

通診

K L I N I K

療扶

SILIMA

GESUND WERDEN · RUHE FINDEN · UMSORGT SEIN

akuell

INHALT:

Ausgabe 3/2004

*Chinesischer Spitzenkoch besucht die Klinik Silima Seite 1-2**Chin. Diätküche S. 2-3 · Kurz zusammengefasst S. 3 · Mamazone S. 4*

CHINSISCHER SPITZENKOCH BESUCHT KLINIK SILIMA

Zwei Monate lang, ab 15. Januar 2005, wird Prof. Peng Mingquan, einer der berühmtesten lebenden Diätköche Chinas, zum Expertenaustausch in der KLINIK SILIMA zu Gast sein.

Westliche und östliche Kochkultur treffen sich, lernen voneinander und bemühen sich, eine Synthese zu finden zwischen Schmackhaftem und Gesundem.



Professor Peng Mingquan und sein Sohn beim Studium ihrer Bücher

Als Chefarzt Dr. Friedl im Mai seine China-Reise antrat, war ein lang gebegtes Anliegen mit unterwegs: einen chinesischen Diätkoch zu animieren, der bereit ist, nach Deutschland zu kommen, um unseren Küchenchef zu inspirieren und Erfahrungen auszutauschen.

Sicherlich gibt es Bücher über chinesische Diätküche, auch Seminare und Ausführungen über die „5-Elemente-Ernährung“ sind im Westen weit verbreitet. Problematisch ist jedoch der handwerkliche Grundstock: so schmecken viele

Diätessen nicht nur unausgewogen, sondern sie wirken sogar unbekömmlich und belastend.

Ein konstruktiver Austausch zwischen der hiesigen Küchenkultur und der des Ostens kann nur geschehen, wenn Könner beider Seiten zusammentreffen und sich auf einen kreativen Erfahrungsaustausch einlassen.

Auf deutscher Seite haben wir in unserem Küchenchef Peter Asch einen Mann, der in Spitzenrestaurants ausgebildet wurde, u.a. von Eckart Witzigmann. Seine Fähigkeit, gesundes Essen schmackhaft

und optisch ansprechend zu präsentieren, hat er im ersten Jahr der KLINIK SILIMA bewiesen.

Durch die exzellenten Kontakte unseres Chefarztes nach Sichuan ist es gelungen, in Prof. Peng Mingquan einen der berühmtesten lebenden Diätköche Chinas zu gewinnen. Lang ist die Reihe seiner Bücher und Veröffentlichungen. Prof. Mengqian verfügt über eine eigene Restaurantkette in Sichuan. In guter Tradition ist sein Sohn bereits in die Fußstapfen getreten und entlastet den 71jährigen Senior.

Eigentlich sollte der Sohn ja unsere Klinik besuchen. Alles war vorbereitet, da kam die Schwangerschaft seiner Frau dazwischen. Einen werdenden Vater kann man nicht für zwei Monate ins Ausland verfrachten. So sprang der Vater ein und wird von Januar bis März 2005 die KLINIK SILIMA besuchen.

Ein solches Zusammentreffen zweier unterschiedlich ausgebildeter Experten ist ein bisher unerprobtes Experiment, auf das sich die Belegschaft der KLINIK SILIMA freut.

Entsprechend dem Konzept des Hauses, Synthese von Ost und West zu erarbeiten, sehen wir in der Küche ein weiteres Feld zur Ergänzung und konstruktiven Zusammenarbeit. Die Voraussetzungen könnten nicht besser sein.

Mag sein, dass der Speiseplan einige Überraschungen und ungewohnte Genüße bieten wird – wir freuen uns darauf! (ff)

Rechts: Wie verschiedene Geschmacksrichtungen wirken



Für das therapeutische Dekokt und die alltägliche Suppe kennt die chinesische Sprache nur den gleichen Terminus „tang“ – dies verdeutlicht den fließenden Übergang, der zwischen Ernährung und Medizin besteht.

