

HOHENEGG

Privatklinik am Zürichsee



Zur Ruhe
kommen, Kraft
gewinnen für
den Neuanfang.

An Krisen wachsen



1 Portrait

Seite 3

2 Behandlungskonzept

Seite 8

3 Therapien

Seite 14

4 Depressive Erkrankungen

Seite 16

5 Burnout und Belastungskrisen

Seite 20

6 Angsterkrankungen

Seite 24

7 Psychosomatische Erkrankungen

Seite 28

8 Zusatzkompetenzen

Seite 32

9 Behandlung und Aufenthalt

Seite 34



1

Portrait

Menschen und Werte im Zentrum

Die Privatklinik Hohenegg gehört zu den führenden Schweizer Kliniken für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Erwachsene Patientinnen und Patienten, die sich in einer persönlichen Krise befinden, schöpfen in der Hohenegg Kraft für einen Neuanfang. Vor gut hundert Jahren als privates Spital gegründet, hat sich die Institution zu einer Spezialklinik entwickelt, die sich durch höchste medizinische Fachkompetenz auszeichnet. Die Klinik geniesst grosse Anerkennung und Wertschätzung bei Patientinnen und Patienten, Angehörigen sowie bei Fachpersonen aus Medizin und Psychotherapie.

Kompetent, authentisch und mit höchster Qualität

Die Hohenegg verfügt über eine herausragende Kompetenz in der Wiederherstellung und der Erhaltung psychischer Gesundheit – daran orientieren sich auch alle Behandlungen, Angebote und Prozesse.

Die Klinik ist im Topsegment positioniert und behandelt Privat- und Halbprivatversicherte sowie Selbstzahlende aus der Schweiz und dem deutschsprachigen

Ausland. Das hohe qualitative Angebot der Klinik steht auch Patientinnen und Patienten mit Wohnsitz im Kanton Zürich oder mit Zusatzversicherung allgemein ganze Schweiz sowie allgemeinversicherten Personen offen.

Die Hohenegg ist einer humanistischen, werteorientierten Tradition verpflichtet und gestaltet die Beziehung zu Patientinnen und Patienten, Mitarbeitenden und anderen Anspruchsgruppen echt und glaubwürdig.

Bewährte Grundwerte

Von 1975 bis 2005 wurde die Hohenegg als öffentliche Klinik geführt und von 2006 bis 2022 als Privatklinik. Seit 2023 ist die Hohenegg erneut auf der Spitalliste des Kantons Zürich vertreten und damit wieder öffentlich. Grundwerte wie Selbstbestimmung, Eigenverantwortung, Solidarität, konstruktive Dialog- und Konfliktkultur sowie die Achtung von Patientenangelegenheiten haben einen hohen Stellenwert. Wir pflegen diese Werte in den täglichen Begegnungen mit unseren Patientinnen und Patienten.

Exklusive Qualität

Als Mitglied der Swiss Leading Hospitals betreibt die Hohenegg ein transparentes und führendes Qualitätsmanagement nach der European Foundation for Quality Management (EFQM). Die Klinik verfügt über 95 Betten und beschäftigt 303 Personen in insgesamt 177 Vollzeitstellen.

Unverwechselbare Lage

Die Privatklinik Hohenegg liegt an unverwechselbarer Lage auf einem Hochplateau über dem Zürichsee inmitten einer intakten Landschaft. Die beeindruckende Seesicht, der faszinierende Blick auf die Berge und die erholsame Ruhe der Umgebung in einer einmaligen Atmosphäre wirken sich positiv auf das Wohlbefinden der Patientinnen und Patienten aus. Das Gleiche gilt für die überzeugende Architektur der historischen, denkmalgeschützten, sanierten Gebäude und der gepflegten Neubauten.

Engagement, Empathie und Kompetenz

Die Verantwortung für die Behandlung liegt in den Händen unserer erfahrenen Spezialistinnen und Spezialisten. Neben der hohen fachlichen Qualifikation zeichnen sich unsere Mitarbeitenden durch ausgeprägte soziale Kompetenzen und Interprofessionalität aus. Die ärztliche und pflegerische Betreuung ist rund um die Uhr sichergestellt. Die Hotellerie sorgt für einen angenehmen Aufenthalt auf höchstem Niveau.





Damit sich Patientinnen und Patienten wohlfühlen

Architektur der Kernanlage

Gebaute Idylle – unglaublich schön, überraschend sowie von hoher architektonischer und handwerklicher Qualität. So lässt sich dieser einmalige Ruheort über dem Zürichsee beschreiben. Die umfassende und raffinierte Sanierung hat die alten und die neuen Gebäude zu einem Ganzen verschmelzen lassen. Die Ästhetik und die Harmonie wirken schon fast therapeutisch. Die Innenräume sind Inseln der Zeit: ruhig, gelassen, heiter, grosszügig. Auch das Mobiliar und die dezente Farbgestaltung passen zur Architektur und zum Auftrag, den dieses Ensemble zu erfüllen hat: ein heilsames Umfeld zu bieten. Das war schon die Absicht der Gründer vor gut hundert Jahren.

Hotellerie

Die Stationen sind in vier zum Teil denkmalgeschützten Gebäuden untergebracht. Die Doppel- und Einzelzimmer sind komfortabel, stilvoll und funktional eingerichtet. Sie verfügen alle über ein Bad mit WC und sind mit Telefon, Fernsehgerät sowie mit einem unentgeltlichen Internetzugang ausgestattet. Für Privatversicherte sind 26 Privat- und Privat-Superior-Einzelzimmer sowie sechs Suiten (gegen Aufpreis) vorgesehen, für Halbprivatversicherte 37 Standard- und Standard-Plus-Einzelzimmer. Grosszügige Salons und Bibliotheken sowie Besprechungs- und Besucher-

zimmer runden das Angebot ab. Für unsere allgemeinversicherten Patientinnen und Patienten stehen in einer ersten Phase 26 Betten in Doppelzimmern und einigen Einzelzimmern zur Verfügung. Die Terrassen und die Loggias aller Gebäude bieten Ausblicke und Erholung. Drei Saunen unterstützen die Entspannung.

Gastronomie

Das konsequente Qualitätsdenken der Privatklinik Hohenegg schliesst auch das gastronomische Angebot mit ein. Die Speisen werden mit hochwertigen, saisonalen und vorzugsweise regionalen Frischprodukten zubereitet. Kulinarischer Genuss und ernährungsphysiologische Grundsätze werden in ausgewogener Weise kombiniert. Das Küchenteam bietet neben dem wechselnden Tagesangebot auch vegetarische und vegane Menüs sowie verordnete Diätkost an. Das Frühstück findet auf den Stationen in den Bistros statt. Dort steht auch tagsüber ein Kaffee-, Getränke- und Snackangebot bereit. Privat- und Halbprivatversicherte nehmen die Hauptmahlzeiten und den Wochenend-Brunch in gepflegten Speiseräumen im architektonisch ansprechenden Neubau ein. Sie können mit ihren Besucherinnen und Besuchern in der grosszügigen Lounge mit Cheminée speisen. Allgemeinversicherte nehmen alle Mahlzeiten auf ihrer zeitgemäss und freundlich gestalteten Station ein.



