

Beruflicher Werdegang

2003	Abschluss Schule für Physiotherapie USZ
2003 – 2006	Tutorin Schule für Physiotherapie USZ
2007	Dipl. Sportphysiotherapeutin (SPT)
2017	Herztherapeutin (SAKR)
2016	Diabetestherapeutin (Diafit) Diverse Weiterbildung in Dry Needling, MTT, manuelle Therapie
2008 – 2010	Betreuung/Konditionstrainerin NLA Unihockeyclub Dietlikon
2014 – 2015	Betreuung/Konditionstrainerin Schweizer Unihockey Nationalmannschaft der Damen

Anstellungen:

2003 – 2010	Chirurgie, UniversitätsSpital Zürich
2011 – 2013	SportClinic, Zürich
2014 – 2015	Klinik Balgrist
Seit 2015	Spital Männedorf

Drei Fragen – Drei Antworten

Frage 1 - Welche besonderen Herausforderungen stellt die Adipositaserkrankung an Sie als Mediziner/Therapeut aber auch an Patienten?

Man muss das Training sehr individuell auf den Patienten anpassen, da oft noch andere Begleiterkrankungen (z.B. der Gelenke) das Training beeinflussen. Eine optimale Dosierung ist sehr wichtig, so dass der Patient gefordert, aber nicht überfordert ist.

Das Training sollte außerdem abwechslungsreich sein, damit die Motivation sich zu bewegen möglichst hoch bleibt.

Die Bedürfnisse und auch Hemmungen der Patienten müssen diskutiert und klar definiert sein.

Frage 2 - Wie wichtig ist für Sie die Zusammenarbeit mit Medizinern und Therapeuten unterschiedlicher Fachrichtungen?

Die interdisziplinäre Zusammenarbeit ist sehr wichtig, um den Patienten mit all seinen Facetten, Eigenheiten und Ängsten gut zu erfassen.
Eine optimale Begleitung und Belastung kann man in guter interdisziplinärer Zusammenarbeit am besten gewährleisten.

Frage 3 - Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Adipositas und warum ist die Adipositastherapie einer Ihrer Arbeitsschwerpunkte?

Ich beschäftige mich seit Beginn 2016 mit dem Thema Adipositas.
Die Herausforderung den „nicht-Sportlern“ oder „Bewegungsmuffel“ die Bewegung schmackhaft zu machen, fasziniert mich.
Unsere Therapie dient schlussendlich auch als Sprungbrett, so dass der Patient motiviert ist auch weiterhin (alleine oder in einer Gruppe) selbständig zu trainieren.
Man ist Therapeut, Sportcoach und Motivator gleichzeitig.