

# PATIENTENMAGAZIN



ELTEN LANGE LEGT  
VIEL WERT AUF DIE  
PSYCHOSOMATIK  
SEITE 3

GEHSCHULE FÜR  
BEINAMPUTIERTE  
PATIENTEN  
SEITE 6/7

TIPPS IM KAMPF  
GEGEN DEN  
WEIHNACHTSSPECK  
SEITE 9

## ALARM! DER ERNSTFALL ALS ÜBUNG

120 PATIENTEN UND MITARBEITER WURDEN EVAKUIERT

# LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

*das neue Jahr hat begonnen. Ich wünsche Ihnen Gesundheit und Erfolg und dass auch 2015 die guten Zeiten überwiegen werden. All unseren Partnern, den Patienten, Kostenträgern und überweisenden Ärzten danke ich für ihr Vertrauen und die hervorragende Zusammenarbeit im vergangenen Jahr. Wir, das gesamte reha FLEX-Team, versprechen auch in der Zukunft, unsere Arbeit mit einer sehr guten Qualität zu leisten.*

*Dank sagen möchte ich auch all unseren Patienten, die trotz so mancher Unbequemlichkeit und einiger Defizite aufgrund der umfangreichen Sanierungsarbeiten im Nachgang des Hochwassers uns die Treue gehalten haben. Dennoch war das Jahr 2014 wiederum erfolgreich für reha FLEX. Ein kurzes Resümee lesen Sie auf der Seite 5.*

*Zum Abschluss möchte ich es wie Hoffmann von Fallersleben ausdrücken, der sagte: Wir seh'n aufs alte Jahr zurück und haben neuen Mut. Ein neues Jahr, ein neues Glück, die Zeit ist immer gut.*

  
Axel Witt



**Axel Witt ist Geschäftsführer der reha FLEX Saline Rehabilitationsklinik im Herzen der Saalestadt.**

## SPENDEN FÜR NACHWUCHS DES HFC

3.210 Euro brachte der Spendenaufruf anlässlich des Jubiläumsfestes zum 20. Geburtstag der Reha-Klinik im September des vergangenen Jahres ein. Anstatt Blumen und Geschenke mitzubringen, wurde um eine Geldspende für den Nachwuchs des HFC gebeten. Die Geschäftsführer Axel Witt und Lutz Hartig bedanken sich ganz herzlich bei:

Dr. Petra Wienke  
PD Dr. Thomas Krüger  
Hans-Jörg Plier  
Susanne Duelli  
Thomas Schacht  
Dirk Neumann  
Mandy Kapser  
Dr. Lothar Klemp  
RA Michael Schunke  
Matthias Wetter  
Manfred Worschech  
Norbert Schmidt  
Michael Kraus  
Steffen Jung  
Dr. Thomas Hartkopf  
Helmut Lührmann  
Dr. Eckhard Kröber  
Dr. Björn Kuhne  
Veronika Festag  
Christina Weise,  
DM Hendrik Altnau  
Axel Kubik  
Constanze Rikirsch-Schöning  
Thomas Völker  
Katarina Witt  
Dr. Bärbel Rommel  
Sven Pflieger  
Dr. Kerstin Rohkohl  
Prof. Dr. Wilfried Mau

## PROMOVIERT – JETZT DR. PHIL.

Diplom-Sportlehrer Thomas Richter hat promoviert. Nach Veröffentlichung seiner Arbeit über die Wirksamkeit der ambulanten Rehabilitation am Beispiel Hüft- und Knie-TEP darf er den Titel Dr. phil. tragen.

## QM-AUDIT MIT ERFOLG

Die Reha-Klinik hat das neuerliche QM-Überwachungs-Audit im November 2014 erfolgreich bestanden.

## PATIENTEN BEWERTEN DIE KLINIK MIT NOTE 1,4

Bestnoten für reha FLEX: Die Auswertung der Fragebögen aus dem Jahr 2014 ergab, dass die Patienten mit ihrer Reha-Klinik sehr zufrieden sind. Im Ergebnis kam eine Gesamtnote von 1,4 auf einer Skala von eins bis fünf heraus. Jeder Reha-Patient erhält im Rahmen der Abschlussuntersuchung einen standardisierten Fragebogen mit der Bitte, diesen ausgefüllt wieder abzugeben. Die Rücklaufquote von 84 Prozent zeigt, dass die Patienten für Lob und Kritik klare und offene Worte finden. Bewertet wurden

unter anderem Kompetenz und Freundlichkeit der Mitarbeiter, Pünktlichkeit des Behandlungsbeginns, Informationsgehalt der psychotherapeutischen Angebote, Sozial- und Ernährungsberatung sowie die Ausstattung und Sauberkeit der Einrichtung. Viel Lob gab es für die Qualität der Therapien wie auch – trotz der langwierigen Umbaumaßnahmen nach dem Hochwasser – für die Atmosphäre im Haus. Das Verständnis der Patienten für die Situation der Reha-Klinik war demzufolge sehr groß.

