



PRIVATKLINIK EBERL



INHALT

Einklang	5
Entspannen	7
Geschmackvoll	9
Zimmer	11
Indikationen	13
Ärzteteam	15
Anwendungen	17
Sportlich	21
Wohltuend	23
Aktiv	24
Weitere Informationen	25





KIRCHSEE BEI BAD TÖLZ (658 METER Ü. NN)





Privatklinik Eberl

EINKLANG

Das Behandlungskonzept der Privatklinik Eberl basiert auf einem interdisziplinärem und individuell auf den Patienten abgestimmten Therapiesetting. Im Rahmen Ihres Aufenthaltes gilt es, Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen und besser Ihre eigenen Grenzen und Bedürfnisse wahrzunehmen. Bei Aufenthalten mit dem Schwerpunkt Psychosomatik werden sowohl psychodynamische als auch verhaltenstherapeutische Konzepte herangezogen. Ein weiterer Therapiebaustein des interdisziplinären Konzepts sind die umfangreichen balneo-physikalischen Anwendungen in unserer Therapieabteilung. Hier in Bad Tölz, inmitten einer traumhaften Alpenkulisse, können Sie eine Auszeit von der Hektik des Alltags nehmen und Körper und Geist wieder aufleben lassen. Laut einer McKinsey-Studie gehört Bad Tölz unter dem Blickwinkel Lebensqualität zu den Top 3 der beliebtesten Regionen Deutschlands und bietet somit die optimalen Voraussetzungen für eine anhaltende und ganzheitliche Revitalisierung.

Wenn Sie Interessen an einem Aufenthalt in unserer Klinik haben, senden wir Ihnen gerne die Anmeldeformulare zu. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter Tel. 08041.78 72-0.

Überzeugen Sie sich auf den folgenden Seiten und lassen Sie sich inspirieren.

Ihre Familie Eberl





Ruhe ENTSPANNEN

Abschalten, zu sich finden, die Zeit vergessen, auf dem Sofa ein gutes Buch lesen oder anregende Unterhaltungen führen. In unserem neu gestalteten Leseraum ist dies jederzeit möglich. Gerne laden wir Sie nach einem ereignisreichen Therapietag zu einer Tasse Tee mit hausgemachten Gebäck ein. An manchen Abenden halten unsere Ärzte in dieser angenehmen Atmosphäre Vorträge hinsichtlich seelischer und körperlicher Gesundheit mit anschließender Frage- und Diskussionsrunde. Hier kann man sich nützliche Tipps für den Alltag zu Hause mitnehmen.





GENUSS

GESCHMACKVOLL

Eine ausgewogene Ernährung ist wichtig für die Gesundheit und außerdem macht gutes Essen glücklich: Ob beim morgendlichen Vitalfrühstück oder bei den liebevoll angerichteten Mahlzeiten, der geschmackvoll eingerichtete Speisesaal, die ruhige Sonnenterrasse oder die urige, 100 Jahre alte, original Tiroler Bauernstube regen zum Genießen an. Wir zeigen Ihnen, dass Genuss und ernährungswissenschaftliche Ausgewogenheit kein Widerspruch sind, sofern man bewusst genießt, anstatt den dubiosen Versprechungen unzähliger Fastenkur-Gurus bzw. ominösen »Blitzdiäten« zu vertrauen. Unter diesem Blickwinkel serviert Ihnen unser Küchenchef nicht nur bayerische Schmankerl und internationale Spezialitäten, sondern auch eine individuell zusammengestellte Diät- und Vollwertkost, die das Auge ebenso anspricht, wie den Gaumen.