Anwendungsbeispiele		
Scharf	Wirkt entfaltend, lösend, das qi aktivierend	Immunanregende Wirkung von scharfen Suppen bei Infektgefahr
Süß	Wirkt regulierend, ausgleichend, harmonisierend	Zufriedenmachende Wirkung von Nachspeisen
Neutral	Wirkt regulierend auf den Flüssigkeitshaushalt	Reistag: bessere Wirkung auf den Elektrolythaushalt als bei Heilfasten, damit bessere Wirkung auf Gewicht und Kreislauf
Sauer	Wirkt zusammenziehend, adstringierend, aufraubend	Saure Suppen zur Appetitanregung bei Widerstand gegen Essen
Bitter	Wirkt trocknend, dämpfend, aubrechend	Öffnende Wirkung eines Aperitifs
Salzig	Wirkt erweichend, befeuchtend, laxierend	Salzstangen als Aufbaumittel nach Durchfall

CHINESISCHE DIÄTKÜCHE

Diätküche klingt nach Essen, das zwar gesund ist, aber auch so schmeckt.

In der chinesischen Medizin ist die Auswahl und Zubereitung des Essens aber ein ebenbürtiger Therapiebaustein neben Akupunktur und Heilpflanzentherapie.

Wer jemals eine Reise nach China gemacht hat, der weiß, wie gut chinesisches Essen schmecken kann. Und die meisten Menschen beschreiben auch, wie bekömmlich sie die chinesische Küche empfunden haben.

Chinesische Küche ist sehr abwechslungsreich. Jedes Essen besteht aus mehreren Gängen mit verschiedenen Geschmacksrichtungen. Das aus dem China-Restaurant bekannte „süß-saure“ ist im Heimatland nur ein Bestandteil einer Speisenfolge; während des Essens wechseln sich süße, saure, scharfe, salzige, bittere und neutrale Speisen ab, und jede Geschmacksrichtung regt andere Bereiche des Körpers an.

Können der chinesischen Küche wissen genau, welche Geschmacksrichtung auf welche zu folgen hat. Die richtige Reihenfolge führt dazu, dass kein Sättigungsgefühl auftritt, dass der Organismus das Essen gut verarbeiten kann und hinterher keine bleierne

Müdigkeit oder Blähungen entstehen. Meisterköche sind auch in der TCM ausgebildet. Es gibt in China sogar Restaurants, wo der Koch dem Gast den Puls fühlt, bevor er das Essen für ihn zusammenstellt. Die Grenze zwischen Genussküche und Diätküche wird dabei aufgehoben.

So wird in der Diätküche auch mit Heilpflanzen gekocht. Die Pflanzen werden nicht nur in Saucen eingearbeitet, sondern teilweise auch mitgegessen. Hierzu werden sie zunächst meist mit raffinierten Prozesstechniken bearbeitet, z.B. in Honig geröstet oder zusammen mit Gewürzen pulverisiert. Die Früchte des chinesischen Bockdorn (Lycium chinense) beispielsweise machen in unserem

Bild aus der Fleischspeise ein Diätgericht, das Schleimbäute befeuchtet und Zellen stärkt.

Die Verwendung von Heilkräutern stellt den Höhepunkt der chinesischen Diätküche dar – diese Meisterschaft ist nur wenigen Spitzenköchen zugänglich. Besondere Anforderungen ergeben sich jedoch, wenn die Diätküche auch dem Gourmet entsprechen soll. Voraussetzung dafür, dass Essen dem Menschen gut tun soll, ist nach chinesischer Lehre, dass es ihm schmeckt. Daher ist es Aufgabe des Koches, das Gesunde schmackhaft zu präsentieren.

