

Heilwald – Müritz Klinik, Klink

Endlich ist es soweit, der Heilwald auf dem Klinikgelände der Müritz Klinik ist per Landeswaldgesetz Mecklenburg Vorpommern als solcher erklärt und ausgewiesen. Hierbei handelt es sich um den ersten reinen Heilwald in einem Privatwald in Mecklenburg Vorpommern. Durch eine Verordnung des Ministeriums für Landwirtschaft und Umwelt sind Umfang, Nutzung und Ge- und Verbote des Heilwaldes rechtsgültig festgelegt.

Einfach ein Stück Wald „Heilwald“ nennen ist also nicht!!! Dahinter steht ein langer Prozess von der Begutachtung, Antragstellung, Konzepterstellung, Projektentwicklung - und Umsetzung bis hin zur Ernennung per Gesetz. Von der Antragstellung im Jahr 2018 bis zur Fertigstellung im Dezember 2020 vergingen zwei Jahre mit gefülltem Terminkalender.

Mit Stolz präsentiert die Müritz Klinik ihren Patienten*innen ab sofort einen weiteren Therapieraum.

Heilwälder sind Waldgebiete, welche zur medizinisch-therapeutischen Nutzung für spezielle Indikationen gestaltet sind. Der Wald wirkt nachweislich günstig auf das/die:

- Vegetative Nervensystem
- Immunsystem
- Herz-Kreislauf-System
- Stimmung, Kognition und Aufmerksamkeit
- Schlafqualität und Schlafdauer

Grundsätzliche Aspekte der positiven Wirkung des Waldes während eines Aufenthaltes: Im Wald wird der Mensch mit all seinen (fünf) Sinnen angesprochen:

- Die Augen empfangen unterschiedliche Lichtverhältnisse, zumeist Dämmerlicht
- Der Geruchssinn nimmt neue Eindrücke wahr, wie z. B. den Geruch von Holz und Erde
- Man hört seltene, ungewohnte Geräusche wie Vogelstimmen, das Rascheln der Blätter oder das Plätschern eines Baches
- Mit den taktilen Sensoren der Hände können neue Materialien erspürt werden (Blätter, Rinde etc.)
- Der Geschmackssinn wird z. B. durch das Probieren von Beeren angesprochen

Die Wirkung des Waldes auf den Menschen wird erklärt mit,
Waldklima + walddtypische Sinnesreize + motivierende Bewegungsanreize.



Die Müritz Klinik kommt nicht erst jetzt auf die heilende Wirkung des Waldes. Die Klinik liegt mitten im Grünen und direkt an der Müritz, dem größten Binnensee Deutschlands. Um das Klinikgelände herum erstreckt sich der Müritz-Nationalpark.

Seit einigen Jahren nutzt das Management die natürlichen Ressourcen in der exponierten Lage von der bekannt ist, dass sie gesundheitsfördernd wirkt. Etliche Naturtherapieräume sind bereits mit Neugestaltungen der Außenanlagen für Therapiezwecke erschaffen worden. So entstand 2016 ein Barfußweg rund um die Klinik. Das Erleben verschiedener Naturmaterialien unter den nackten Füßen ist äußerst wirksam für die Selbstheilung und zeigt außerdem wie sehr der Mensch doch mit der Natur in Verbindung steht. 2018 wurde ein 4FCircle Bewegungsparcours angelegt und 2019 ein Minigolfplatz mit Seeblick. Alle Anlagen werden zu Therapiezwecken genutzt und stehen den Patienten*innen selbstverständlich jederzeit auch zur freien Verfügung, um im Fortschritt ihres Heilungsprozesses aktiv mitzuwirken. Der Heilwald ist somit eine logische Konsequenz der dynamischen Entwicklung des Unternehmens zur medizinisch-therapeutischen Nutzung für Rehabilitation und Gesundheitsvorsorge.

Im Zeitalter permanenter Erreichbarkeit, zunehmender Digitalisierung und psychischer Belastung für den Menschen ist die Erkenntnis entstanden, natürliche Ressourcen als Erholung zu nutzen. Speziell die naturnahen Therapien finden nachweislich immer größere Bedeutung und Anklang bei den Patienten.

In ganzheitlichen Therapiekonzepten geht die Müritz Klinik ohne Scheu gern neue Wege und kombiniert diese mit „altbewährten“ Therapieformen um einen optimalen Heilungserfolg mit den Patienten*innen zu erzielen.

Der Heilwald Müritz Klinik ist durch seine integrierten Gesundheitsstationen, Ruheplätze und visuellen Gestaltungen auf alle möglichen Nutzungsarten eingestellt: von der individuellen Sporteinheit, über Meditation bis hin zur Waldtherapie. Für den medizinischen Bereich stellt der Heilwald mit Anleitung durch geschulte Waldtherapeuten einen sicheren, und auch für bewegungseingeschränkte Patienten*innen, begehbaren Therapieraum dar.

Um dem hohen Anspruch an Fachpersonal gerecht zu werden ermöglicht die Müritz Klinik ihrem medizinischen Personal jährlich qualifizierte Weiterbildungen / Zusatzqualifikationen, so auch für den Heilwald. Eigens dafür haben auserwählte Mitarbeiter*innen die Ausbildung zum/r Waldtherapeut*in absolviert und spezifische Fach- und Methodenkompetenz erworben. Gemeinsam mit den Patient*innen werden individuell zugeschnittene und indikationsbezogene Programme und Ziele vereinbart, welche in Verbindung mit dem Erlernen von Fähigkeiten wie z.B. Sensomotorik, Schmerzbewältigung und körperliche Rehabilitation Anwendung finden. Im Anschluss erfolgt die Evaluierung der erreichten Behandlungsziele und die Qualitätssicherung der eigenen Behandlungspraxis.



Ausgebildete, zertifizierte Waldtherapeuten bringen den Patienten*innen die Heilkraft des Waldes näher. Waldtherapie wird bezeichnet als, indikationsbezogene Therapieverfahren in Kombination mit walddtypischen Sinnesreizen und Waldklima. Das gilt sowohl für die Tertiärprävention als auch zur Palliativtherapie.

Waldtherapeuten können therapeutische Programme für Patient*innen im und mit dem Wald planen, durchführen und evaluieren. Dabei adaptieren sie therapeutische Methoden ihrer jeweiligen Fachdisziplin auf die Anwendung im Wald und kombinieren diese mit Methoden der allgemeinen Gesundheitsförderung.

ZIELE DER WALDThERAPIE

- Erhaltung/Verbesserung der persönlichen Gesundheit
- Steigerung der Lymphozyten durch Einfluss von bioaktiven Substanzen, welche von Pflanzen abgegeben werden (Phytonzide/Terpene)
- Reduzierung des Stressempfinden

Den Patienten*innen werden Methoden mit auf den Weg gegeben, mit denen sie nach ihrem Rehabilitationsaufenthalt allein im heimischen Wald weiterarbeiten können, um nachhaltig ihre Gesundheit zu beeinflussen.

Der Heilwald stellt für die Müriz Klinik nicht einfach nur eine Alternative zum Gymnastikraum dar, er birgt vielmehr ein ganz eigenes Potenzial, welches mit didaktischer Herangehensweise zielgerecht und planvoll genutzt wird.

Kontaktaten:

Müriz Klinik

FM Klinikgesellschaft mbH

Am Seeblick 2

17192 Klink

www.mueritz-klinik.de

Stand 01/2021