

# Infos und ärztliche Empfehlungen für einen erfolgreichen Rehaaufenthalt



## WICHTIGE INFORMATIONEN FÜR IHREN AUFENTHALT

Die Dauer des Aufenthaltes ist durch Ihre Versicherung vorgegeben und kann grundsätzlich nicht unterbrochen werden. Ausnahmen sind beim Kostenträger meldepflichtig und bedürfen einer schriftlichen Ausnahmegenehmigung.

Versäumte Therapie- oder Untersuchungstermine sind ebenfalls dem Kostenträger (Versicherung) vom Klinikum zu melden. Bei begründeten Ausnahmen ist der für Sie zuständige Arzt oder die zuständige Ärztin davon vorher in Kenntnis zu setzen.

Sie erhalten nach der ärztlichen Erstuntersuchung täglich einen persönlichen Therapieplan, welcher alle Termine (Therapien, Anwendungen, Schulungen, Informationen) genau und individuell für Sie ausweist.

Das medizinische Leistungsspektrum der Versicherung schreibt verpflichtend konkrete Leistungen bei ärztlichen Untersuchungen, therapeutischen Anwendungen, Schulungen und Vorträgen in Ausmaß und Inhalt fest. Alle in Ihrem Therapieplan enthaltenen Termine sind daher bitte einzuhalten.

## MEDIZINISCHE BETREUUNG

Gemeinsam mit Ihrem aufnehmenden Arzt oder Ihrer Ärztin, den MitarbeiterInnen der Pflege und unseren TherapeutInnen wird Ihr individuelles Teilhabe- und Rehaziziel festgelegt. Untersuchungen und Visiten sind in Ihrem Therapieplan ausgewiesen.

Die Therapien werden entsprechend der Erfordernisse, Indikation und Kontraindikationen festgelegt. Ihr Therapieplan wird regelmäßig entsprechend Ihrem individuellen Reha-verlauf verändert und angepasst.

## ÄRZTLICHE EMPFEHLUNGEN

Im Rahmen eines ganzheitlichen Behandlungskonzeptes bei organischen Beschwerden ist die psychische Erholung die sinnvollste Ergänzung zu therapeutischen Anwendungen. Die Beruhigung des vegetativen Nervensystems ist eine wesentliche Voraussetzung für den gewünschten Therapieerfolg. Nutzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten und Angebote, die Ihnen die traumhafte Landschaft mit frischer Luft bei ausgedehnten Spaziergängen bietet.

Richten Sie verstärkt Ihr Augenmerk auf Ihre Energiebilanz. Energiezufuhr und Verbrennung durch körperliche Aktivität sollten in ausgewogenem Gleichgewicht stehen. Nikotin hat ganz besonders negative Auswirkungen auf den Knochen und die Knochenheilung, regelmäßiger Konsum von alkoholischen Getränken belasten alle Strukturen des Stütz- und Bewegungssystems ebenso wie das Herz- Kreislaufsystem und führen zwangsläufig zu einer Schmälerung des Rehabilitationserfolges.

Speziell nach kreislaufbelastenden therapeutischen Anwendungen wie Lymphdrainage, Thermo- und Hydrophysikalischen Therapien ist eine Ruhezeit von ca. einer Stunde, möglichst liegend, einzuhalten. Diese Ruhepause sollte im Zimmer verbracht werden. Ihr Arzt oder Ihre Ärztin stellt Ihnen einen individuellen Therapieplan zusammen, der optimal auf Ihr Beschwerdebild und Ihre Befunde abgestimmt ist.

Jede einzelne Therapieform hat eine bestimmte Wirkungsweise für sich und steht in einer Wechselwirkung zu anderen Anwendungen. Diese Wechselwirkung ist am besten mit einem Betrieb zu vergleichen, nur das Bewegen aller Zahnräder in der vorgegebenen Anordnung führt die gewünschte Wirkung auf den Gesamtorganismus in die richtige Richtung.



## FÜR IHRE PERSÖNLICHE SICHERHEIT

Schnürschuhe, Sportschuhe oder zumindest stabile Sandalen mit Fersenriemen sind Voraussetzung für ein sicheres Gehen und wichtig für ein korrektes Gangbild. Pantoffeln sind dafür denkbar ungeeignet! Sehr glatte Schuhsohlen erhöhen das Sturzrisiko. Auch kurze Wege dürfen nur mit richtigem Schuhwerk zurückgelegt werden. Socken und Strümpfe sind kein Ersatz für Schuhe, auch nicht im Zimmer.