Während diese Fähigkeit Meisterköchen vorbehalten ist, sind den meisten Chinesen Vorsichtsmaßnahmen im Umgang mit problematischen Lebensmitteln wohlbekannt und alltäglich. Milchprodukte gehören beispielsweise eher zu den unerwünschten Bestandteilen des Essens. Aus chinesischer Sicht ist Milch eine Mischung aus klaren und trüben Säften. Der Organismus benötigt zur Klärung und Verarbeitung sehr viel qi; daher sind Milchprodukte für geschwächte Menschen belastend. Ganz besonders gilt dies für kalte Joghurts, da durch die niedrige Temperatur die Assimilationskräfte der Mitte auch noch überbeansprucht werden, so dass es für den Körper noch schwieriger wird, die Bestandteile richtig zu verwerten.

Die Verwertung von Nahrungsmitteln ist überhaupt mindestens so wichtig wie das Angebot. Der Versuch, den Körper mit Vitaminen, Mineralien zu

überschwemmen, schlägt fehl, wenn die Voraussetzungen für Verwertung nicht erfüllt sind. Blähungen, Kältegefühl im Bauch, Schweißneigung, unverdaute Bestandteile im Stuhl sind nur einige der klinischen Zeichen, die zeigen, dass die Verwertung von Nahrungsmitteln gestört ist.

Zur Stärkung der Mitte dient vor allem das ausreichende und regelmäßige Trinken warmer Getränke. Die Regelmäßigkeit des warmen Trinkens wird dabei viel höher eingeschätzt als das Erreichen einer bestimmten Trinkmenge; jeder Schluck regt die Assimilation an. Auch im Hochsommer können Chinesen nicht verstehen, wie Europäer eisgekühlte Getränke konsumieren können. Nur durch den Zusatz von Kohlensäure, wo in einer Art Luftkissen der direkte Kontakt zwischen Schleimbaut und Flüssigkeit vermieden wird, verspüren wir nicht mehr die belastende Wirkung der kalten Getränke. Ein heroischer Selbstversuch kann Ihnen das zeigen: lassen Sie die Kohlensäure weg, und das eisgekühlte Getränk liegt Ihnen schwer im Magen.

Zum Frühstück gibt es in China keine kalte Butter und Orangensaft, sondern bevorzugt Warmes und leicht Verdauliches. Viele Europäer sind überrascht, wie gut ihnen die Hirse- oder Reisbrei bekommen, wenn sie sich erst einmal überwunden haben, die Konventionen abzuschütteln. Besonders Menschen mit Stoffwechselerkrankungen oder Personen, die an Magen oder Bauchspeicheldrüse

operiert worden sind, profitieren von dieser Nahrungsumstellung.

Vielfältiges Angebot, hohe Qualität und absolute Frische von Lebensmitteln zeichnen das chinesische Essen aus. Einkaufen ist in China ein Vorgang, der sehr viel bewusster und anspruchsvoller getätigt wird als bei uns. Alle Nahrungsmittel müssen frisch und appetitlich sein; Tiere werden erst unmittelbar vor dem Verzehr geschlachtet. Die chinesische Hausfrau verwendet viele Stunden pro Tag für die Zubereitung des Essens; so wird landesweit ein hoher Anspruch an Ernährung kultiviert. (ff)



KURZ ZUSAMMENGEFASST!