2

Behandlungskonzept

Expertinnen und Experten fürs Leben

Hohenegg-Kontextmodell – Heilung durch Kompetenz und Beziehung

Jeder Mensch ist einzigartig, jede Lebenskrise ist einzigartig. In diesem Verständnis begegnen die Mitarbeitenden der Privatklinik unseren Patientinnen und Patienten – auf Augenhöhe und von Mensch zu Mensch. In unserem Hohenegg-Kontextmodell verstehen wir Therapie als aktiven Austausch: Die Patientinnen und Patienten bringen ihre Expertise für ihr Leben ein, wir unsere Fachkompetenz für psychische Gesundheit. Dabei orientieren wir uns konsequent an den Therapiezielen, die wir mit jeder Patientin und jedem Patienten individuell festlegen. Ziel des Hohenegg-Kontextmodells ist die nachhaltige Förderung psychischer Gesundheit. Diese verstehen wir als einen Zustand gelingender und flexibler Anpassungsfähigkeit an die psychischen und sozialen Ansprüche des Lebens. Aufbauend auf neuesten Erkenntnissen der Psychotherapieforschung basiert das Modell auf drei Säulen:

Beziehung: die Qualität und Stabilität der therapeutischen Beziehungen

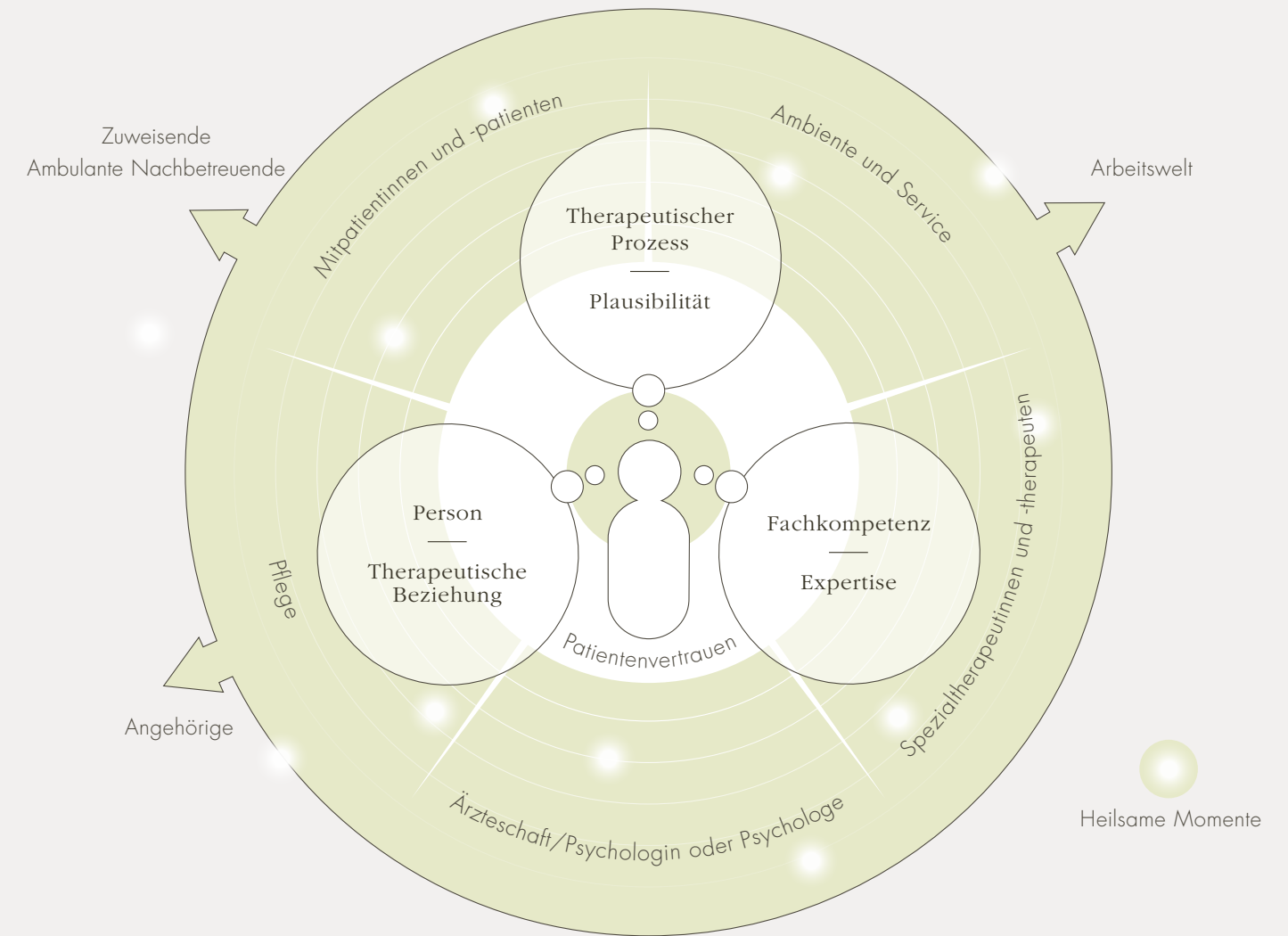
Expertise: die fachliche Kompetenz der Therapeutinnen und Therapeuten

Plausibilität: die Transparenz und Verständlichkeit des Therapieprozesses

Wir verstehen den Menschen als soziales Beziehungswesen. Der Einbezug des realen Lebenskontextes unserer Patientinnen und Patienten, vor allem ihrer Angehörigen, ist uns deshalb besonders wichtig.

Personales Vertrauen

Die Privatklinik Hohenegg legt grosses Gewicht auf stabile und verlässliche therapeutische Beziehungen: Jeder Patientin und jedem Patienten wird eine erfahrene, hoch qualifizierte Person aus der Ärzteschaft oder eine Psychologin bzw. ein Psychologe zugeordnet. Sie bzw. er ist für die gesamte medizinische Behandlung vom Eintritt bis zum Austritt verantwortlich. In gleicher Weise ist die Pflege durch ein



Behandlungskonzept

Im Zentrum unseres Hohenegg-Kontextmodells steht die Patientin oder der Patient, die oder den wir als Expertin bzw. Experten für die Gestaltung des eigenen Lebens verstehen. Wir sind die Expertinnen und Experten für die psychische Genesung und orientieren uns konsequent an den individuell erarbeiteten Therapiezielen.



▼ Bezugspflegesystem individuell und transparent organisiert. Die Spezialtherapeutinnen und -therapeuten sind ebenso klar zugeordnet, sodass die Patientin oder der Patient mit wenigen therapeutischen Bezugspersonen zu tun hat. Dank diesem System behält die fallverantwortliche Person aus der Ärzteschaft bzw. Psychologie den Überblick über den gesamten Behandlungsverlauf und übernimmt zugleich die Rolle der Ansprechperson sowie die Koordination für die Anliegen der externen Zuweisenden. Zwischen den therapeutischen Disziplinen findet ein reger fachlicher Austausch statt, der das gegenseitige Verständnis vertieft. Behandlungskonzepte in unseren Schwerpunkten werden stets im interprofessionellen Kontext aufgebaut und umgesetzt. Die Ärztinnen und Ärzte sowie die Psychologinnen und Psychologen sind einer der vier Stationen zugeordnet, was die Kommunikationswege verkürzt und den therapeutischen Austausch verbessert. Wir pflegen in der Hohenegg auch in der Zusammenarbeit zwischen den Mitarbeitenden eine Kultur des Vertrauens. Sie ist ein wesentlicher Aspekt des sprichwörtlichen «Hohenegger Geistes».

Vertrauen in die Expertise

In der Privatklinik Hohenegg arbeiten ausschliesslich hoch qualifizierte Fachpersonen, die viel Expertise mitbringen. In den von der Klinik festgelegten vier Schwerpunkten optimieren unsere Fachkräfte die therapeutischen Prozesse. Dabei orientieren sie sich konsequent an den aktuell gültigen fachlichen Behandlungsempfehlungen. Die Patientinnen und

Patienten werden durch unsere Fachexpertinnen und -experten gründlich und individuell über ihre Erkrankung informiert. In störungsspezifischen Gruppen werden wichtige Aspekte der Erkrankung im interaktiven Austausch zwischen den betroffenen Patientinnen und Patienten sowie unserer Ärzteschaft und den Psychologinnen und Psychologen vertieft. Zudem wird in den ärztlich geleiteten Gruppentherapien der erfolgreiche Umgang mit psychischen Problemen thematisiert – insbesondere Haltungsfragen wie die Akzeptanz von Leiden und die Bedeutung von Ressourcen.

