



Das Mind-Body-Medizin-Programm bieten wir Ihnen in folgenden Formen an:

- **Gruppenprogramm** für onkologische Patientinnen und Patienten, welches im Rahmen einer geschlossenen, von einem ärztlich-therapeutischen Team geleiteten Gruppe stattfindet.
- **Einzelsetting** bei verschiedenen Indikationen, z. B. Umgang mit Stress, Lebensstilveränderung oder kognitive Umstrukturierung
- **Onlineprogramm** für Patientinnen und Patienten, die ortsunabhängig teilnehmen möchten.



Weitere Informationen erhalten Sie in unserem Video.
rbk.de/mit-naturheilkunde-unterstuetzen

Gesund im Stress (achtwöchiger Kurs)

Der Kurs basiert auf mind-body-medinischen Interventionen und richtet sich an alle Interessierten, die einen bewussteren Umgang mit Stress und ihrem Stresserleben lernen möchten.



Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Website.
rbk.de/gesund-im-stress

Forschung

Als spezialisiertes Team in der Naturheilkunde und Integrativen Medizin sind wir aktiv an klinischer Forschung beteiligt und führen eigene Studien durch.

Erfahren Sie mehr über aktuelle klinische Studien in der Naturheilkunde und Integrativen Medizin.



Informationen zu den aktuellen klinischen Studien erhalten Sie auf unserer Website.
rbk.de/naturheilkunde/forschung

Kontakt und Anmeldung

Sie haben Fragen oder möchten sich gerne anmelden? Wir sind für Sie da.

Montag – Freitag | 10 – 13 Uhr
Telefon 0711 8101-6258 | naturheilkunde@rbk.de

oder Sie nutzen direkt die Online-Terminvereinbarung über unser **Patientenportal**:



Nutzen Sie unsere sichere und datenschutzkonforme (EU-DSGVO) Portallösung für Ihr Anliegen.
patientenportal.rbk.de



So erreichen Sie uns

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Mit den Stadtbahnlinien U6, U7, U13, U15 oder U16 bis Haltestelle „Pragsattel“, danach weiter mit der Buslinie 57 bis Haltestelle „Robert Bosch Krankenhaus“. Oder mit der Buslinie 52 bis Haltestelle „Yitzhak-Rabin-Straße“.

Mit dem Auto

Parkplätze stehen gegen Gebühr in unserem Parkhaus zur Verfügung.

Weitere Informationen unter www.rbk.de/anreise

Bosch Health Campus GmbH
Robert Bosch Krankenhaus

Auerbachstraße 110 | 70376 Stuttgart
Telefon 0711 8101-0 | info@rbk.de | www.rbk.de

Der Bosch Health Campus ist eine Einrichtung der Robert Bosch Stiftung.



Unser
Leistungsspektrum

**Naturheilkunde und
Integrative Medizin**

Liebe Patientinnen und Patienten,

wir sind ein interdisziplinäres und multi-professionelles Team mit Expertise in den verschiedenen Verfahren der Naturheilkunde und Integrativen Medizin. Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht Ihre individuelle Betreuung.

Neben den bewährten Angeboten der spezialisierten und konventionellen Medizin im Robert Bosch Krankenhaus bietet die Abteilung für Naturheilkunde und Integrative Medizin ergänzend wissenschaftlich geprüfte naturheilkundliche Beratung, Behandlung und Mind-Body-Medizin als integratives Konzept an.

Die Integrative Medizin unterstützt Sie darin, Ihre eigenen Ressourcen zu aktivieren und zu stärken.

Nutzen Sie gerne unsere Angebote und wenden Sie sich bei Fragen jederzeit an unser Team.



**Prof. Dr. med.
Mark Dominik Alscher**
Geschäftsführer
Robert Bosch Krankenhaus



**Dr. med.
Marcela Winkler**
Ärztliche Leiterin
Naturheilkunde und
Integrative Medizin

Unser Angebot

Naturheilkundliche Integrative Medizin bieten wir Ihnen im [stationären Bereich](#), in unserer [Ambulanz](#) und unserer [Tagesklinik](#) (ambulantes ganztägiges Behandlungsprogramm ohne Übernachtung) an.

Beratungsgespräche

Wir beraten Sie zu unterstützenden Maßnahmen aus der Naturheilkunde, Integrativen Medizin und Mind-Body-Medizin, deren Wirkung wissenschaftlich belegt oder durch langjährige Erfahrung gesichert ist. Mögliche Wechselwirkungen mit der konventionellen Behandlung werden berücksichtigt.

Auch bei Fragen zur gesundheitsfördernden Lebensstilveränderung beraten wir Sie gern.

Naturheilkundliche Verfahren

Wissenschaftlich geprüfte naturheilkundliche Verfahren ergänzen Ihre konventionelle Behandlung. Sie können Beschwerden und Nebenwirkungen lindern und Ihre Lebensqualität verbessern.

Phytotherapie / Pflanzenheilkunde

Pflanzliche Medikamente, Teemischungen, ätherische Öle, Extrakte und Auszüge – die Natur bietet ein breites Spektrum an Wirkstoffen, die Arzneimittel ergänzen können.

Pflegerische Anwendungen

Wickel, Auflagen, rhythmische Einreibungen, Bäder und Aromatherapie zählen zu den bewährten Verfahren der Naturheilkunde und können bei Beschwerden wie Schmerzen, Übelkeit oder Schlafstörungen unterstützend wirken.



Akupunktur / Akupressur

Diese Verfahren aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) können insbesondere zur Linderung von Schmerzen, zur Reduktion von Nebenwirkungen einer Therapie, aber auch zur Regulierung des vegetativen Nervensystems eingesetzt werden.

Interaktionen mit Medikamenten kommen nicht vor, so dass eine unterstützende Behandlung bei den meisten Patientinnen und Patienten möglich ist. Kommt eine Akupunktur mit Nadeln nicht in Betracht, können die Punkte mittels Akupressur, also mechanischem Druck, stimuliert werden.

Kunst- und Musiktherapie

Oft fällt es schwer, körperlich und psychisch belastende Lebenssituationen, Gedanken und Gefühle zu ordnen. Bilder, gestalterisches Tun, Musik und eigenes Musizieren können bei der Krankheitsbewältigung unterstützend wirken.

Für dieses Angebot sind keine Vorkenntnisse nötig. Materialien und Instrumente werden zur Verfügung gestellt.

Mind-Body-Medizin-Programm (MBM)

Die Mind-Body-Medizin beruht auf Verfahren, die sich in zahlreichen wissenschaftlichen Studien als effektiv in der Prävention und Behandlung von chronischen Erkrankungen erwiesen haben.

Wie kann ich selbst aktiv etwas zu meiner Regeneration beitragen? Was ist ein gesundheitsfördernder Lebensstil und wie schaffe ich es, meine Ziele in die Tat umzusetzen?

Antworten auf diese Fragen finden Sie im naturheilkundlichen Mind-Body-Medizin-Programm, welches auf dem Essener MICOM-Modell beruht (Mind Body Medicine in Integrative and Complementary Medicine).

Auf dem Fundament der Achtsamkeit spricht MICOM alle gesundheitsrelevanten Bereiche des Alltags an, auf die wir selbst Einfluss nehmen können.

- | | |
|---------------------|---------------------------------------|
| • Ernährung | • Hydrotherapie |
| • Bewegung | • Phytotherapie |
| • Entspannung | • Methodenkompetenz zur Kommunikation |
| • Yoga und Qigong | • Akupressur / Akupunktur |
| • Stressbewältigung | |
| • Achtsamkeit | |