»Deine Nahrungsmittel seien deine Heilmittel.«
(Hippokrates, griechischer Arzt)



Wohnen

ERHOLSAM

Unsere komfortabel und gemütlich arrangierten Zimmer mit Balkon bieten eine heimelige Atmosphäre. Die Räumlichkeiten der Privatklinik Eberl lassen Sie den stressigen Alltag vergessen und unterstützen mit ihrem ländlichen Wohlfühlambiente das »Entschleunigen«. Fühlen Sie sich wie zu Hause und konzentrieren Sie sich auf Ihre Gesundheit. Schlüpfen Sie z.B. nach einer geführten Wanderung oder Radtour in den bereitgelegten Bademantel und tauchen Sie ins wohltemperierte Nass, oder genießen die Sonnenstrahlen auf ihrem Balkon.







Indikationen

Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

- Burn-Out Syndrom
- Erschöpfungssyndrom durch verschiedene Arten von Stress
- Funktionelle Störungen psychischen Ursprungs
- Depressive Verstimmungen und Reaktionen
- Angststörungen
- Anpassungsstörungen
- Akute und chronische Belastungsreaktionen
- Schlafstörungen
- Psychosomatische Störungen
- Neurasthenie
- Chronisches Schmerzsyndrom
- Trauerreaktion

Innere Medizin

- Herz-, Kreislauferkrankungen; insbesondere Bluthochdruck
- Stoffwechselstörungen (wie Übergewicht, Gicht, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen)
- Erkrankungen der Verdauungsorgane
- Erkrankungen des Immunsystems
- Nicht akute hämatologische Erkrankungen inkl. Blutgerinnung
- Nachsorge onkologischer Erkrankungen

Orthopädie

- Akute und chronische Rücken- und Gelenkschmerzen
- Degenerative Veränderungen am Bewegungsapparat
- Spätfolgen nach Sport- und Unfallverletzungen
- Nachsorge nach orthopädischen Operationen
- Rheumatische Beschwerden, Osteoporose

Gegenanzeigen

Akute Infektionskrankheiten, ansteckende Krankheiten, Pflegebedürftigkeit, Bettlägerigkeit, Suchtkrankheiten, akute Psychosen



Interdisziplinäres Ärzteteam

Dr. med. Peter Vogt

**Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin**

Schwerpunkte:

Psychotherapeutische Gespräche, Stressbewältigung, Burnout, psychologische Testung

Vorträge mit den Themen:

Gesunder Schlaf, Stress und Salutogenese



Dr. med. Wolf-Dieter Zwierzina

Facharzt für Innere Medizin

Zusatzbezeichnung: Hämatologie und Internistische Onkologie, Balneologie und med. Klimatologie

Schwerpunkte:

Ausführliche Anfangsbesprechung und -untersuchung.
Bei Bedarf internistische Weiterbetreuung, Laborchecks mit eingehender Diskussion und Verhaltensempfehlungen, EKG, Belastungs-EKG, Langzeit-EKG, Bauchsonographie.

Vorträge mit den Themen:

Klima und Gesundheit, Bedeutung von Laboranalysen



Dr. med. Maximilian Meichsner

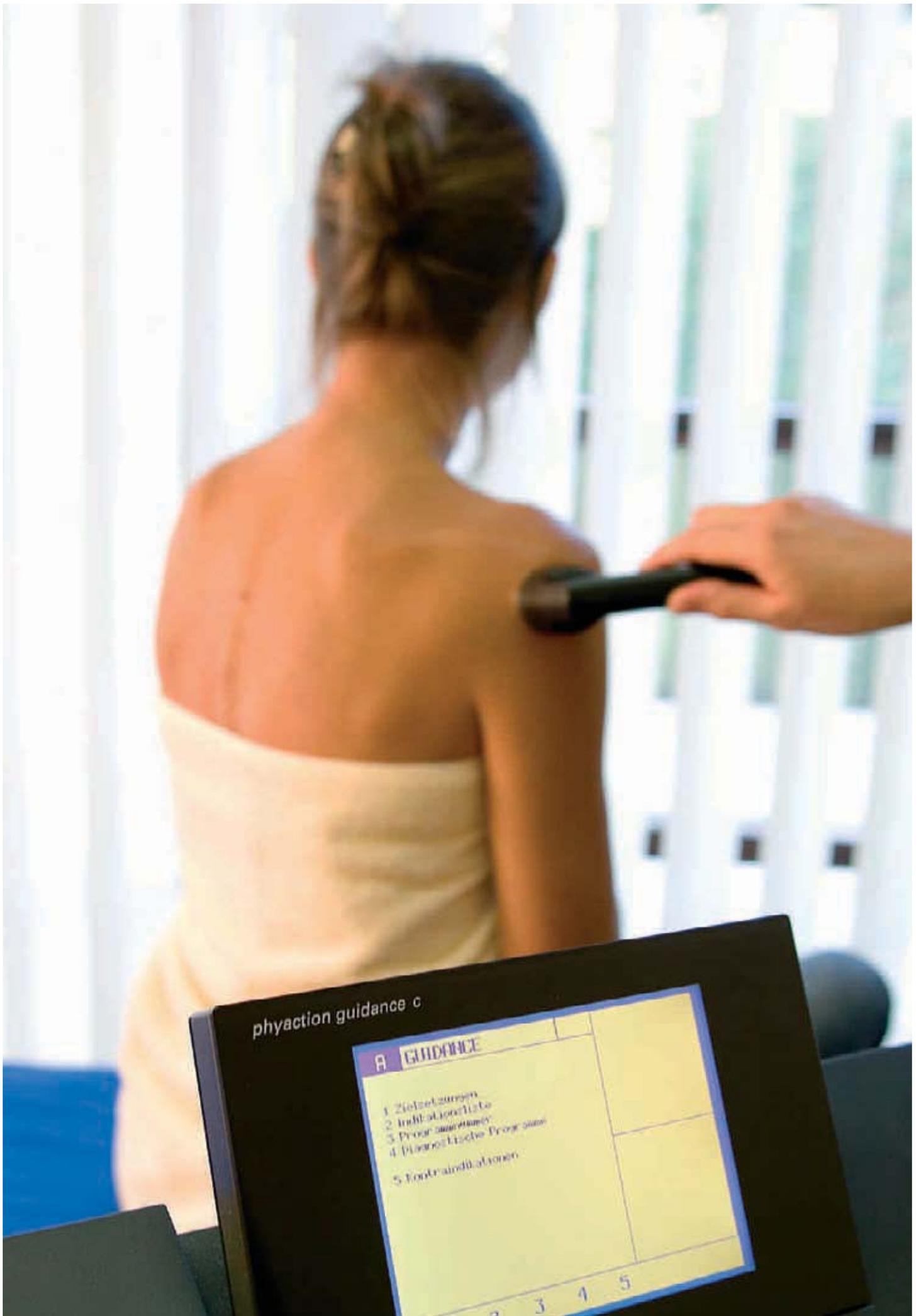
Facharzt für Orthopädie

Zusatzbezeichnung: Sportmedizin, Chirotherapie

Schwerpunkte:

Haltungs- und Bewegungsdiagnostik (kompletter Muskel- und Knochenapparat), Röntgen- und Ultraschalldiagnostik, 3D-Rumpfkraftmessung, Elektromyographie, 3D-Wirbelsäulenvermessung (strahlungsfrei), Stoßwellentherapie, Injektionsbehandlung





phyaction guidance c

A GUIDANCE

- 1 Zielsetzungen
- 2 Indikationsliste
- 3 Programmierung
- 4 Platzliche Programme
- 5 Fortraindilationen

2 3 4 5



Anwendungen

INDIVIDUELL

Psychosomatik

- Psychotherapeutische Einzelgespräche
- Gruppentherapien
- Achtsamkeitsgruppe
- Psychologische Testverfahren
- Lichttherapie
- Entspannungsverfahren
- Körper- und Bewegungstherapien

Massagen

- Rückenmassage
- Ganzkörpermassage
- Unterwassermassage
- Manuelle Lymphdrainage