Vertrauen in einen plausiblen Prozess

Wir informieren die Patientinnen und Patienten ab Eintritt über unser Verständnis von psychischer Krankheit und Gesundheit, das die Grundlage für unser therapeutisches Vorgehen bildet. Die medizinischen Informationen werden interaktiv und in möglichst verständlicher Weise vermittelt. Die Therapie ist in drei Phasen gegliedert – Stabilisierung, Vertiefung und Transfer. Die individuellen Therapieziele sind von herausragender Bedeutung. Sie werden gemeinsam erarbeitet und sind allen behandelnden Fachpersonen bekannt. Bei der Verschreibung von Psychopharmaka legen wir grossen Wert auf Transparenz und die persönliche Einstellung unserer Patientinnen und Patienten. Wir geben differenzierte Informationen über Wirkweise und Nebenwirkungen der verordneten Medikamente.

Ganzheitliche Behandlung – engagierte Pflege

Behandlungsverlauf

Dieser ist in drei klar strukturierte Phasen aufgeteilt und so optimal mit den Zuweisungs- und Nachbehandlungsprozessen verknüpft.

Stabilisierungsphase

Zu Beginn steht häufig die Behandlung der beeinträchtigenden Symptome, vor allem der Schlafstörungen, im Zentrum. Die Patientinnen und Patienten lernen zudem die verschiedenen therapeutischen Ansätze der Klinik kennen, welche die Grundlage für eine differenzierte Einschätzung des Zustands durch die Fachpersonen sind. Auf dieser Basis setzen wir gemeinsam mit der Patientin bzw. dem Patienten die individuellen Therapieziele fest.

Vertiefungsphase

Es findet ein intensiver seelisch-körperlicher Therapieprozess statt, der sprachliche (Psychotherapie) wie auch nicht-sprachliche Zugänge in Form von Kreativ-Therapien, körperzentrierten Zugängen sowie Sport beinhaltet. Achtsamkeit ist ein verbindendes Element all unserer Therapien. Wichtig ist uns die Vermittlung von Fachwissen über gesundheitsförderndes Verhalten und über spezifische psychische Störungen.

Transferphase

Wir planen den Austritt frühzeitig und klären gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten individuell und systematisch Fragen zur ambulanten Betreuung, zur Vermittlung von Tagesstrukturen oder zur Arbeitsfähigkeit.

Pflegerische Betreuung

Die vier Stationsteams, bestehend aus qualifizierten Pflegefachpersonen, begleiten die Patientinnen und Patienten in diesen Phasen individuell und ganzheitlich.

Bezugspersonen

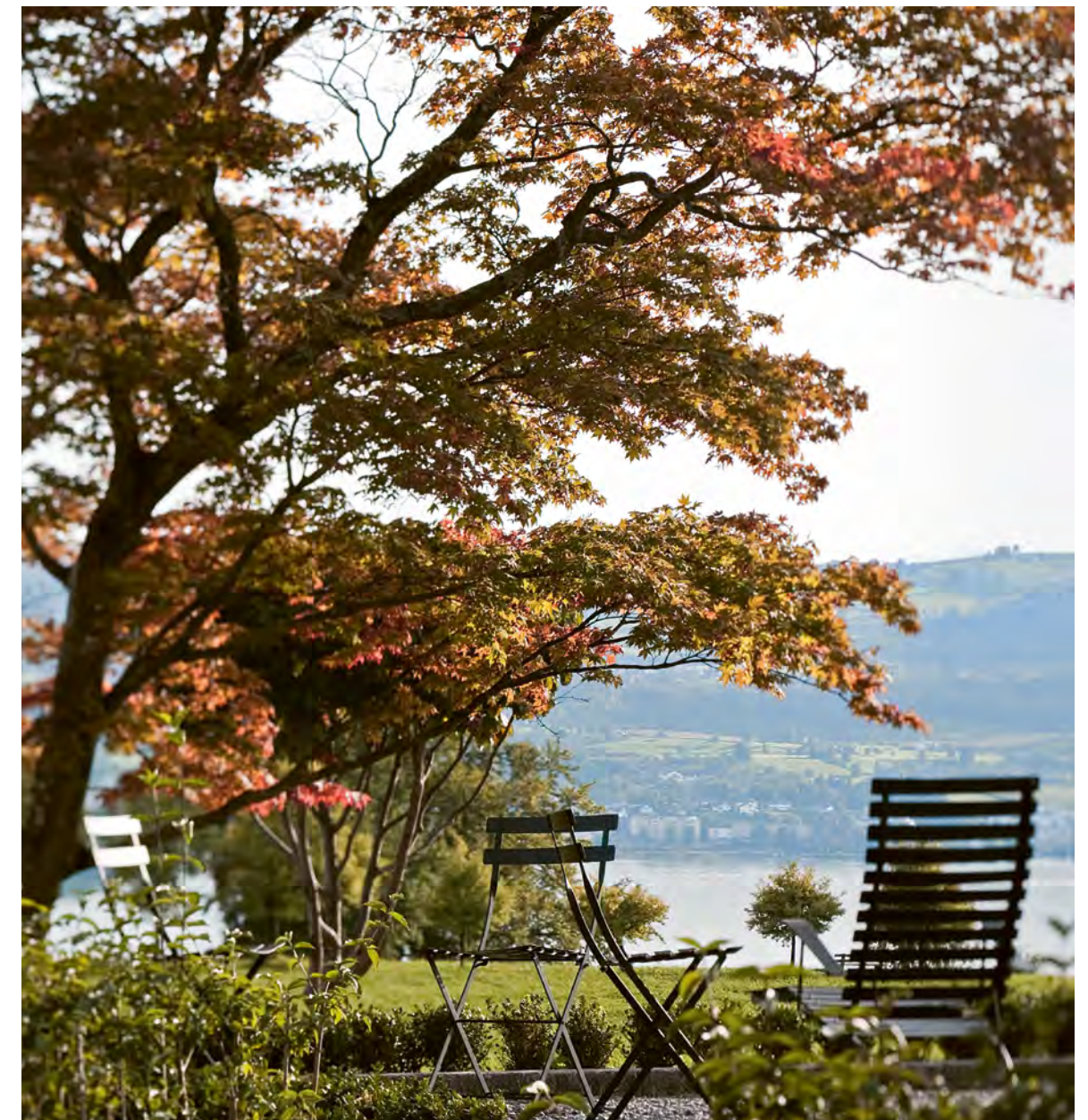
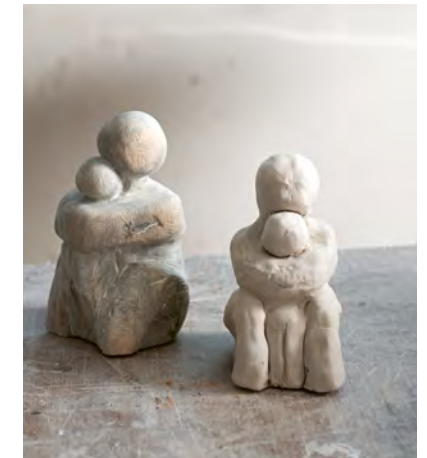
Erfahrene Pflegefachpersonen setzen sich rund um die Uhr für das Erreichen der gemeinsam vereinbarten Ziele ein. Dabei geht der Ansatz der ganzheitlichen Pflege über den Therapiealltag hinaus. Für die Betreuung steht den Patientinnen und Patienten von Anfang an eine Bezugsperson zur Seite. Diese plant gemeinsam mit ihnen die notwendigen Massnahmen und die Umsetzung im Alltag. Weiter werden die Ergebnisse regelmässig evaluiert.

Stärkung der Autonomie

Die erfahrenen Pflegefachpersonen unterstützen die Patientinnen und Patienten beim Umsetzen der Erkenntnisse aus den Therapien. Alltagssituationen auf der Station bieten hierzu viele Übungsmöglichkeiten. Die eigenen Ressourcen und Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten werden berücksichtigt und miteinbezogen. Die Autonomie wird dadurch gestärkt. Dies beeinflusst den Aufenthalt positiv und unterstützt den Genesungsprozess.

Pflegerisch-therapeutische Angebote

Speziell geschulte Pflegefachpersonen unterstützen die Genesung der Patientinnen und Patienten zusätzlich mit Aromatherapie, Wickeln oder Wärmeanwendungen und fördern Bewältigungsstrategien nach Indikation mit Skills- oder Expositionstraining.



