

# «Eine Herzsache mit Hand und Fuss»

Der medizinische Leiter Christian Schmied zum Startschuss des Santasana-Projekts

**Drei Jahre lang wurde das Reha- und Präventionsprojekt Santasana mit Fokus auf das menschliche Herz vorbereitet. Am Donnerstag erfolgte in St. Moritz an kulturhistorischer Stätte der offizielle Startschuss.**

JON DUSCHLETTA

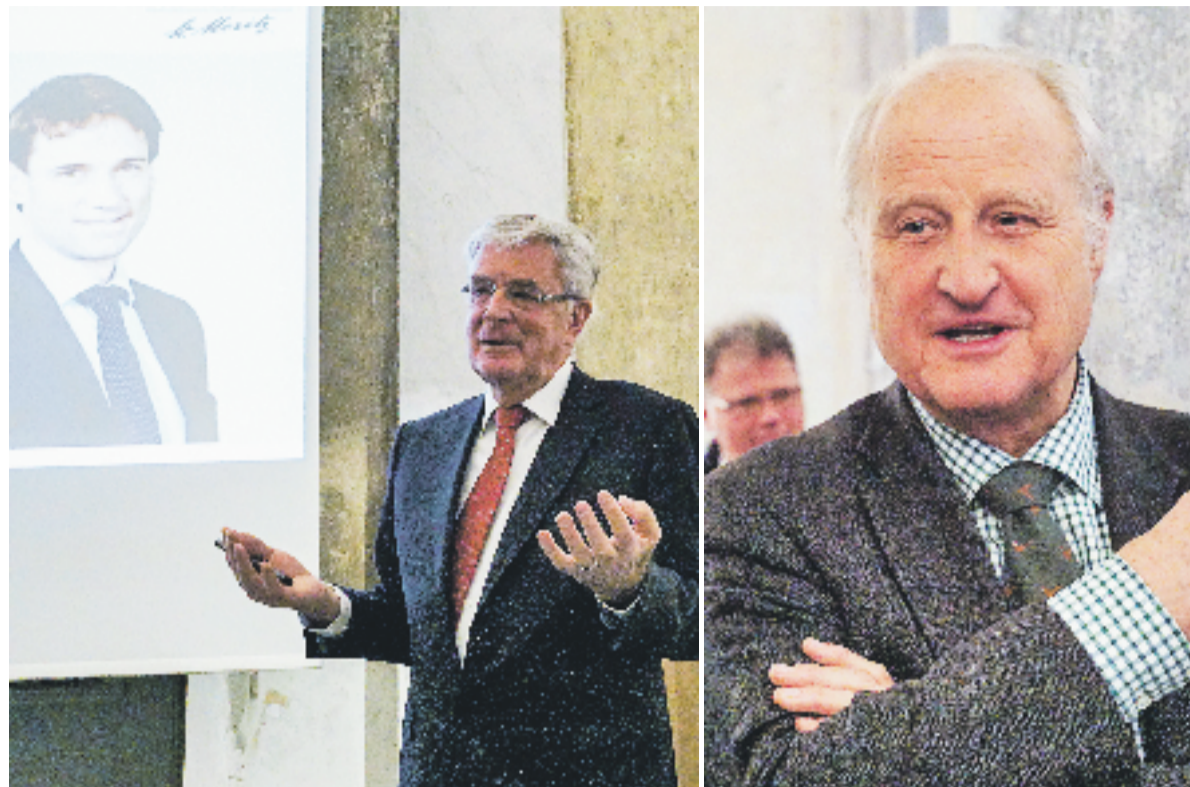
Rund 90 bis 94 Prozent aller Herzinfarkte könnten verhindert werden, wenn alleine die neun wichtigsten Risikofaktoren kontrolliert und angewendet würden. Zu diesem Schluss kam schon 2004 eine von Interheart\* in 52 Ländern erfasste Studie. Einflussfaktoren sind beispielsweise das Rauchen, die Ernährung, Erkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes, das Ausmass an körperlichen Aktivitäten oder psychologische Faktoren.

