



# Heileurythmie

Die Heileurythmie ist eine achtsame Bewegungstherapie der anthroposophischen Medizin, welche seit 1921 angewandt wird.

## **Mögliche Indikationen**

Das Indikationsgebiet der Heileurythmie umfasst hauptsächlich chronische Erkrankungen des Nervensystems, des Herz-Kreislaufsystems, des Stoffwechselsystems und des Bewegungsapparates. Die Therapie wird erfolgreich auch bei Tumorerkrankungen, chronischen Schmerzen, psychosomatischen Erkrankungen und zur Vorbereitung auf einen operativen Eingriff eingesetzt. Auch Kinder sprechen gut auf Heileurythmie an.

## **Wie wirkt Heileurythmie?**

Heileurythmie wirkt auf Organismus und Seele. Vokale und Konsonanten der Sprache werden in gezielte Bewegungen, sogenannte modifizierte eurhythmische Bewegungen, umgewandelt, welche dem Menschen helfen, ein gesundes Gleichgewicht zwischen körperlichen, seelischen und geistigen Kräften zu finden. Durch regelmäßiges Üben werden Achtsamkeit und verfeinerte Körperwahrnehmung geschult, überschüssende oder verhärtende Krankheitsprozesse reguliert und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

**Wie verläuft die Behandlung?**

Heileurythmie wird ärztlich verordnet und nach einem individuellen Therapieplan von eidg. diplomierte Therapeutinnen oder Therapeuten angeleitet. Die heileurythmischen Übungen werden mit Händen, Armen, Beinen und Füßen ausgeführt. Die Bewegungsabläufe werden dabei dem Krankheitszustand der Patientinnen und Patienten angepasst und können auch im Sitzen oder Liegen durchgeführt werden. Die Patientinnen und Patienten werden ermuntert, regelmässig zu Hause zu üben.

**Wer übernimmt die Behandlungskosten?**

Die Behandlungskosten können über die Zusatzversicherung für Komplementärmedizin abgerechnet werden.

**Kontakt****Kantonsspital St.Gallen  
Zentrum für Integrative Medizin**

Haus 33  
Greithstrasse 20  
CH-9007 St.Gallen

Tel. +41 71 494 64 24  
anmeldungen.zim@kssg.ch  
www.kssg.ch/zim