3 Therapien

Individuelle Therapien

Die Therapie in der Privatklinik Hohenegg ist in jeder Phase auf die individuelle Situation der Patientinnen und Patienten abgestimmt. Die vertrauensvolle Behandlung gibt Sicherheit, fördert die Selbstständigkeit und bereitet die Rückkehr in das gewohnte Leben vor. Das Therapieangebot umfasst die Elemente Psychotherapie, Pharmakotherapie und Spezialtherapien. Die einzelnen Bestandteile stehen in einem individuell auf die Diagnose und auf die Patientin bzw. den Patienten abgestimmten Verhältnis. Vertrauensvolle therapeutische Beziehungen und eine ebenso geschützte wie anregende Atmosphäre bilden die Basis der vielfältigen spezifischen Therapiemethoden.

Psychotherapie

In der Psychotherapie werden Beschwerden und Lebensprobleme besprochen. Das verbessert das aktuelle Befinden und verhilft zu neuen Strategien für die Lebensbewältigung. Die psychotherapeutischen Einzelgespräche finden für unsere privat- und halbprivatversicherten Patientinnen und Patienten drei Mal pro Woche und für die Allgemeinversicherten zwei Mal pro Woche statt. Ergänzend dazu gibt es Paar- und Familiengespräche sowie verschiedene Gruppentherapien. Die psychotherapeutischen und psychiatrischen Behandlungen werden ausschliesslich von hoch qualifizierten Psychiaterinnen und Psychiatern

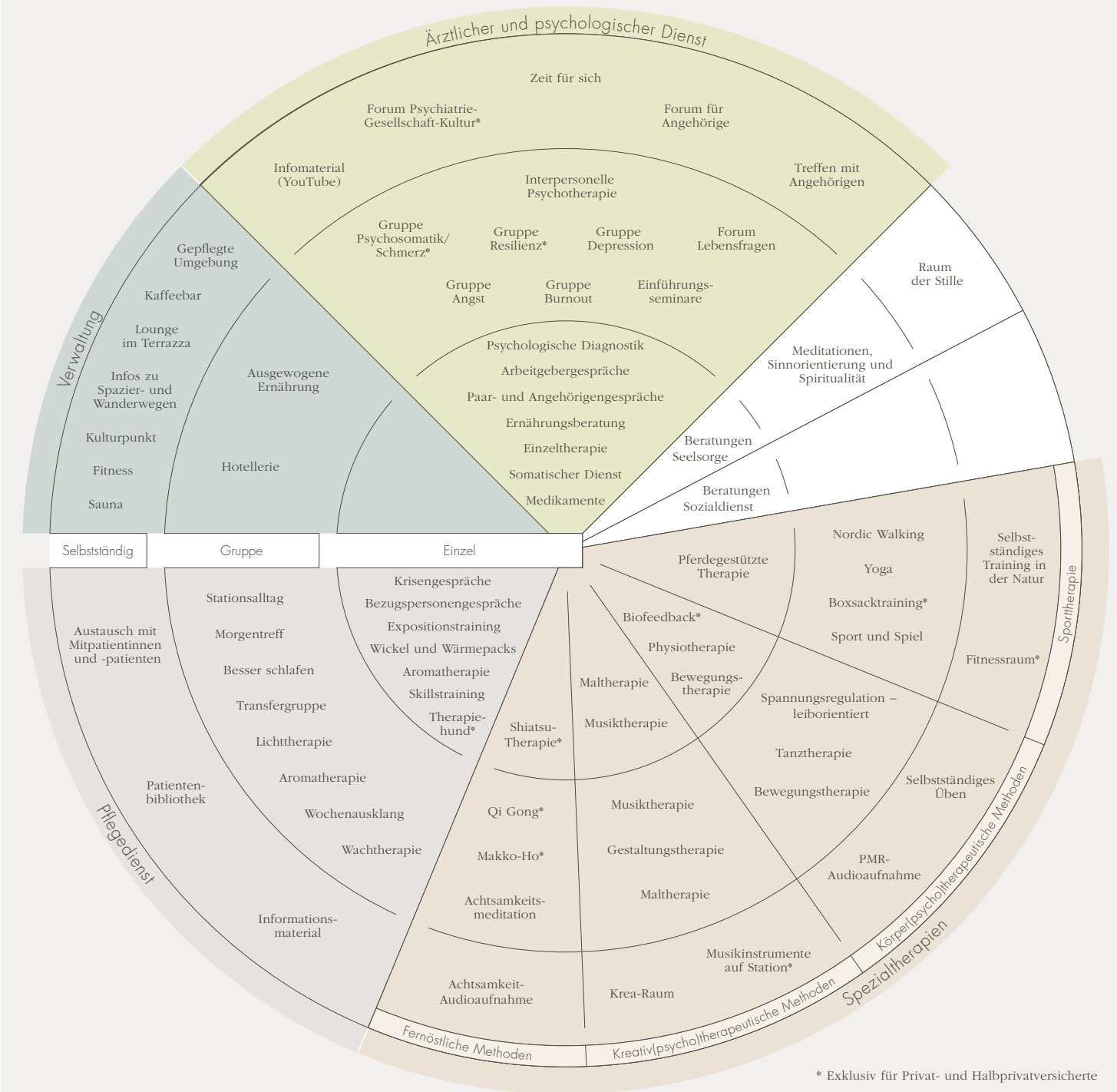
oder Psychologinnen und Psychologen durchgeführt. Für Privat- und Halbprivatversicherte ergänzen wir die umfassende Diagnostik durch eine externe testpsychologische Untersuchung.

Pharmakotherapie

Eine medikamentöse Therapie mit Psychopharmaka ergänzt auf sinnvolle Weise die anderen therapeutischen Massnahmen. Der Einsatz von Psychopharmaka wird sorgfältig auf das individuelle Beschwerdebild abgestimmt und nach intensiver Absprache mit dem expliziten Einverständnis der Patientinnen und Patienten durchgeführt.

Spezialtherapien und Beratungen

Ein kompetentes Team von anerkannten Therapiefachpersonen bietet eine breite Palette an Behandlungsmethoden und Beratungen an: Bewegung und Sport, Körperempfinden, Kreativität, Achtsamkeit und Entspannung stehen dabei im Mittelpunkt der Behandlung. Das individuelle Therapieprogramm ist vom Behandlungsziel abhängig und richtet sich nach den persönlichen Neigungen der Patientinnen und Patienten. Spezialtherapien finden je nach Indikation und Versicherungsstatus im Gruppen- oder Einzelsetting statt.



Angebotspalette

Ein Überblick über unsere vielfältigen therapeutischen Bausteine – aus allen Bereichen. Auf dieser Basis werden die individuellen Therapiepläne zusammengestellt.



4

Depressive Erkrankungen

«Auf einmal wollte ich nicht mehr aufstehen.»

Die Geschichte von Eliane, 55, Gymnasiallehrerin*

«Es kam so schleichend daher. Erst war die Freude an der Arbeit weg, dann die Motivation. Die Aufgaben wuchsen mir über den Kopf. Auf einmal wollte ich morgens gar nicht mehr aufstehen. Alles fühlte sich leer an. Mehr und mehr zog ich mich zurück. Auch von meinem Mann. Darunter hat unsere Beziehung sehr gelitten. Das Bedrückende ist, dass man es nicht erklären kann. Sich selbst nicht und den anderen erst recht nicht. Wir sind doch alle manchmal traurig, sagen die Leute, das geht vorbei. Insgeheim dachte ich: Sie haben recht, stell dich nicht so an, Eliane! Du hast einen tollen Beruf, bist gesund, wohnst in einem schönen Haus. Dir darf es doch gar nicht schlecht gehen. Doch, das darf es, hat mein Hausarzt damals gesagt. Nachdem sich mein Zustand weiter verschlechtert hatte, empfahl er mir eine stationäre Behandlung in der Privatklinik Hohenegg.»

«Ich konnte in Ruhe zu mir finden.»

