



OBERWAID

DAS HOTEL. DIE KLINIK.

«Eine Zeit intensiver Therapie,  
die für meine Zukunft  
wegweisend war.»

Psychosomatische Medizin, Psychotherapie und Rehabilitation



Wir freuen uns auf Ihre Anfrage und beraten Sie gerne auch persönlich.

T +41 71 282 07 14  
patientenanmeldung@oberwaid.ch



## Psychosomatische Behandlung und Rehabilitation

Die Oberwaid ist auf die psychosomatische Behandlung gesundheitlicher Beeinträchtigungen von Körper, Geist und Seele spezialisiert. Unser Anliegen ist es, Ihnen mit all unserer Kompetenz und Erfahrung die Rückkehr in ein Leben voller Gesundheit und Lebensfreude zu erleichtern.

Viele psychische Beschwerden, wie depressive Verstimmungen und Ängste, entwickeln sich infolge anhaltender beruflicher und privater Stressbelastungen. Dabei treten in der Regel auch körperliche und kognitive Probleme sowie Leistungsminderungen auf. Aber auch primär schwere körperliche Erkrankungen können im Verlauf zu einer Stressbelastung und psychischen Beeinträchtigungen führen.

## Unsere ganzheitliche Expertise

Die Oberwaid bietet ein breites Spektrum von Psychotherapie, medizinischer Abklärung und Behandlung, Ernährungsberatung, Sport-, Körper- und Kreativtherapien, Entspannungs- und Physiotherapien sowie medizinische Massagen und Anwendungen im Bewegungsbad. Gemeinsam mit Ihnen stellt ein interdisziplinäres Behandlungsteam aus erfahrenen Fachärzten und Spezialisten aus verschiedenen Fachbereichen ein auf Ihre Ziele und Ihre Thematik zugeschnittenes Therapieprogramm zusammen. Das vielfältige und ganzheitliche Therapieangebot der Oberwaid bietet Ihnen gezielte Hilfe für Ihre Genesung, für neues Wohlbefinden und eine nachhaltige Verbesserung Ihrer Möglichkeiten im Umgang mit Stress.



## Unser Schwerpunkt liegt auf Stressfolgeerkrankungen wie:

- Burnout
- Depressionen und Angsterkrankungen
- Somatoforme Störungen und Schmerzverarbeitungsstörungen
- Dysfunktionales Essverhalten
- Nichtorganische Schlafstörungen
- Psychische Belastungen bei akuten oder chronischen körperlichen Leiden
- Dysfunktionaler Mediengebrauch
- Psychosoziale Belastungssituationen



## Diagnostik, Behandlungen & Therapien

- Einzelpsychotherapie
- Interaktiver und themenzentrierter Austausch in Gruppen
- Paar- und Familiengespräche
- Medizinische Behandlung inkl. (Psycho-) Pharmakotherapie
- Analyse der Arbeitssituation und Coaching
- Stressbewältigungsverfahren
  - Gezielte Information zu Grundlagen und Auswirkungen von Stress sowie assoziierten Krankheitsbildern
  - Stressmanagement-Training
  - Aktive und passive Entspannungsverfahren
  - Sport und Bewegungstherapie
  - Bewegungstherapie im Wasser, Wassershiatsu

- Kunst-, Gestaltungs- und Ergotherapie
- Körpertherapie
- Sozialberatung

Je nach Beschwerdebild

- Somnographie-Screening
- Neuropsychologisches Screening
- Kognitives Training (Einzel und Gruppe)
- Ernährungsberatung
- Physiotherapie
- Rauch-Stopp Beratung



## Behandlungsziele

- Vermittlung eines bio-psycho-sozialen Krankheitsverständnisses
- Verbesserung des körperlichen und psychischen Gesundheitszustandes
- Aktivierung der eigenen Ressourcen und Ressourcen im Umfeld
- Förderung der Alltags- und Krankheitsbewältigung (Erlernen von Entspannungs- und Copingstrategien)
- Wiederherstellung der individuellen Funktionsfähigkeit mit Verbesserung der sozialen u./o. beruflichen Reintegrationsfähigkeit

## Ihr Weg zur ärztlichen Verordnung

Das stationäre psychosomatische und psychotherapeutische Behandlungsangebot der Oberwaid steht Patienten aller Versicherungsklassen aus der ganzen Schweiz offen.

Nach Zuweisung durch den Haus- oder Facharzt erfolgt ein ambulantes Vorgespräch mit Abklärung der psychosomatischen Fragestellung und der Indikation für die stationäre Behandlung. Anschliessend stellt die Oberwaid den Antrag auf Kostengutsprache bzw. klärt die Übernahme der Kosten durch die Krankenversicherung.

Wir stehen Ihnen mit professioneller Beratung zur Verfügung und helfen Ihnen gerne dabei, die Formalitäten zu klären.



## Die Oberwaid – respektvoll umsorgt

Das einmalige Konzept der Oberwaid vereint erstklassige Hotellerie mit hoher medizinischer Kompetenz. Sie verfügt über grosse, helle Räume mit freiem Blick auf den wunderschönen Bodensee, den grünen Privatpark oder auf die Ausläufer des Alpsteingebirges. Alle Patientenzimmer sind mit exklusiven Holzmöbeln, Parkettböden, einem geräumigen Badezimmer und modernster Technik ausgestattet. Die Oberwaid bietet Ihnen Ruhe und Diskretion. Hier können Sie sich voll und ganz auf sich und Ihre Gesundheit konzentrieren. Ganz im Sinne unseres Versprechens: Upgrade yourself.



Komfort eines Hotels mit der Sicherheit einer Klinik



Hoher Therapiestandard auf wissenschaftlich fundiertem Niveau



Modernste medizinische Einrichtungen



Interdisziplinäre Gesundheitsspezialisten



24 Stunden Pflegeservice



Kooperationen mit dem Kantonsspital St. Gallen und der Hirslanden Klinik Stephanshorn, St. Gallen

## Rehabilitation & Prävention

# Das ganzheitliche Konzept der Oberwaid

Die Oberwaid bietet ein breites Spektrum an medizinischer Kompetenz in den Fachdisziplinen psychosomatischer, kardiologischer und orthopädischer Rehabilitation.

Unsere Expertise der Burnout-Prävention fließt in ein massgeschneidertes Kur-Angebot zum gesunden Stressmanagement. Durch gezielte Strategien lernen Sie Überlastungssymptomen entgegenzuwirken.

Die medizinischen Check-ups der Oberwaid dienen zur Abklärung des eigenen Gesundheitsprofils. Ein interdisziplinäres Team aus renommierten Fachärzten und Therapeuten begleitet Sie professionell auf Ihrem Weg zurück zu Wohlbefinden und Lebensfreude. Unser Ziel ist es, Ihre Gesundheit zu verbessern oder zu erhalten.



Psychosomatik



Kardiologie



Orthopädie



Physiotherapie



Check-ups





OBERWAID

DAS HOTEL. DIE KLINIK.