Physiotherapie

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik am Gerät
- Rückenbehandlung nach Dorn
- Schlingentischbehandlung
- Wirbelsäulengymnastik
- Rückenschule
- Atemgymnastik

Packungen

- Fangopackung
- Moorpackung
- Heiße Rolle
- Eispackung

Bäder

- Medizinisches Bad (Rosmarin, Fichtennadel, Baldrian, Melisse, Heublume, Kamille)
- Gashaltiges Bad mit Zusatz
- Jodseifenfraktion
- Stangerbad

Original Tölzer Mooranwendungen

- Naturmoorschlammbad mit Nachruhe
- Naturmoorpackung für den Rücken
- Moorkneten heiß oder kalt

Hydrotherapie nach Kneipp

- Wechselguss
- Wechselguss voll
- Fußwechselbad
- Hauff'sches Armbad
- Hauff'sches Fußbad

Aqua Fitness

- Wassergymnastik
- Übungsbehandlung im Wasser einzeln

Weiteres

- Progressive Muskelrelaxation (PMR)
- Elektrotherapie
- Ultraschall
- Inhalationen einzeln
- Heißluft, Infrarot-, Lichtbestrahlung
- Ernährungsberatung





Bewegung





Kraft SPORTLICH

Bewegung ist nicht nur gut für die körperliche Fitness und Ihr Herz-Kreislauf-System, sondern auch für das Gemüt, denn Sport fördert die Ausschüttung von Endorphinen, die das Glücksgefühl steigern. Fest steht auch: Systematisches, richtig dosiertes Muskelaufbautraining unterstützt die Beweglichkeit und fördert u.a. bei Rückenbeschwerden die Schmerzreduktion durch ein verbessertes Muskelkorsett. So gesehen können Sie in unserem hell und modern ausgestatteten Trainingsraum etwas für Ihre Gesundheit tun und Ihre Lebensgeister in Hochform bringen. Für alle Muskelgruppen stehen Kraftgeräte der Firma Technogym zur Verfügung. Das Equipment bietet darüber hinaus: Stepper, Laufband, Crosstrainer, Oberkörperergometer, Spinningräder, Liegefahrräder und Fahrräder.





Träumen WOHLTUEND

In der Therapieabteilung der Privatklinik Eberl befindet sich auch ein Thermalhallenbad, eine Sauna, ein römisch-irisches Dampfbad und ein Ruheraum mit wunderschönem Blick ins Grüne. Hier können Sie sich entspannen und zur Ruhe kommen. Das Thermalwasser (ca. 31 Grad) beeinflusst das ganze Befinden des Menschen positiv. Es verbessert scheinbar schwerelos Ihr Bewegungsvermögen, stärkt das Immunsystem, löst Verspannungen der Muskeln und fördert insgesamt den Stoffwechsel in den Gelenken. Vom Thermalhallenbad aus gibt es einen direkten Zugang zum Garten mit seinen idyllischen Liegewiesen. Schließen Sie die Augen, lauschen Sie der Natur und spüren Sie den sanften Wind auf Ihrer Haut.

»Es ist notwendig, sich Paradiese zu schaffen, poetische Zufluchtsorte, wo man auf einige Zeit die schauerhafte Zeit, in der wir leben, vergessen kann.« (König Ludwig II. von Bayern, 1845-86)



Anregend

AKTIV

Wer richtig aktiv werden möchte, steht vor der angenehmen Qual der Wahl: Ob Sie Wandern, Golfen, Reiten, Tennis spielen, Schwimmen, Radeln oder Langlaufen bevorzugen, bleibt Ihnen überlassen. Regelmäßig finden geführte Wanderungen oder Rad-Touren von unserem Haus statt.



PRIVATKLINIK EBERL

Buchener Str. 17, 83646 Bad Tölz

Telefon: 08041.78 72-0, Fax: 08041.78 72-78

info@privatlinik-eberl.de, www.privatlinik-eberl.de