«Du liebe Zeit, war ich müde am Anfang! Ein neuer Rhythmus, ein neuer Bezug zu meinem Leben und dazu die vielen Therapien. Ich hätte nicht gedacht, wie stark das einen schlaucht. In den ersten Tagen dachte ich sogar daran, wieder zu gehen. Es war dieses



besondere Verständnis, das mich bleiben liess. Nichts mehr erklären müssen, Traurigkeit einfach zulassen, gehalten werden. Die intensiven Gespräche liessen mich mein Lebensmuster erkennen: Ich wollte stets gefallen und es allen recht machen. Zuerst kamen die anderen, und ganz zuletzt kam ich. Diese Haltung kann einen so sehr überfordern. Ich fühlte mich wieder lebendig. Die Kraft kam zurück. Ich begann, mehr in der Gegenwart zu leben, lernte die Signale meines Körpers besser kennen und ja, ich schlief wieder wie ein Murmeltier. Mit das Schönste aber war, dass ich mich Stück für Stück mit meinen Schwächen versöhnen konnte. Beim Malen entstanden Bilder, die mich tief berührten. Ich konnte mich und meine Kreativität wieder spüren. Mein Leben gewann buchstäblich immer mehr an Farbe. Bei manchen Gesprächen war auch mein Mann dabei. Das war ein grosses Glück für uns beide.»

«Mein Lebensrhythmus ist zurück!»

«Mein ganzes Leben hat sich verändert. Äusserlich mag es den Anschein haben, es sei gleich geblieben. Aber hinter den Kulissen habe ich mit der Unterstützung meiner Therapeutin vieles neu gestaltet. Ich arbeite fast wieder Vollzeit, gebe aber viel Verantwortung an die anderen ab. Im Lehrerkollegium ist dadurch eine ganz neue, belebende Dynamik entstanden. Vieles, was früher selbstverständlich war, nehme ich heute dankbar wahr. Natürlich ist jetzt nicht alles rosig. In welchem Leben ist es das schon? Ich muss

gut auf meine kleinen Rückzuginseln achten, in denen ich mich ganz bewusst wahrnehme, ruhig durchatme und mich entspanne. Früher haben mein Mann und ich getanzt. Vielleicht fangen wir wieder damit an, jetzt, wo ich dabei bin, meinen Rhythmus zu finden. Gelegentlich komme ich im Alltag immer noch aus dem Tritt. Aber heute kann ich früh erkennen, wenn der Druck ansteigt, und mich dank meines Notfallplans und mit der Unterstützung meiner Therapeutin gut fangen.»



Wir können viel für Sie tun

«Bei depressiven Zuständen legen wir grossen Wert darauf, Sie bei Ihrem achtsamen Umgang mit sich selbst zu unterstützen. So kommen Schritt für Schritt Ihre körperlichen und seelischen Lebenskräfte zurück. Wir helfen Ihnen dabei, in geschützter Umgebung wieder zu sich selbst zu finden. Besserer Schlaf und der Aufbau von Tagesrhythmen gehören genauso dazu wie die Übung der Achtsamkeit und die aktive Einbeziehung Ihrer Angehörigen in den therapeutischen Prozess. Unser gemeinsames Ziel wird sein, Ihr Wohlbefinden durch die Aktivierung von Ressourcen zu steigern sowie die Selbstakzeptanz zu fördern.»

Dr. med. Caesar Spisla
Leiter Schwerpunkt Depressive Erkrankungen

Entlastung, Akzeptanz und Ressourcenaktivierung

Bei uns lernen die Patientinnen und Patienten ihre Depression zu verstehen und entdecken einen achtsameren Umgang mit sich selbst. Ausgangspunkt der Behandlung ist das aktuelle Leiden. Durch ein besseres Verständnis der psychosozialen Auslöser und der biologischen Reaktionsmuster werden die Betroffenen entlastet. Achtsamkeitsübungen – Leben im Hier und Jetzt – helfen, die Situation besser zu akzeptieren. Auf das verstärkte Kontroll- und Beziehungsbedürfnis der Patientinnen und Patienten gehen wir therapeutisch ein.

Folgende Therapieelemente sind für die Behandlung zentral:

- Vertrauensvolle Beziehungen aufbauen
- Achtsamkeit für die Gegenwart fördern
- Eigene Muster, die zu Depressionen führen, erkennen
- Den Umgang mit negativen Gedanken verbessern
- Bewältigungsstrategien erarbeiten
- Ressourcen fördern, hilfreiche Aktivitäten fördern
- Einsatz von Psychopharmaka
- Individuelle Rückfallprophylaxe erarbeiten



5 Burnout und Belastungskrisen

«Ich sah nur noch das Negative.»

Die Geschichte von Michael, 42,
Projektleiter IT, verheiratet, zwei Kinder*

«Zuerst wunderst du dich. Du hast so viel Berufserfahrung, und auf einmal schaffst du deine Arbeit nicht mehr? Klingt seltsam, oder? Aber dann vergeht dir das Lachen. Du merkst, da steckt viel mehr dahinter. Dieses Burnout hat mich mit Wucht aus der Bahn geworfen. In meiner Firma hatte sich viel verändert. Arbeitsbelastung und Zeitdruck wurden immer grösser. Dazu die Sorge um eines unserer Kinder, das unter nächtlichen Angstzuständen litt. Fast jeden Morgen lag ich um drei Uhr schon hellwach im Bett und grübelte und grübelte. Dazu dieses lähmende Ohnmachtsgefühl, im Job nicht mehr bestehen zu können. Nach sechs Monaten konnte ich nicht mehr. Meine Frau auch nicht. Lass dir helfen, hat sie gesagt. Da bin ich ins Zentrum für psychische Gesundheit in Zollikerberg gegangen. Das gehört zur Hohenegg.»

«Die Entlastung tat so gut.»

«Verdacht auf Erschöpfungsdepression, haben sie gesagt. Na toll, und das bei mir, einem Perfektionisten, wie er im Buche steht. Aber eigentlich war es nur logisch. Jeder wollte etwas von mir, und allen wollte ich es hundertprozentig recht machen. Wenn man dann noch so hohe Erwartungen an sich selbst stellt, geht irgendwann nichts mehr. Es war, als ob

mein System im Kopf einen Crash gehabt hätte. In der Hohenegg haben sie mir als Erstes Druck weggenommen. Ich konnte mir endlich wieder Zeit schenken. Mir, nicht den anderen! Das war ein gutes Gefühl. Smartphone, Tablet, Laptop – diese Zeitfresser habe ich beiseitegelegt und stattdessen mit den Therapeutinnen und Therapeuten mein Leben unter die Lupe genommen. Es war nicht leicht, als kein Stein mehr auf dem anderen blieb. Im Grunde drehte sich alles um die Verbesserung meiner inneren und äusseren Lebensbalance. Das erledigt man nicht mal eben in sechs Wochen Klinikaufenthalt. Du brauchst einen Plan für danach. Den habe ich mir hier erarbeitet. Der Perfektionist in mir war ziemlich entspannt in dieser Zeit. Ich wusste nicht genau, wohin mich mein Weg führen würde. Aber ich freute mich darauf.»



«80 Prozent tun's auch.»

«Wunder vollbringen sie auch in der Hohenegg nicht. Aber sie helfen dir dabei, die richtigen Fragen zu stellen und dein Leben nachhaltig zu verändern. Ab und zu habe ich noch Schlafstörungen. Die Rückenbeschwerden sind auch nicht ganz weg. Aber meine gedrückte Stimmung ist verschwunden. Ich freue mich wieder auf Begegnungen. Meine Unternehmungslust ist zurück. Die guten Gespräche werde ich fortsetzen. Ich besuche regelmässig einen Psychiater, der mir von den Ärztinnen und Ärzten der Hohenegg empfohlen worden ist, und eine Meditationsgruppe.

Das bringt Ruhe in den Alltag. Die Zusammenhänge sind mir klarer geworden. Ich stehe der Erschöpfung, die mich gelegentlich noch überfällt, nicht mehr hilflos gegenüber, sondern weiss mit ihr umzugehen. Ich kann mir durchaus vorstellen, wieder in die IT zurückzukehren. Anfänglich vielleicht mit einem kleinen Pensum, das ich langsam erhöhen werde. Langfristig möchte ich aber nicht mehr als 80 Prozent tätig sein. Auch der Perfektionist in mir ist damit einverstanden.»