Hier setzt das 2015 in St. Moritz initiierte Projekt Santasana an. Stabile Herzpatienten sollen in der gesunden Höhenlage des Oberengadins und unter bester medizinischer und therapeutischer Betreuung genesen und zwar ambulant, ausserhalb eines Klinikbetriebes. Gleiches gilt für die Prävention von Herzkrankheiten.

## «Wir erfinden nichts Neues»

Christian Schmied ist unter anderem Facharzt für Kardiologie, Sportarzt und leitender Arzt der kardiologischen Poliklinik am Universitären Herzzentrum Zürich und dort auch verantwortlich für das ambulante kardiologische Rehabilitationsprogramm. Der medizinische Leiter von Santasana sagte am Donnerstag im St. Moritzer Forum Paracelsus, notabene an der Geburtsstätte des St. Moritzer Gesundheitstourismus, das Projekt sei «eine Herzsache mit Hand und Fuss». Es gebe Hunderte von Studien, welche die positive Wirkung von präventiver Vorsorge, rehabilitierender Behandlung und entsprechender Nachsorge auf die Gesundheit von Herzpatienten belegen würden. «Wir erfinden hier nichts Neues», so Schmied.

Das Projekt Santasana, angesiedelt im Medizinischen Therapiezentrum St. Moritz (MTZ), entstand auf Initiative des selbstständigen Unternehmers



V.l.n.r.: Christian Schmied, Kardiologe am Unispital Zürich und medizinischer Leiter, Viktor Fässler, Initiator und Verwaltungsratspräsident sowie Donat Marugg, regionaler Koordinator.

Fotos: Jon Duschletta

Viktor F. Fässler nach einem erlittenen Herzinfarkt und einer nachfolgenden, selbst organisierten Rehabilitation in St. Moritz. Fässler erlebte die positive Wirkung des Oberengadins und seines Reizklimas am eigenen Körper und erkannte schnell das Potenzial eines «Zentrums für ambulante Rehabilitation und Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen», wie Santasana heute umschrieben wird.

Fünf Jahre wollen sich Fässler und die Santasana-Verantwortlichen Zeit geben, um das Projekt in St. Moritz auf ein langfristig tragendes Fundament zu setzen. Die dreijährige Vorbereitungszeit wurde gerade in den letzten Monaten vor dem offiziellen Startschuss dazu genutzt, das Konzept zu verfeinern und bis ins kleinste Detail durchzuspielen. Ein Konzept, welches laut Christian Schmied versucht, möglichst viele Vorteile von stationären und ambulanten Therapien zum Vorteil von Herzpatienten zu vereinen.

Die Erfolgchancen stehen gut. So sagte Regula Degiacomi, die als Mitglied des St. Moritzer Gemeindevorstandes die obligaten Grussworte aussprach: «Wir wollen unsere Historie

bekannt machen, pflegen und bewahren. Dabei sind wir darauf angewiesen, dass Private weitsichtige Initiativen ergreifen.» Und Gerhard Walter, der neue Tourismusdirektor von Engadin St. Moritz ergänzte: «Innovation muss nicht immer neu und digital sein, sondern darf auch mal im Blick zurück bestehen.» Es müsse gelingen, bestehende Inhalte neu zu interpretieren und «den Zeitgeist neu zu denken», so Walter.

## Wissenschaftliche Begleitung

Der pensionierte, ehemalige Chefarzt am Spital Oberengadin, Donat Marugg, betreut und koordiniert als Fachbeirat die Belange der Santasana in der Region. Er ist froh, im Mediziner Christian Schmied einen ausgewiesenen medizinischen Leiter für das Projekt gefunden zu haben und mit dem Unispital Zürich auch einen starken Partner.

Froh ist Marugg aber auch über die wissenschaftliche Begleitung des Projekts durch das Unispital Zürich und die Stiftung St. Moritz Health and Innovation Foundation, in welcher er selbst tätig ist. Die Stiftung widmet sich der biomedizinischen und höhenmedizinischen

ischen Forschung und wurde erst kürzlich Mitglied der Academia Raetica, der Dachorganisation der wissenschaftlichen Forschung und Lehre in Graubünden.

Das Projekt Santasana richtet sich sowohl an Schweizer Kassapatienten als auch an eine weltweite Privatkundenschaft. Viktor F. Fässler zufolge wird derzeit mit der Versicherung für Krankheit, Unfall und Prävention SWICA ein erstes, auf das Santasana-Projekt zugeschnittenes Versicherungsmodell ausgearbeitet. Weitere Krankenkassen sollen bald folgen.

