

# Sich Zeit nehmen, fördert die Genesung

27.8.21

**Medizin** Stefanie Polasek aus Hechendorf lebt in zwei medizinischen Welten – in der Klinik und in der Heilpraxis

**Hechendorf** Alles zum Wohl ihrer Patienten – so könnte man das berufliche Schaffen von Stefanie Polasek aus Hechendorf am Pilsensee auf den Punkt bringen. Nun ist das bei Menschen in medizinischen Berufen an und für sich nichts Ungewöhnliches – die 56-jährige gebürtige Nordrheinwestfälin mit den auffallend blauen Augen fällt jedoch aufgrund ihrer ungewöhnlichen Kombination aus der Reihe. Sie arbeitet seit über 30 Jahren als Fachkraft für Intensiv- und Anästhesiepflege an diversen Kliniken, davon zehn Jahre am Klinikum Großhadern und aktuell an der Asklepon Lungenfachklinik in Gauting. Seit 2007 praktiziert sie zudem als Heilpraktikerin, arbeitet mit klassischer Homöopathie, ganzheitlicher Ernährungsberatung und bringt durch Massagebehandlungen, Fußreflexzonen- und Teilmassagen, Menschen wieder in ihre Energie.

Wie passt das zusammen? Im Gespräch mit Stefanie Polasek, deren Mann als Arzt am Seefelder Klinikum arbeitet, wird deutlich: Diese Frau kann Gegensätze aushalten. „Ich liebe den Trubel auf der Intensivstation und gehe da auch mal über mein Limit“, erzählt sie. Andererseits genieße sie es, sich in aller Ruhe einem Patienten zuzuwenden, der in ihre Praxis nach Hechendorf kommt. Sich Zeit nehmen und zuhören, darauf komme es dann in erster Linie an. „Ich fühle mich schon viel besser“, bekomme sie oft nach so einer intensiven Sitzung zu hö-

ren. Manchmal habe das „sich ganz auf den Patienten Einlassen“ auch schon ausgereicht und eine weitere Behandlung sei gar nicht nötig gewesen, so Polasek.

Zeit ist im durchgetakteten Arztalltag ein kostbares Gut. Oft verbringt man als Patient mehr Zeit im Wartezimmer als im Gespräch mit dem Arzt und bekommt nicht die Gelegenheit, alle Fragen zu stellen oder über alle Beschwerden zu berichten. So läuft beim Besuch bei Polasek gerade bei langfristig erkrankten Personen so einiges auf, unter anderem auch das „Übersetzen“ der Befunde in allgemein ver-

ständliche Worte. Die Bandbreite an Polasek Patienten ist groß, sie reicht von Kindern, die in der Regel sehr gut homöopathisch behandelbar sind, bis zu Frauen in den Wechseljahren, bei denen der dreigeteilte Ansatz Ernährung, Massage und Homöopathie eine gute Wirkung erzielen kann. Besonders für Eltern, die eine langfristige homöopathische Begleitung wünschen, hat sie einen Tipp parat, nämlich das Kind einmal im gesunden Zustand vorzustellen und nicht erst, wenn es erkrankt ist.

Gerade am Beispiel der Homöopathie wird deutlich, welchen Spa-

gat Stefanie Polasek als Fachkraft im Krankenhaus und als Heilpraktikerin leistet. Während sie häufig auf die Wirkung der Globuli in ihrer Praxis setze, beispielsweise greift sie aktuell gern darauf zurück, um Nebenwirkungen des Impfens abzu-

## Die Liebe zur Energearbeit reifte in Thailand

mildern oder zu vermeiden oder auch, um Sterbenden den letzten Lebensweg zu erleichtern, darf sie diese auf der Intensivstation nicht verabreichen. Dort begleitet Pola-

sek aufgrund ihrer Ausbildung als Palliativ Care Fachkraft häufig Patienten im Sterbeprozess. Insbesondere während der Corona-Pandemie war sie in der Lungenfachklinik mit vielen schweren Fällen konfrontiert, denn während der ersten Welle 2020 war die Klinik Pandemiezentrum. Zudem ist die Gautinger Klinik auch ein sogenanntes Weaning Zentrum: Dort werden Patienten Zug um Zug von der Beatmungsmaschine entwöhnt.

Zur Fußmassage und Energearbeit kam Polasek über ihre Liebe zu Thailand. Auf vielen Reisen dorthin lernte sie die Techniken seit 1989 und vertiefte sie in Kursen bei Spezialisten in Deutschland und Italien. „Ob jemand in seiner Mitte ist oder nicht im Fluss und mit negativer Energie behaftet, kann ich an seinen Füßen spüren“, erzählt die 56-Jährige. Die Liebe zu ihren Kindern und Kater Zwieback führte sie zur Naturheilkunde und Homöopathie. Als ihr Sohn als Kleinkind Asthma entwickelte und Globuli gute Dienste taten, reifte in ihr der Wunsch, klassische Homöopathie zu erlernen.

Schon während ihrer Ausbildung konnte sie ihr Wissen erfolgreich bei Kater Zwieback anwenden, der von einem Auto angefahren worden war, aber dank der Heilkunst von Samuel Hahnemann wieder genas und weitere zehn gute Jahre im Kreis der Familie verbringen konnte, die Stefanie Polasek als ihre „Krafttankstelle“ bezeichnet. (küb)



**Intensivkrankenschwester und Heilpraktikerin: Demonstration einer Thailändischen Fußzonenreflexmassage an ihrer Tochter.**

Foto: Thorsten Jordan