Wir können viel für Sie tun

«In der Behandlung von Burnout und Belastungskrisen konzentrieren wir uns auf die inneren und äusseren Ursachen Ihrer Krise. Zur Verbesserung der äusseren Lebensbalance erweitern wir gemeinsam mit Ihnen die einseitig gewordene Lebensführung. Vertiefte Beziehungspflege und Freizeitgestaltung rücken in den Vordergrund. Zur Erlangung der inneren Balance fördern wir drei Grundhaltungen, die wir Management-, Lebenskunst- und Verantwortungshaltung nennen. Sie werden Ihnen helfen, Ihr berufliches Leben effizienter zu gestalten, Ihre Leitwerte zu stärken und Raum für Kreativität, Achtsamkeit und Genuss zu schaffen.»

Dr. med. Sebastian Haas
Stv. Ärztlicher Direktor
Leiter Schwerpunkt Burnout und Belastungskrisen

Dr. biol. hum. Fiona Witte
Leitende Psychologin
Leiterin Schwerpunkt Burnout und Belastungskrisen

Verbesserung der äusseren und inneren Lebensbalance

Die Therapie der Burnout-Krise hat in der Privatklinik Hohenegg zwei Zielrichtungen. Bei der Verbesserung der äusseren Lebensbalance wird die einseitig gewordene, meist beruflich orientierte Lebensführung konkret erweitert, zum Beispiel über vertiefte Beziehungspflege, Freizeitgestaltung oder kulturelle Interessen.

Für die Verbesserung der inneren Lebensbalance werden insbesondere drei Grundhaltungen gefördert:

- Die Managementhaltung, bei der das eigene Leben aus unternehmerischer Perspektive betrachtet wird, mit Blick auf Nutzen, Effizienz und Erfolg
- Die Lebenskunsthaltung, bei der das Leben als persönliches Kunstwerk betrachtet wird, das Raum für Kreativität, Achtsamkeit und Genuss lässt
- Die Verantwortungshaltung, die sich mit ethischen Fragen auseinandersetzt, Erkenntnisgewinn sucht und mit der persönliche Leitwerte gestärkt werden können



6 Angsterkrankungen

«Diese Panikattacken waren furchtbar.»

Die Geschichte von Tina, 35, Event-Managerin*

«Mein Herz raste, alles begann zu schwanken. Ich war sicher, gleich durchzudrehen. Mitten im Trubel eines internationalen Kongresses, den ich organisiert hatte! Ein Albtraum. In der Agenturbranche bist du erledigt, wenn dir so etwas passiert. Wir sind doch alle so dynamisch und gut gelaunt. Ja, von wegen – die Attacken kamen immer öfter. Mein Leben bestand nur noch aus Überforderung, Erschöpfung, Angst und Rückzug. Irgendwann traute ich mich gar nicht mehr aus dem Haus. Das Schlimmste an diesen Panikattacken ist, dass du Angst vor ihnen hast. Du hast Angst vor der Angst! Einen schlimmeren Kreislauf gibt es kaum. Ich brauchte ganz dringend jemanden, der dieses Karussell anhielt und mich rausholte. Mein Hausarzt hat schnell erkannt, worum es ging, und mich in der Hohenegg angemeldet.»

«Ich musste meine Angst verstehen lernen.»

«Endlich Ruhe und Geborgenheit! Nach all den Monaten, in denen ich nicht mehr wusste, wo mir der Kopf stand, schlief ich wieder gut. Die Krebserkrankung der Mutter, die Schulprobleme der Zwillinge, die Überlastung in der Event-Agentur – dieser Dauerstress hatte mich sehr zermürbt. Ich war nicht allein;



das zu erleben, war für mich ein Trost. Du denkst ja immer, alle anderen haben ihr Leben im Griff, nur dein Motor kommt ins Stottern. Aber es geht vielen so wie mir. In Gesellschaft ähnlich betroffener Mitpatientinnen und -patienten zu sein und von einfühlsamen Fachpersonen betreut zu werden, ist hilfreich und beruhigend. Es war entscheidend für mich, die Krankheitsmechanismen zu verstehen. Zu erleben, dass ich meinen Ängsten nicht wehrlos ausgeliefert sein muss, hat mir neuen Mut gemacht. Plötzlich wurden Wege aus der Krise sichtbar. Ich habe Chancen gesehen, die Kontrolle wieder zu erlangen. Verlorenes Lebensterrain zurückgewinnen, nennen sie das in der Hohenegg. Für mich gehörte auch dazu, den Sinn und die Werte wieder zu entdecken, die mir in der Zeit davor verloren gegangen waren. Ich bin sehr erleichtert, dass mir das so gut gelungen ist.»

«Ich habe mein Leben zurück!»

«Die Balance ist endlich wieder da. Das funktioniert aber nur, weil mein Umfeld so gut mitspielt. Mein Mann und meine Kinder unterstützen mich. In unserer Familie haben wir die Aufgaben neu verteilt. Meine Sporttermine sind jetzt heilig. Beruflich übe ich mich im Abgrenzen und Delegieren. Das ist ziemlich schwer für jemanden wie mich, der so gern auf vielen Hochzeiten tanzt. Ich mache mir keine Illusionen. In meinem Beruf lassen sich Stresssituationen nicht gänzlich vermeiden. Gelegentlich flackern Angst und

Panik wieder auf. Das kann auch ein Klinikaufenthalt nicht ganz verhindern. Ich denke, es gehört zu meinem Leben einfach dazu. Aber das Allerwichtigste für mich ist: Ich habe keine Angst mehr vor der Angst. Ich lasse mich von ihr nicht mehr aufhalten. Angstbewältigung kann ich im Alltag selbstständig üben. Dafür hat die Hohenegg ausgezeichnete Selbsthilfematerialien. Aber auch hier gilt: Von nichts kommt nichts. Du musst ständig am Ball bleiben.»



Wir können viel für Sie tun

«In der Behandlung von Angsterkrankungen fördern wir eine positive Grundhaltung. So lernen Sie, dem krank machenden Sog entgegenzuwirken und neuen Mut zu schöpfen. Wir legen grossen Wert darauf, dass Sie ein Verständnis für die Entstehungsmechanismen Ihrer Angst entwickeln. In einer schützenden Umgebung erlernen Sie verhaltensbezogene Techniken und mentale Haltungen, die zu einer deutlichen Angstreduktion führen. All dies ist eingebettet ins ganzheitlich-humanistische Gesamtkonzept unserer Klinik, das auf heilsame menschliche Beziehungen sowie auf eine Orientierung an Sinn und Werten setzt.»

lic. phil. Gregor Harbauer (links)

Leiter Schwerpunkt Angsterkrankungen

Dr. med. Peter Peiler (rechts)

Leiter Schwerpunkt Angsterkrankungen

Panikattacken, Phobien und generalisierte Angst

Scheinbar aus heiterem Himmel kann es zum Aufschliessen intensivster Angstzustände und zu Brustschmerzen kommen. Aus der Angst kann sich ein Vermeidungsverhalten in Bezug auf öffentliche Situationen wie Warenhäuser, Kinos oder Bus und Bahn (Agoraphobie) entwickeln. Sie kann sich aber auch an speziellen Situationen oder Gegenständen festmachen: öffentliches Reden, Höhe oder bestimmte Tiere (soziale Phobie und sonstige spezifische Phobien). Und schliesslich kann sich die Angst als «Sorgenkrankheit» diffus über alle Probleme des Alltagslebens ausbreiten (generalisierte Angststörung).

In der Privatklinik Hohenegg wird den Patientinnen und Patienten ein tieferes Verständnis für die verschiedenen Angsterkrankungen vermittelt (Psychoedukation). In einer schützenden, entlastenden und stützenden Umgebung erlernen sie Verhaltenstechniken und mentale Haltungen, die zu einer deutlichen Angstreduktion und zur Rückgewinnung verlorenen Lebensterrains führen.

