

Interview mit Dr. med. Peter Vogt



Bad Tölz im Juli 2007

Seit Anfang März ergänzt Herr Dr. med. Vogt das ärztliche Team im Kursanatorium Eberl. Mit ihm konnten wir einen erfahrenen und renommierten Mediziner für die Gebiete Salutogenese und Burnout-Therapie gewinnen. Herr Dr. med. Vogt ist Facharzt für psychosomatische Medizin, verfügt über mehr als 18 Jahre Erfahrung als ärztlicher Leiter einer Kur-Klinik und hat zahlreiche Vorträge und Seminare zu den Themen Salutogenese und Lehrergesundheit abgehalten.

HERR DR. VOGT, WAS VERSTEHEN SIE UNTER DEM BEGRIFF SALUTOGENESE?

Salutogenese ist die Kunst Gesundheit zu erzeugen, das Wissen um die „Gesundheitserreger“ könnte man sagen. Salutogenese fragt anders als Pathogenese, nicht nur nach den Ursachen von Krankheiten, sondern nach dem was Gesundheit schützt und erhält. Gesunderhaltung ist ein Balanceakt und man kann täglich kleinere oder größere Schritte für oder gegen seine Gesundheit tun.

WANN SOLLTE MAN SICH EINER STATIONÄREN REHA-MAßNAHME ODER EINEM GESUNDHEITSURLAUB IM KURSANATORIUM EBERL UNTERZIEHEN?

Spätestens wenn Sie an einem Punkt angekommen sind, wo Sie merken, dass es so nicht mehr weitergehen kann und Sie zu einer Neuorientierung finden wollen mit dem Ziel sich in einen besseren körperlichen, seelischen und geistigen Zustand zu bringen. Die Auswahl der möglichen und hier angebotenen Maßnahmen ist groß. In klärenden und unterstützenden Gesprächen werde ich Ihnen dabei helfen.

HABEN SIE EIN GEHEIMREZEPT FÜR „GESUNDHEIT“?

Es ist nichts geheim. Alles ist öffentlich und gut bekannt. Aber ich halte mich daran seit Jahrzehnten auch selbst und bin bisher gut damit gefahren: Essen und Trinken gesund, maßvoll und mit Genuss, ausreichend Bewegung, seelisches Gleichgewicht und eine achtsame Geisteshaltung zu Menschen, Natur und Kultur und dem Leben überhaupt.

Vielen Dank für das Interview, Herr Dr. med. Vogt.

Das Gespräch führte Thomas Eberl, Diplom-Gesundheitsökonom (Univ.).