

Priopćenje za medije

City of Vienna | International Offices – Zagreb

22. svibnja 2024.

Vrtna terapija u bečkoj medicini

Opće je poznato da priroda pogoduje ljudskom zdravlju. Zato bečke klinike već dugi niz godina provode vrtnu terapiju, a jedna je od njih i klinika Hietzing.

Svjetski dan vrtno terapije obilježava se 18. svibnja, a bečka klinika Hietzing koja se nalazi u istoimenom 13. bečkom okrugu odavno naglašava koliko je priroda važna i dobra za čovjeka. Od 2020. godine ondje se nalazi terapijski vrt u kojem zdravstveni djelatnici, pacijenti i članovi njihovih obitelji sade, beru i njeguju raznorazno bilje, voće i povrće.

Pogodnosti su brojne

Terapijski vrt u ovoj je klinici nastao na inicijativu Friedricha Neuhausera, liječnika koji u vrtno terapiji vidi brojne benefite. Osim klasičnog vrtlarenja, u vrtu se mogu izvoditi i svakojake vježbe poput jutarnje tjelovježbe ili joge, a neposredan kontakt s prirodom poboljšava koncentraciju, jača samopouzdanje i brusi socijalne vještine te učinkovito liječi frustracije i pospješuje toleranciju. Priroda čovjeka smiruje, a potiče ga i na djelovanje što vrtnu terapiju čini idealnom dopunom svim ostalim terapijama ili pak pripremom za iste, posebice kada je riječ o pacijentima na psihijatrijskom odjelu zbog čega je vrt smješten upravo u blizini tog odjela.

Vrtna terapija može se provoditi i na balkonu

U spomenutoj se klinici na odjelu za metaboličke bolesti i nefrologiju od 2022. godine nalazi i „rascvjetani balkon“ koji se također smatra oblikom vrtno terapije. Na ideju balkonskog vrta došla je liječnica i stručnjakinja za vrtnu terapiju Christina Bauernfeind koja kaže kako je balkonski vrt zaposlenicima omiljeno odredište za kratki predah, a pacijentima na intenzivnoj njezi, koji dugi vremenski period provode isključivo u zatvorenom prostoru, priroda itekako godi. Pored toga, zelenilo stvara bolju mikroklimu. O uspješnosti i učinkovitosti ovog vrtnog balkona svjedoči i prošle godine osvojena nagrada za prvo mjesto u kategoriji „Učini pravu stvar s hrabrošću“ koju dodjeljuje Bečki savez zdravstvenih ustanova.

Kako je sve počelo

U ovoj se klinici vrtna terapija provodi već više od 25 godina, a njezini počeci vežu se uz gerijatrijski centar koji je svojedobno osobe starije životne dobi htio potaknuti na fizičku aktivnost. Ubrzo nakon toga ovaj je oblik terapije primjenu našao i u radu s izbjeglicama smještenim u blizini klinike.

22. svibnja 2024.

Oaza blagostanja

Terapijski vrtni balkon, kao i sam vrt u klinici Hietzing postali su prave oaze blagostanja koje značajno doprinose bržem opavku pacijenata te su svima omiljeno mjesto za druženje i okupljanje. Također, valja istaknuti kako sve bolnice Bečkog saveza zdravstvenih ustanova u kojima se nalazi psihijatrijski odjel imaju terapijski vrt.

Slika 1: U terapijskom vrtu vrijeme rado provode i pacijenti i zaposlenici

© Freepik / prostooleh

Kontakt

Lara Kuš

Suradnica za odnose s javnošću i medijima

Međunarodni ured Grada Beča u Zagrebu

Miramarska cesta 24 / 9. kat, 10000 Zagreb

E kus@viennaoffices.hr

T +385 1 646 26 24

M +385 99 573 51 85

www.viennaoffices.hr

<https://www.facebook.com/viennaofficeZG>

https://www.instagram.com/viennaoffices_zagreb/