«Mein ruhiges Leben wurde zum Albtraum.»

Die Geschichte von Claudia, 41,
Réceptionistin und Hausfrau*

«Es war nur eine einfache Darmspiegelung. Dazu hatte mir mein Hausarzt geraten, weil es in meiner Familie schon bösartige Darmtumore gab. Routine, oder? Das machen doch Tausende. Es war auch alles in Ordnung bei mir. Trotzdem schien es, als hätte sich an diesem Tag eine Schleuse geöffnet. Auf einmal machte ich mir ständig Sorgen, dass etwas Schlimmes passieren könnte. Wochenlang schlief ich nur noch drei oder vier Stunden. Ich fühlte mich ausgelaugt, kraftlos und blockiert. Im Ernst, ich war sogar davon überzeugt, bald gelähmt zu sein. Dann wurde es massiv körperlich. Durchfall. Hitzewellen im ganzen Körper. Meine Finger fühlten sich heiss und taub an, die Füsse dagegen eiskalt. Das war der Moment, als mein Arzt mir die Hohenegg empfohlen hat.»

«Der Blick auf den See war
Balsam für meine Seele.»

«Ich fühlte mich aufgehoben in der Hohenegg. Nicht nur, dass meine Beschwerden verstanden wurden. Nein, ich habe sie auch selber begriffen. Mein Körper und meine Psyche hängen so eng miteinander zusammen. Ich hätte mir nie vorstellen können, dass sich eine seelische Überlastung in dieser Weise in körperlichen Beschwerden äussern kann. Das



Therapeutenteam holte mich ins Leben zurück. Sie haben alle Hand in Hand gearbeitet. Medikamente linderten die stärksten körperlichen Beschwerden. In langen Gesprächen wurde mir klar, wie verzerrt meine Sicht auf die Realität und mein Leben gewesen war. Gemeinsam erarbeiteten wir Strategien, damit ich meinen Alltag wieder bewältigen konnte. In der Hohenegg musste nicht nur mein Kopf arbeiten. Es gab so viele verschiedene Körpertherapien, die mir dabei geholfen haben, meine übersteigerten Reaktionen auf ein normales Mass herunterzufahren und mich auszubalancieren. Ich wurde immer zuversichtlicher. Jeden Morgen gaben mir die sanften Hügel um den malerischen Zürichsee vor meinem Zimmerfenster neuen Mut. Mein Partner besuchte mich oft und wir gingen spazieren. Gemeinsam Licht am Horizont zu sehen – das waren wunderbare Momente, in denen wir uns wieder ganz nah waren.»



«Der Knoten löst sich.»

«Natürlich ist nach einem Klinikaufenthalt nicht alles einfach gut. Ich habe viel erreicht in der Hohenegg. Aber man darf nicht denken, dass man sich hinterher auf die faule Haut legen kann. Bei mir hat es ein Jahr gedauert, in einer ambulanten Nachbearbeitung zu lernen, wie ich die Erkenntnisse aus der Klinikzeit in meinem Alltagsleben umsetzen kann. Manchmal müssen längst vergessen geglaubte Altlasten bearbeitet werden. Das braucht einfach Zeit. Heute kann ich akzeptieren, dass ich keine Kinder habe.

Die Beziehung zu meinem Partner ist viel lebendiger als vorher. Ich habe mir auch einen neuen Job gesucht, der meinen Talenten und Interessen besser entspricht. Heute bin ich meilenweit entfernt vom damaligen Schrecken. Die Zeit in der Hohenegg und die Arbeit danach haben mir Zugang zu neuen Erkenntnissen ermöglicht, die ich sonst nie entdeckt hätte. Und sie haben mir Werkzeuge in die Hand gegeben, mit deren Hilfe ich meine Balance bewahren kann.»



Wir können viel für Sie tun

«Die Therapie von psychosomatischen Erkrankungen basiert auf einem ganzheitlichen Konzept, das seelische und körperliche Aspekte in ihren Wechselwirkungen gleichermaßen berücksichtigt. Fast alle seelischen Erkrankungen wie Depressionen, Burnout oder Angsterkrankungen gehen mit körperlichen Beschwerden einher. Bei manchen Patientinnen und Patienten stehen körperliche Symptome aber im Vordergrund. Deshalb profitieren die meisten von unseren psychosomatisch ausgerichteten Behandlungen. Wir zeigen Ihnen einen neuen Zugang zum eigenen Körper und unterstützen Sie beim Aktivieren Ihrer Stärken.

In verschiedenen Therapien lernen Sie sich und Ihren Körper neu kennen. Stärken, die durch die Krankheit in den Hintergrund getreten sind, werden wieder aktiviert. Durch das Erlernen von Entspannungs- und diversen Körpertechniken beeinflussen Sie Ihren Zustand positiv. Gemeinsam mit den Therapeutinnen und Therapeuten setzen Sie sich Ziele für das Leben mit der Krankheit und können so realistische Veränderungen anstreben.»

Prof. Dr. med. univ. Josef Jenewein
Ärztlicher Direktor
Leiter Schwerpunkt Psychosomatische Erkrankungen

Körperliche Antwort auf innere und äussere Reize

Bei psychosomatischen Erkrankungen gehen wir von einem kontinuierlichen Zusammenspiel zwischen Körper und Psyche aus. Dieses ist eingebettet in das jeweilige soziale Umfeld. Verschiedene Feedbackmechanismen zwischen dem Nervensystem und anderen Organsystemen führen zu einer körperlichen Reaktion auf äussere beziehungsweise innere Reize.

Patientinnen und Patienten mit psychosomatischen Störungen nehmen ihre psychische Belastung (Stress) häufig primär körperlich wahr. Sie erleben Körperstresssymptome, beispielsweise Fatigue, Erschöpfung, Schmerzen, Magen-Darm-Symptome oder Herz-Kreislauf-Symptome. Im individuellen Therapieprogramm lernen sie, die Sprache ihres Körpers (Stresssymptome) zu verstehen, neue Stärken zu entdecken und gewünschte Veränderungen im Alltag anzustreben. Alle therapeutischen Prozesse werden sorgfältig auf die betroffenen Personen und ihre Krankheiten abgestimmt. Die Hohenegg pflegt zudem eine enge Zusammenarbeit mit Spezialistinnen und Spezialisten, u. a. mit dem Universitätsspital Zürich sowie den Spitälern Zollikerberg und Männedorf. Angehörige werden ebenfalls in den Behandlungsprozess einbezogen und im Umgang mit chronischen Krankheiten unterstützt.

8

Zusatzkompetenzen

Störungen gezielt bewältigen

Psychische Störungen sind vielschichtig. Komorbiditäten, Begleit- oder Folgeerkrankungen erfordern ebenso differenzierte Diagnostik und Behandlung wie die Zuweisungsdiagnose. Sie sind Bestandteil einer fundierten Therapie. Erforderliche Massnahmen – auch Priorisierung von Behandlungsbedarf – legen wir in der zielorientierten Behandlungsplanung fest. Dank der Expertise unserer Fachpersonen in der Traumatherapie sowie in der Behandlung von dissoziativen Störungen, Aufmerksamkeitsstörungen (ADS respektive ADHS) und Substanzkonsumstörungen werden diese spezifischen Erkrankungen kompetent angegangen, um eine nachhaltige Genesung zu ermöglichen.

Traumafolgestörungen

Die Bewältigung von traumatischen Erfahrungen – beispielsweise von Unfällen, Katastrophen oder Gewalttaten – hat zum Ziel, die negativen Erlebnisse so in die individuelle Lebensgeschichte zu integrieren, dass sie ihre anhaltend bedrohende Wirkung verlieren. Therapeutinnen und Therapeuten mit Zusatzausbildung in Psychotraumatologie unterstützen Patientinnen und Patienten je nach Verordnung in der Einzeltherapie und/oder in der Gruppe Resilienz.

