

Bauplan gegen Schmerzen entwerfen

Porträt. Ursprünglich wollte Günther Malek Architekt werden, entschied sich dann für die Medizin. Heute leitet er mit dem Trinicum ein Zentrum für Schmerztherapie und Prävention.



Günther Malek leitet das Trinicum, ein Zentrum für Integrierte Medizin, am Schwarzenbergplatz. Jana Madzigon

VON ESTHER REISERER

Auf den ersten Blick ist das Trinicum leicht mit einem Fitnessstudio oder einem Wellnesszentrum zu verwechseln. Hohe Wände, helle Farben und Trainingsgeräte sind offensichtlich Teil des Konzepts. Eines, in dem sich alles um Schmerztherapie, Prävention und Integrierte Medizin dreht. Geleitet wird das Zentrum von Gründer und Allgemeinmediziner Günther Malek.

Nach dem Studium plante der gebürtige Steirer zunächst eine klinische Laufbahn. Er dissertierte bei einem HNO-Arzt und arbeitete wissenschaftlich. Zwischenzeitlich wechselte er für mehrere Jahre in die Pharmaindustrie, eine Erfahrung,

die der 56-Jährige nicht missen möchte. „Wie ein Pharmaunternehmen ein Medikament sieht, unterscheidet sich stark davon, wie wir als Ärzte darauf blicken“, sagt er. Der Blick über den eigenen Fachbereich hinaus interessiert ihn schon lange. Bereits als junger Mann begann er, Biografien zu lesen, um sich inspirieren zu lassen. Wie etwa von dem Physiker Richard Feynman, dem Psychiater Viktor Frankl oder dem Medizinsoziologen Aaron Antonovsky. „Früher gab es diesen großen Graben zwischen Schulmedizin und Komple-

mentärmedizin. Entweder man machte das eine oder das andere“, moniert er. Und versuchte, dies vor rund 26 Jahren zu ändern.

Anfang der 2000er-Jahre eröffnete er gemeinsam mit einer Physiotherapeutin und einem Masseur ein erstes kleines Zentrum im vierten Wiener Gemeindebezirk. Die Kombination aus ärztlicher Behandlung

SCHWERPUNKT GESUNDHEITSWESEN

diepresse.com/karriere

und physikalischer Therapie lag für ihn nahe: Gerade bei Schmerzen brauche es oft mehrere Zugänge gleichzeitig. „Bei chronischen Beschwerden muss man genauer hinschauen: Woher kommen sie wirklich?“ Das Konzept ging auf. Über die Jahre wuchs das Team, weitere Ärzte und Therapeuten kamen dazu. Heute arbeiten im Zentrum rund 40 Personen, 33 davon therapeutisch.

Im Mittelpunkt soll ein integrativer Ansatz stehen: verschiedene Fachrichtungen, wie Allgemeinmedizin, Orthopädie, Neurologie und

physikalische Medizin, die eng zusammenarbeiten. Damit dies funktioniert, spielt die Atmosphäre im Haus eine wichtige Rolle. Für die zeichnet er als Inhaber und Leiter verantwortlich.

Klein anfangen, gesund werden

Insbesondere in seiner Rolle als Führungskraft setzt er auf Eigenverantwortung. Mitarbeitende sollten Entscheidungen treffen und Verantwortung übernehmen können. „Wir trauen unseren Teams viel zu und verlangen selbstständiges Arbeiten.“ Dabei passieren Fehler, wesentlich sei der Umgang damit. „Wenn jemand denselben Fehler öfters macht, ist das ein Problem; einzelne gehören indes dazu.“ In der Medizin, wo Entscheidungen unmittelbare Auswirkungen haben können - im Extremfall sprichwörtlich wie bei einer Operation am offenen Herzen -, sei ein reflektierter Umgang zentral.

Zu den Patienten zählen auch viele Führungskräfte. Sie kommen oft mit ähnlichen Beschwerden: Schlafprobleme, Erschöpfung oder Stresssymptome. Die meisten versuchen (zu) lange, über die Symptome hinwegzugehen, attestiert der Mediziner. Bis der Körper einknickt. Dann gehe es darum, „nicht nur einzelne Symptome zu behandeln, sondern

den langfristigen Weg aus den Beschwerden zu finden“.

Darauf achte er auch, wenn es um seine eigene Gesundheit geht. Und versucht, das umzusetzen, was er Patienten empfiehlt. Schließlich will auch er inspirierend auf andere wirken. Kleine Gewohnheiten statt radikaler Programme seien dabei sein Credo. Regelmäßige Bewegung, bewusstes Essen, Struktur im Alltag. „Entscheidend sind die Dinge, die man regelmäßig tut“, sagt er. „Es ist besser, jeden Tag eine Viertelstunde spazieren zu gehen, als im Büro sitzen zu bleiben.“ Oder auch die kurze Pause im Stehen zu verbringen, als sie gar nicht einzuhalten. Denn, seiner Beobachtung zufolge, „unterschätzen viele ihren eigenen Einfluss auf die Gesundheit“.

ZUR PERSON

Günther Malek (56) ist Gründer und medizinischer Leiter des Trinicum, ein Zentrum für Integrierte Medizin und Schmerztherapie, sowie des Diagnostikunternehmens Trignostics in Wien. Der gebürtige Steirer, seit 1998 im Gesundheitswesen tätig, spezialisiert sich auf Prävention und personalisierte Medizin. Mittlerweile zeichnet er für 60 Mitarbeitende verantwortlich.