

REGIOMED REHA-Klinik Masserberg gemeinnützige GmbH
Hauptstraße 18 · 98666 Masserberg

Deutsche Akademie für Waldbaden
und Gesundheit
Bornergasse 15

76829 Landau

REGIOMED Rehaklinik Masserberg

Ihr Ansprechpartner/-in

Vorname Name
Funktion

Durchwahl

Telefon 036870 81-533

Telefax 036870 81-498

d.sallmann@rehaklinik-thueringen.de

Unser Zeichen DoSa/ChPe

Schreiben Waldbaden

Masserberg, 10.10.19

www.rehaklinik-thueringen.de

Die REGIOMED REHA-Klinik Masserberg liegt im heilklimatischen Kurort Masserberg, im südlichen Thüringer Wald, mitten im „Grünen Herz Deutschlands“, fernab jeglicher Industrie in einem Stück unberührter Natur. Durch die Lage auf 850 m Höhe findet sich ein angenehmes Höhenreizklima. Die Klinik verfügt über 110 Zimmer für onkologische Rehabilitanden bei insgesamt 235 Zimmern.

Seit März 2019 wird Shinrin Yoku (Waldbaden) als Achtsamkeitsorientierte Bewegungstherapie für die onkologischen Rehabilitanden angeboten. Eigens dafür hat die Chefärztin Frau Doreen Sallmann die Ausbildung über die Deutsche Akademie für Waldbaden absolviert. Seitdem besteht eine enge Kooperation mit der Akademie. Dabei unterstützt die Akademie sowohl in der Umsetzung und Anleitung als auch bei der Entwicklung des weiteren Konzeptes.

Zudem ist es geplant, Studien durchzuführen, um zu evaluieren, wie sich die Therapie auf die Lebensqualität auswirkt. Ein weiterer Ausbau der Achtsamkeitstherapie durch Etablierung der Mind Body Therapie ist ab 2020 vorgesehen. Die Ausbildung zusätzlicher Therapeuten über die Akademie für Waldbaden ist vorgesehen. Die Akademie agiert hierbei als Bildungsträger. Zudem bietet die Akademie ein gutes Netzwerk und ist inhaltlich sehr gut aufgestellt, um die Methode des Waldbadens gut zu unterrichten. Auch eine Weiterentwicklung der Ausbildung ist vorgesehen.

Wir planen, das Therapieangebot nach der Ausbildung weiterer Therapeuten über die Akademie auch auf die anderen Indikationen der Klinik (Orthopädie und Augenheilkunde) auszuweiten.

Aus den bisherigen Erfahrungen zeigt sich, dass das Angebot Shinrin Yoku durch die onkologischen Rehabilitanden nicht nur sehr gut angenommen wird, sondern auch erste Erfolge zu sehen sind. Da die Studien noch nicht gestartet sind, gibt es jedoch keinen messbaren Therapieerfolg.

Die Rehabilitanden berichten aber von einigen Veränderungen. Dabei ist es nicht nur die Stressreduktion, sondern auch eine Veränderung der Körperwahrnehmung. Sich selbst nach einer schweren Erkrankung wieder wahrnehmen zu können, ist für viele etwas ganz Besonderes. Auch das Herauskommen aus dem Alltag, die bewusste Langsamkeit und das Wahrnehmen der Natur sorgen für eine Veränderung des bisherigen Lebensstils. Viele Rehabilitanden gehen nach einem einmaligen Waldbad immer wieder in den Wald, haben teilweise auch ihre „eigenen“ Bäume, die sie regelmäßig besuchen.

Alles in allem passt Shinrin Yoku nicht nur gut in die Region Masserbergs, sondern auch gut in die Therapie onkologischer Rehabilitanden. Mit der Akademie für Waldbaden haben wir hier einen zuverlässigen Partner gefunden, um das Angebot zu erweitern und inhaltlich weiter auszubauen.



Doreen Sallmann
Fachärztin für Innere Medizin und
Hämatologie und Onkologie
Chefärztin Onkologie