Körperstressstörungen (somatoforme Störungen) und dissoziative Störungen

Somatoforme und funktionelle Störungen werden nach der neuen internationalen Klassifikation (ICD 11) als **Körperstressstörungen** zusammengefasst und bezeichnet. Ihnen liegt einheitlich zugrunde, dass sich psychische Belastungen (Stress) primär über körperliche Symptome zeigen. Die multimodale Behandlung beinhaltet deshalb neben einer sorgfältigen Aufklärung über das Krankheitsbild einen besseren, gesünderen Umgang mit Stress sowie eine verbesserte Körperwahrnehmung.

Dissoziative Störungen können als Reaktion auf schwierige Erlebnisse auftreten. Sie zeigen sich oft begleitend zu anderen psychischen Störungen, z. B. posttraumatischen Belastungsstörungen. Betroffene versuchen zu ihrem eigenen Schutz, ihre Erinnerungen an Belastendes auszublenden und damit psychischen Stress zu reduzieren. Das stabile Bild der eigenen Identität ist dadurch häufig beeinträchtigt.

Die Behandlung erfolgt im Rahmen einer Psychotherapie mit dem Ziel, das «Ich» wieder als Einheit von Gedanken, Handlungen und Gefühlen zu erleben und zu stärken. Wir klären Patientinnen und Patienten sorgfältig über das Krankheitsbild der dissoziativen Störung auf. Sie lernen im Rahmen der multimodalen Behandlung, die individuellen dissoziativen Symptome rechtzeitig zu erkennen und sinnvoll darauf zu reagieren.



Aufmerksamkeitsstörungen (ADS respektive ADHS)

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist eine chronische Erkrankung, die im Kindesalter erkennbar wird und sich über das Adoleszentenalter bei der Mehrzahl der Betroffenen bis ins Erwachsenenleben fortsetzen kann. Die Prävalenz bei Erwachsenen liegt bei ca. 3 bis 5%.

Die zentrale Symptomatik besteht in allen Lebensaltern aus folgenden drei psychopathologischen Syndromen:

- Aufmerksamkeitsstörung/Fokussierungsstörung
- Impulsivität
- Hyperaktivität

Die ADHS tritt bei Erwachsenen weniger als isolierte Störung auf, sondern deutlich häufiger im Zusammenhang mit komorbiden Störungen wie Angststörungen, affektiven Störungen, Suchtverhalten. Nicht selten sind es diese Krankheitsbilder, die Patientinnen und Patienten in eine klinische Behandlung bringen. Die Behandlung sollte stets multimodal sein, bestehend aus Psychoedukation, Medikation und Coaching.

Rechtzeitige, fachgerechte Abklärung, Diagnosestellung und spezifische Therapie können den Betroffenen eine neue Wendung zu mehr Lebensqualität und weniger Leidensdruck ermöglichen.

Substanzkonsumstörungen

Substanzkonsumstörungen werden gemäss ICD-11 von den Verhaltenssuchten unterschieden. Substanzabhängigkeit wird von schädlichem Gebrauch von Suchtstoffen abgegrenzt, wobei es zwischen genussorientierten und pathologischen Konsummustern fließende Übergänge gibt.

Bei Abhängigkeit bestehen ein vermehrter Drang, einen bestimmten Stoff zu konsumieren, und eine verminderte Kontrolle bezüglich der Substanzeinnahme. Als weiteres Kriterium gilt, dass dem Konsum eine fortschreitende Priorität beigemessen wird und andere Interessen und Bedürfnisse im alltäglichen Leben vernachlässigt werden.

Konsumstörungen sind oft die Folge von dysfunktionalen Kompensationsversuchen bei primären Krankheitsbildern wie Burnout, Angst oder Depressionen. Der Konsum des Suchtstoffs dient dann dem Ziel, die Leitbeschwerden zu lindern.

Leichte oder moderate Konsumstörungen als Komorbidität können in der Hohenegg behandelt werden. Die Behandlung zielt darauf ab, die Steuerung von Affekten zu verbessern, die belohnungsassoziierten Lernvorgänge zu modifizieren und die Kontrolle über den Konsum wieder zu erlangen.

9

Behandlung und Aufenthalt

Grundleistungen Allgemeinversicherte

Jede Patientin und jeder Patient erhält bei uns eine Behandlung, die sich am individuellen Gesundheitszustand, der Diagnose und dem aktuellen Wissensstand der Medizin orientiert – mit unserem ganzen Engagement.

Psychiatrie/Psychotherapie

- Behandlung durch Assistenzärztinnen und -ärzte sowie Psychologinnen und Psychologen unter fachärztlicher Anleitung
- Keine freie Arztwahl

Spezialtherapien

- Angebote aus Kunst-, Bewegungs- und Sporttherapien im Gruppensetting

Spitalleistungen

- Eintritt nach Verfügbarkeit und medizinischer Dringlichkeit
- Pflegeleistung gemäss Standard/Betreuung durch Fachpersonal und Pflegende in Ausbildung/Bezugspersonenpflege
- Eingeschränkte Besuchszeiten

Hotellerie

- Zweckmässige, schöne Zweierzimmer mit Dusche
- Einzelzimmer gegen Aufpreis
- Guter Ausbaustandard
- Schöne Lage im Grünen

Gastronomie

- Menüwahl Standard/vegetarisch
- Diäten nach medizinischer Indikation
- Essen auf der Station

Ein Upgrade von Allgemein- auf Halbprivat- oder Privatbehandlung ist möglich. Details in der Beilage für Allgemeinversicherte



Mehrleistungen Halbprivat- und Privatversicherte

Eine Halbprivat- oder Privatversicherung (HP/P) garantiert zusätzlich eine überdurchschnittliche Versorgungs- und Aufenthaltsqualität sowie Exklusivität in einem einmaligen Ambiente. Bei uns kombinieren wir individuelle Behandlung mit einem Hotelangebot auf Vier-Sterne-Niveau.

Psychiatrie/ Psychotherapie

- Behandlung durch Oberärztinnen und -ärzte, Leitende Psychologinnen und Psychologen, Leitende Ärztinnen und Ärzte, Chefärztin und Chefarzt
- Freie Arztwahl im Rahmen der zielorientierten Behandlung

Spezialtherapien

- Angebote aus Mal-, Gestaltungs-, Musik-, Tanz-, Bewegungs- und Sporttherapien im Gruppen- oder Einzelsetting, ergänzt durch komplementärmedizinische Methoden wie Shiatsu, Qi Gong, Achtsamkeitsmeditation

Spitalleistungen

- Eintritt nach Verfügbarkeit und medizinischer Dringlichkeit
- Diplomiertes Pflegefachpersonal, Bezugspersonenpflege mit erhöhter Rücksicht auf individuelle Betreuungswünsche
- Freie Besuchszeiten

Gastronomie

- Hervorragende Küche
- Grosse Auswahl an Speisen
- Brunch am Wochenende
- Mittag- und Abendessen in den Speisensälen im Neubau Terrazza / Frühstück auf der Station

Hotellerie

- Denkmalgeschützte, top sanierte Gebäude
- Einzelzimmer in gehobenem Standard mit Bad oder Dusche in HP- oder P-Standard
- Hochwertiges Mobiliar
- Suiten gegen Aufpreis
- Vier-Sterne-Service
- Weitläufige Parkanlage mit Seesicht

Diverses

- Neuartige Diagnostik
- Sauna
- Freier Zugang zum Fitnessraum
- Kulturelles Angebot
- Gratis Parkplatz



Privatklinik Hohenegg AG

Hohenegg 1

Postfach 555

CH-8706 Meilen

Tel +41 44 925 12 12

Fax +41 44 925 12 13

privatklinik@hohenegg.ch

www.hohenegg.ch

**THE SWISS
LEADING
HOSPITALS****Zuweisungen**

Tel +41 44 925 15 00

Fax +41 44 925 15 10

em@hohenegg.ch

Version 7.0 / August 2025



* Aus Diskretionsgründen sind alle Akteurinnen und Akteure der Geschichten erfunden. Es gibt sie nicht. Aber ihre Krisen, Gefühle, Gedanken und Sorgen sind real. Die Geschichten verdichten deren Erfahrungen und sind die Essenz von unzähligen Gesprächen, die unsere Ärzteschaft mit Patientinnen und Patienten geführt haben.