«Wir sind die Ersten, und ich bin mir sicher, das Projekt wird Wellen werfen», sagte Christian Schmied, der den groben Kostenrahmen eines zweiwöchigen Santasana-Pauschalangebots auf gut 2000 Franken schätzt. Für Santasana-Initiator Fässler ist aber klar: «Der Patient muss selbst wollen, selbst aktiv werden und überzeugt davon sein, dass das Angebot gut für ihn ist.»

Weitere Informationen unter: [www.santasana.swiss](http://www.santasana.swiss).  
\*Die Interheart-Studie ist ein Projekt des Population Health Research Institute, Hamilton und der Health Sciences and McMaster University, Hamilton, ON, Kanada.

## Nachgefragt

### «Herz und Höhe passen zusammen»

JON DUSCHLETTA

«Engadiner Post/Posta Ladina»: Weshalb wurde das kardiologische Rehabilitationsprojekt Santasana in St. Moritz angesiedelt? Donat Marugg\*: Hauptsächlich wegen der Höhe und dem Ambiente. Wir wollen eine ambulante Herzrehabilitation und Prävention anbieten, in einer natürlichen, angenehmen Umgebung mit idealer Höhenlage und einem stimulierenden Klima, in welchem der Gast und der Patient möglichst viel unternehmen können. Und das ausserhalb eines städtischen Ballungszentrums.

### Verschiedene Ärzte warnen in Zusammenhang mit Herzpatienten vor der Höhe.

Das hat sich scheinbar in den Köpfen festgesetzt, stimmt so aber nicht. Es gibt zahlreiche Studien, die beweisen, dass die Höhe für stabile Herzpatienten sogar förderlich ist. Um die gesundheitlichen Auswirkungen der touristisch genutzten, alpinen Höhe erfassen zu können, wird das ganze Santasana-Projekt auch wissenschaftlich begleitet. Wir wollen belegen können, dass gerade die Oberengadiner Höhenlage den Herzpatienten guttut und auch aufzeigen, welche positiven Effekte die Höhenlage sonst noch mit sich bringt. St. Moritz ist mit 1856 Metern über Meer in der Reizklimastufe Drei angesiedelt, also eine Stufe höher als beispielsweise Davos.

### Das Projekt wurde drei Jahre lang vorbereitet, was jetzt fehlt sind die Patienten?

Jedes neue Unternehmen braucht irgendwann einen Startschuss. Wir haben aber schon Patienten behandelt und haben auch schon weitere Anmeldungen. Wir wollen jetzt noch das Marketing intensivieren, damit potenzielle Gäste im In- und Ausland vom Santasana-Angebot erfahren. Wir versuchen, das Angebot auch über Hotels und Zweitwohnungsbesitzer zu streuen. Die Nachfrage ist klar gegeben.

### Sie sprechen Herzpatienten an. Was muss man sich darunter vorstellen?

Das sind Menschen, die entweder einen Herzinfarkt hatten, eine Vorstufe dazu erreicht haben, eine Herzoperation hinter sich haben oder, aus welchen Gründen auch immer, unter Herzschwäche leiden. Dann aber im Bereich der Prävention auch Menschen, welche persönlich oder familiär vorbelastet sind oder etwas Gutes für ihr Herz tun möchten.

### Herzreha im Drei-, Vier- oder Fünf-Sterne-Haus. Ist das nur etwas für Reiche?

Nein. Wir arbeiten daran, mit Krankenkassen Pauschalen abzumachen, welche die Rehabilitation wenigstens teilweise abdecken sollen. Die Unterkunft muss der Gast aber in der Regel selbst bezahlen, das ist so. Dafür profitiert er von einem breiten Therapieangebot ausserhalb einer Klinik. Also, statt zwei Wochen Ferien macht jemand hier zwei bis drei Wochen Rehabilitation oder Prävention zum Wohle seines Herzens.

