merkfähigkeitsstörungen, Schmerzen im ganzen Körper, Luftnot - das sind nur einige der Symptome, von denen Menschen mit einer Post-COVID-Erkrankung berichten. Neben den körperlichen Symptomen können die psychischen Belastungen bei Post-COVID so stark werden, dass sie behandlungsbedürftig sind.

Unabhängig von der Krankheitsschwere können an COVID-19-Erkrankte auch noch lange nach ihrer akuten Infektion an körperlichen oder psychischen Beeinträchtigungen leiden. Es trifft Menschen jeden Alters – Kinder und Jugendliche, Erwachsene und ältere Menschen.

In unserer **Parkklinik Heiligenfeld** in Bad Kissingen bieten wir ein spezielles Behandlungskonzept für Post-COVID an. Nach Art und Schweregrad der Symptome erfolgt eine multimodale und integrative Therapie, durch Ärzt*innen verschiedener Fachrichtungen, Klinische Psycholog*innen, Bewegungs-, Sport- und Physiotherapeut*innen sowie Ernährungsberater*innen und Sozialpädagog*innen.

Wesentlicher tragender Bestandteil ist die Therapeutische Gemeinschaft, die Schutz, Halt und Verbundenheit vermittelt. Als sehr günstig erweisen sich achtsamkeitsbasierte und meditative Therapieansätze, wie verschie-

dene Arten von Meditation, Yoga und QiGong. Insgesamt erreichen wir über eine bessere Stressbewältigung eine Steigerung von Resilienz und Immunabwehr.

Konkrete Übungen helfen dabei, sich selbst im Gleichgewicht zu halten, auch im Kontakt mit anderen. Hervorzuheben ist unser körper- und kreativtherapeutisches Angebot. Dazu gehören Achtsamkeitstraining, die Gruppe „Lebensenergie und Aggression“, Reittherapie, Kunsttherapie, kreative Medien, sanfte Bewegung im körperwarmen Wasser, Rhythmustherapie, heilsames Singen und Atem- und Bewegungstherapie. Sanfte Sporttherapie in der Gruppe dient hierbei nicht nur der körperlichen Fitness, sondern auch dem positiven Erleben des eigenen Körpers und dem Erleben von Gemeinschaft und Verbundenheit.

Am Standort Bad Kissingen kann durch die enge Vernetzung der **Parkklinik Heiligenfeld** mit der **Luitpoldklinik Heiligenfeld** eine ausführliche somatische und psychosomatische Diagnostik und eine passgenaue, integrative Therapie sichergestellt werden. Die **Heiligenfeld Klinik Berlin** kooperiert für die bestmögliche medizinische Versorgung unserer Patient*innen mit dem Unfallkrankenhaus Berlin (ukb).



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de



V. l.: Dr. med. Jörg Ziegler (Ärztlicher Direktor der Heiligenfeld Kliniken) und Dr. med. Hans-Peter Selmaier (Chefarzt der Parkklinik Heiligenfeld, stellv. Ärztlicher Direktor)

Ausgezeichnet!

Spitzenmediziner in den Heiligenfeld Kliniken

Das gefragte Ratgebermagazin FOCUS GESUNDHEIT hat die große Ärzteliste 2022 mit Deutschlands TOP-Medizinern veröffentlicht. Dr. med. Hans-Peter Selmaier, Chefarzt der Parkklinik Heiligenfeld und stellv. Ärztlicher Direktor der Heiligenfeld Kliniken, erhielt die Auszeichnung im Fachbereich Psychosomatik.

Nicht ganz unerwartet ist diese Auszeichnung, wurde Selmaier doch in der letzten Zeit oft als Experte von den verschiedensten Medien angefragt. Seine Spezialgebiete in der Psychosomatik sind Depression, Hochsensibilität und nicht zuletzt die komplexen Symptomkonstellationen Post-COVID und Long-COVID. Dem Thema „Wachstum in Krisenzeiten“ begegnet er mit praktischen Lösungsansätzen.

Überaus glücklich zeigt sich Selmaier mit dieser Anerkennung seiner Arbeit. „Bei der Angabe meiner ärztlichen Aktivitäten und beruflichen Stationen hätte ich nicht gedacht, dass ich einmal ausgezeichnet werde“, so Selmaier, und ergänzt in seiner bekannt bescheidenen Art: „Ich übe meinen Beruf so aus, wie ich ihn erlernt habe, mit Menschlichkeit und Sympathie für jeden einzelnen Patienten und jede einzelne Patientin.“

Podcast Spitzenmediziner:

Erfahren Sie mehr im Interview mit Dr. med. Hans-Peter Selmaier.