Regelleistung: Einzelzimmer

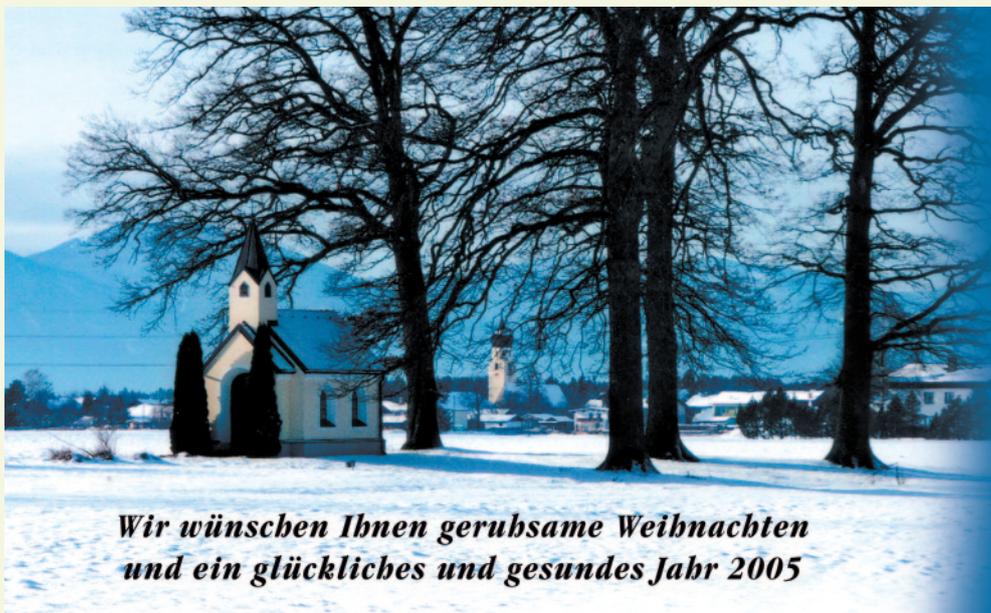
Seit der Eröffnung unserer Klinik im November 2003 stellen die Zweibettzimmer eine Hürde für viele Patienten dar. Die Betriebsleitung des Hauses hat sich daher zu einer Änderung entschlossen: Ab 1.1.05 ist das Einzelzimmer die Regelleistung. Die neuen Aufnahmebedingungen inkl. der aktuellen Pflegesätze sind auf Wunsch bei unserer Verwaltung erhältlich (Frau Obermaier, Tel. 08036-3090).

Öffentliche Vorträge

Jeden Dienstag um 15 Uhr hält Chefarzt Dr. Friedl einen Vortrag über die Denkweise der chinesischen Medizin und das Zusammenspiel mit der westlichen Medizin. Die Schwerpunkte der Vorträge wechseln und beleuchten verschiedene klinische Aspekte. Diese Vorträge stehen auch Gästen und Freunden des Hauses offen. Gerne dürfen sich auch Interessenten, die einen Aufenthalt in unserem Hause in Erwägung ziehen, im Rahmen eines solchen Vortrages über die medizinische Konzeption informieren. Wer nicht persönlich kommen kann, kann auch gegen einen kleinen Unkostenbeitrag eine CD mit einem mitgeschnittenen Vortrag bestellen.

Berater für hämatologisch-onkologische Probleme: Prof. Dr. Harald Thiel

Für die spezielle Beratung von onkologischen Problemen konnten wir Prof. Harald Thiel gewinnen. Er war bis 1983 Oberarzt am Städtischen Krankenhaus München/Schwabing u. von 1983 bis 1997 Chefarzt der St. Vincentius-Klinik in Karlsruhe. Von 1997 bis 2004 betrieb er eine onkologische Praxis in München-Pasing. Für unsere Ärzte ist es eine große Bereicherung, einen so erfahrenen Gesprächspartner zur Entscheidungsfindung zur Verfügung zu haben, der die Zusammenarbeit mit der chinesischen Medizin nicht ablehnt, sondern die Bemühungen um eine bestmögliche Synthese unterstützt.



**Wir wünschen Ihnen gerubtsame Weihnachten
und ein glückliches und gesundes Jahr 2005**

WER ZUR
QUELLE WILL,
DER MUSS GEGEN
DEN STROM
SCHWIMMEN.



DIE CHRONIK DES HAUSES

Die Bezeichnung „Spreng“ entwickelte sich aus dem mittelhochdeutschen Wort „sprinc“, die Quelle, welche am Fuße des Höhenmoosner Rückens entspringt und den kleinen Teich auf dem Klinikgelände speist. Heute regiert hier übrigens unser selbstbewusstes Gänsepärchen, Klara und Hansi.