### Heizt aber genau das nicht die Gesundheitskosten wieder an?

Nein. Wir konnten ja bereits nachweisen, dass diese ambulante Form günstiger kommt als eine mehrwöchige, stationäre Behandlung in einer spezialisierten Klinik. Beim Santasana-Projekt spielen als Kostenfaktoren die ärztlichen und therapeutischen Massnahmen und die Unterkunft mit, aber keine teure Klinikinfrastruktur. Bei allgemein versicherten Patienten müssen wir individuelle Angebote ausarbeiten. Wir sind offen für alle Anfragen.

\*Der langjährige Chefarzt am Spital Oberengadin in Samedan, Dr. med. Donat Marugg, betreut und koordiniert als Fachbeirat die Belange der Santasana St. Moritz AG in der Region.

# Notmassnahmen für das Wild

Die Schneemengen führen zu Problemen

**Für ausserordentliche Lagen wurden regionale Notmassnahmenkonzepte für das Wild ausgearbeitet. Vorgesehen ist eine Lebensraumberuhigung, das Fällen von Prossholz und das Anbieten von Heu.**

In zahlreichen höheren Regionen des Kantons Graubünden liegt gegenwärtig ausserordentlich viel Schnee. Dieser schränkt die Bewegungsfreiheit der Wildtiere massiv ein. Die Fortbewegung ist energieaufwendig, und die schwer zugängliche Äsung muss mühsam aus dem Schnee gescharrt werden. Für solche Situationen bestehen in der Hege für jede Region Notmassnahmenkonzepte, die sofort durchgeführt werden können. Der Entscheid über deren Umsetzung wird vom Bau-, Verkehrs- und Forstdepartement auf Antrag des Amtes für Jagd und Fischerei und des Amtes für Wald und Naturgefahren gefällt. Durchgeführt werden sie von der

Hegeorganisation des Bündner Patentjägersverbandes sowie vom Forstdienst und von der Wildhut. Dies schreibt das Amt für Jagd und Fischerei in einer Medienmitteilung.

## Ökologische Grundlage

Der Kanton Graubünden verfolgt gemäss der Mitteilung einen ökologischen Ansatz. Die Wildbestände würden mit der Bündner Jagd nachhaltig genutzt und an die Kapazität der Winterinstandgebiete angepasst. So sind im vergangenen Herbst insgesamt 14000 Hirsche, Rehe, Gämsen und Steinböcke erlegt worden, welche jetzt zusätzlich von den kargen Futterreserven leben müssten. «In solchen Momenten wird die Bedeutung der Jagd deutlich sichtbar», heisst es.

## Wann besteht eine Notsituation?

Grundsätzlich sind Wildtiere in der Lage, auch harte Gebirgswinter zu überstehen. Das Überlebensrezept von Wild ist, durch Reduktion des Stoffwechsels und der Körpertemperatur Energie zu sparen sowie den Winterlebensraum



In schneereichen Wintern sind Rückzugsmöglichkeiten für das Wild essentiell.

Archivfoto: Reto Stifel

möglichst optimal auszunutzen. In den meisten Wintern kann deshalb auf eine Fütterung des Schalenwildes verzichtet werden. Im Normalfall ist die Fütterung gar kontraproduktiv, weshalb sie

verboten wurde. Im Rahmen der Notmassnahmenkonzepte kann die Fütterung jedoch ausnahmsweise angeordnet werden. Eine Notsituation entsteht bei einer Kombination ungünstiger Faktoren aus frühem Wintereinbruch, lang anhaltender Kälteperiode und hoher Schneelage. Die Bewegungsfreiheit des Wildes wird massiv eingeschränkt und die Nahrungsaufnahme erschwert. Als Folge davon steigen die Fallwildverluste sprunghaft an. Am stärksten betroffen sind junge Tiere, die über die geringsten Fettreserven verfügen.

In den Hegekonzepten ist genau definiert, welche Notmassnahmen getroffen werden können. Der Katalog umfasst Massnahmen wie die Beruhigung des Lebensraumes, das Fällen von Prossholz und das Anbieten von Heu. Grundsätzlich soll das Wild im gewählten Winterinstand bleiben und nicht mit Fütterungen in Siedlungsnähe gelockt werden. «Auch deshalb sind störungsfreie Winterlebensräume für das Wild überlebenswichtig», heisst es abschliessend. (pd)