

## **Waldtherapie in Wartenberg: Neue Wege für die Gesundheit älterer Menschen**

Die Klinik Wartenberg testet Waldtherapie für geriatrische Patienten zur Verbesserung von Lebensqualität und Vitalparametern.

## **Waldtherapie in Wartenberg: Ein Schritt in die Zukunft der Geriatrie**

Die Natur als Heilmittel – ein Konzept, das an der Klinik Wartenberg jetzt in eine innovative Studie zum Einsatz kommt. Hier wird untersucht, inwiefern Waldtherapie einen positiven Einfluss auf die Lebensqualität und die Vitalparameter bei geriatrischen Patienten haben kann. Diese spannende Initiative zielt darauf ab, Wege zu finden, wie die Natur zur Genesung älterer Menschen beitragen kann.

## **Wichtige Unterstützung durch die Politik**

Die bayerische Gesundheitsministerin Judith Gerlach besuchte die Klinik, um sich von der Idee der Waldtherapie zu überzeugen und ihre Unterstützung zu zeigen. Mit einem Förderscheck von über 55.000 Euro ausgestattet, hob sie die Bedeutung moderner Therapieformen hervor. „Es handelt sich hier um eine Therapie, die nicht nach Schema F erfolgt“, so Gerlach, die selbst oft mit ihren Kindern in den Wald geht, um dort Kraft zu tanken.

## **Optimale Bedingungen für die Studie**

Die Lage der Klinik Wartenberg, umgeben von 47 Hektar Wald,

bietet ideale Voraussetzungen für die Durchführung der Waldtherapie. Biologin Dr. Christiane Anders leitet die Studie und ist überzeugt von den potenziellen Vorteilen für die Patienten: „Wir wissen, dass der Wald sich positiv auf die Herzfrequenz auswirkt“, erklärt sie. Viele Senioren könnten möglicherweise ihre Medikationsdosierungen nach der Therapie reduzieren.

## **Therapeutische Ansätze im Detail**

Der Therapieplan umfasst verschiedene Stationen des Waldtherapiepfads, der sich direkt vor der Klinik erstreckt. Ergotherapeutin Heike Siegl erläutert, dass die Patienten bei den Übungen Achtsamkeit und Sinneswahrnehmung trainieren können. Beispielsweise sollen sie Materialien wie Holz, Blätter und Harzklumpen intensiv fühlen und erleben. Auch die verschiedenen Gerüche des Waldes werden in die Therapie integriert, um den Patienten zu helfen, sich zu entspannen und die Natur bewusst wahrzunehmen.

## **Kriterien für die Teilnahme**

Die Teilnahme an der Waldtherapie ist jedoch nicht für alle Patienten geeignet. Dr. Saskia Rupp, Chefärztin der Klinik, betont die Notwendigkeit eines stabilen Kreislaufs, um an der Studie teilnehmen zu können. Dies zeigt, wie wichtig eine sorgfältige Auswahl der Patienten ist, um sicherzustellen, dass jeder die bestmögliche Betreuung erhält.

## **Zukünftige Perspektiven der Waldtherapie**

Die Studie wird über einen Zeitraum von zwei Jahren durchgeführt und sowohl qualitative als auch quantitative Daten zu den Auswirkungen der Therapie sammeln. PatientInnen werden gebeten, ihre gesundheitliche Einschätzung in Fragebögen festzuhalten, sowohl vor der Therapie als auch einen Tag und eine Woche später. „Es gibt derzeit kein

vergleichbares Projekt in Deutschland, daher müssen wir die Wirksamkeit wissenschaftlich belegen“, betont Dr. Rupp und sieht der Auswertung optimistisch entgegen.

Mit dieser innovativen Vorgehensweise könnte die Klinik Wartenberg möglicherweise nicht nur die Lebensqualität ihrer Patienten verbessern, sondern auch ein Beispiel für andere Einrichtungen in Bayern und darüber hinaus setzen. Die Rückkehr zu natürlichen Therapien könnte, insbesondere in Zeiten des demografischen Wandels, ein wichtiges Thema für die Gesundheitsversorgung von morgen werden.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://www.n-ag.de)**