Nach 1400 wird die Au mit den Quellen als Sprengau sowohl im Rosenheimer Kastenbuch wie auch im Seener- und Chiemseer Salbuch genannt. 1513 steht ein Asam Sprennger von Spreng auf der Musterungsliste des Landgerichts Rosenheim. Vor etwa 150 Jahren wurde das Gut Spreng als landwirtschaftliches Anwesen errichtet.

Soviel zur Frühgeschichte – zurück zur Neuzeit. Aus dem ehemaligen Guts Hof entstand die Park-Klinik Julius Hackethal (1989 – 1997). Philosophie und Fundament für die Patientenversorgung war die von Prof. Dr. Julius Hackethal entwickelte Eubios-Gesundheitshilfe.

(Eubios – aus dem Griechischen eu = gut, glücklich/ bios = Leben, Lebensart) Schrittmacher für die Park-Klinik war das „Konzept für ein gastliches Krankenhauses ohne Angst für Jedermann“. Krankenhäuser sollen nicht den Charakter von Reparatur-Fabriken, sondern den Charme von Patientenhotels haben.

Eines der Leitmotive des ehemaligen Westerhof-Teams vom Tegernsee, welches auf der Suche nach einem Neubeginn war. Nach einer kurzen aber turbulenten Umzugs- und Renovierungsphase - eine Klinik inklusive Patienten und Team zieht um - war es am 1. November 2003 soweit und auf Gut Spreng wurde ein neues Kapitel aufgeschlagen.

Unter Leitung von Herrn Dr. Fritz Friedl, wurde die KLINIK SILIMA Synthese zwischen Innerer Medizin und Chinesischer Medizin eröffnet:

„Silima –
es möge Dir wohl ergehen“

MAMAZONE – PROJEKT DIPLOMPATIENTIN 2004

Im Augsburger Klinikum fand - wie bereits in den vergangenen drei Jahren - vom 30.09. bis 03.10. 2004 ein einzigartiger Patientinnen-Kongress für Frauen mit Brustkrebs statt: eine Art „Brustkrebs-Universität“, zu der Frauen aus ganz Deutschland sich versammelten.

Die Fortbildung für Frauen mit Brustkrebs unter dem Motto „Informieren, Erkennen, Handeln“ will vermitteln, was möglich und notwendig ist, wenn die Diagnose Brustkrebs das Leben auf den Kopf gestellt hat. Denn von den 20 000 Frauen, die im Jahr in Deutschland an Brustkrebs sterben, überleben viele Frauen nur deshalb nicht, weil Mängel in der medizinischen Versorgung - von der Früherkennung und Diagnostik, über die richtige Therapie und Nachsorge - nicht überall behoben worden sind.

Bereits zum zweiten Mal war unter den Vortragenden unser Dr. Friedl vertreten. Sein Vortrag im gut gefüllten Hörsaal des Augsburger Zentralklinikums beschäftigte sich am 3.10.04 mit dem Thema „Brückenschlag zwischen Asien und Europa – Synthese chinesischer und westlicher Medizin und ihre Möglichkeiten bei Brustkrebs“.

An den Vortrag schloß sich eine intensive Fragerunde an, die noch lange auf dem Gang fortgesetzt wurde.

Interessierte können sich auf der Internetseite von www.mamazone.de über den Kongress informieren.

Den Vortrag von 2002 kann man sich im Internet unter www.mamazone.de/archiv/diplompatientin/dp2002/v5.html sogar anhören.

Der Vortrag von 2004 erscheint demnächst ebenfalls als Hörbeitrag.

Impressum

Inhaber und Verleger
KLINIK SILIMA

Im Gut Spreng
83083 Riedering-Spreng

Redaktion

(verantwortlich)

Dr. Fritz Friedl

Tel. 0 80 36 - 3 09 - 0

Fax 0 80 36 - 3 09 - 2 31

www.klinik-silima.de

info@klinik-silima.de

Foto Seite 4: Georg Huber

Gestaltung:
exxtra-design@web.de