# ELTEN LANGE: SEELEN-LEID VERURSACHT OFT KÖRPERLICHEN SCHMERZ

Elten Lange ist eine von vier Ärzten im Team von reha FLEX. Seit nunmehr zehn Jahren ist die Fachärztin für Physikalische und Rehabilitative Medizin in der Saline Reha-Klinik „zu Hause“.

In ihrem „ersten Leben“ war Elten Lange Physiotherapeutin. „Mit und durch die politische Wende hatte ich das Glück gehabt, ein Medizinstudium in Halle zu absolvieren.“ Für ihre Facharztspezialisierung war es notwendig, in mehreren Kliniken zu hospitieren und zu arbeiten. Und auch nach dem Studium sammelte Elten Lange in einigen Krankenhäusern und orthopädischen Einrichtungen praktische Erfahrungen. Doch jetzt ist sie bei reha FLEX heimisch geworden, arbeitet bereits seit zehn Jahren hier. „Der Kreis hat sich geschlossen“, sagt sie. „Ärztliches und physiotherapeutisches Wissen haben sich in besonderer Weise ergänzt.“ Gerade deshalb ist sie in der Saline Rehabilitationsklinik sesshaft geworden. Aber auch, weil das Haus „gewachsen und gereift“ ist und hier Rehabilitation auf hohem Niveau angeboten wird.

Für Elten Lange ist die auch längst wissenschaftlich bewiesene Erkenntnis,

dass die Physiotherapie eine sinnvolle Alternative zur Nur-Medikamentation oder zur vorschnellen Operation ist, in Leib und Magen übergegangen. „Mit dem rehabilitativen Ansatz kann

man viel erreichen.“ Die zehn Jahre bei reha FLEX sind „wie gefühlte drei“, gerade weil der Terminkalender voll ist und wenig Zeit zum Nachdenken bleibt. Aber insbesondere

verging die Zeit so schnell, da sich Elten Lange, die ebenso Fachabschlüsse auf den Gebieten Chirotherapie und Sozialmedizin vorweisen kann, in der Psychosomatik weitergebildet hat.



**Irene Spotka ist Patientin bei reha FLEX. Nach einer Woche Therapie schaut Elten Lange, welche Fortschritte die Behandlungen bewirkt haben.**



## PATIENTEN FEHLT DIE ERKENNTNIS

Sie definiert es so: Körperliche Beschwerden haben oft ihre Ursachen im seelischen Leid. „Aber das ist den Patienten mitunter erst gar nicht bewusst. Ich versuche sie darauf zu sensibilisieren, so dass sich die Patienten fragen, wie geht es mir mit meinen Gefühlen, Emotionen und in welchem Zusammenhang dazu steht das Schmerzempfinden.“ Die Ärztin sieht darin den Schlüssel, mit dem ihre Patienten vieles zum Guten verändern können.

Elten Lange: „Dieser Versuch, in die Tiefe der Seele zu dringen und dies in Einklang mit der rehabilitativen Medizin zu bringen, verlangt viel Kraft ab.“ Zu dieser kognitiven und emotionalen Arbeit braucht sie einen Ausgleich, den sie in der Natur findet. Radfahren und Wandern sind ihre bevorzugten Freizeitaktivitäten. Elten Lange hat einen Sohn, der Medizin studiert und vielleicht mal in ihre Fußstapfen tritt.

# ALARM BEI REHA FLEX! AM 24. OKTOBER WURDE DER NOTFALL GEPROBT

Am 24. Oktober um 9.40 Uhr schrillten in der Klinik die Sirenen. Feueralarm! Im Ernstfall geht es um das Leben der Patienten. Diesmal war es eine Notfallübung.

In geheimen Übungen kann der Ernstfall bestens vorbereitet werden. Meistens wissen jedoch alle Beteiligten schon vorher, dass es kein Ernstfall ist. „Doch außer der Geschäftsführung war diesmal keiner der Mitarbeiter eingeweiht“, so Karin Meissner, Qualitätsbeauftragte bei reha FLEX. Dafür erhielt natürlich die Sicherheitsfirma vorab die notwendigen Informationen über die Übung, damit nicht wirklich die Feuerwehr bei Alarm anrückt.

Wie schnell ist es möglich, alle Patienten und Mitarbeiter zu evakuieren? In wieviel Minuten ist das Haus leer und wie verhalten sich die Mitarbeiter? Darauf wurden Antworten gesucht, die auch im Hinblick auf das Qualitätsmanagement von reha FLEX von Bedeutung sind.

Nach einem kurzen Schockmoment kam Bewegung in den Therapieräumen und auf den Fluren der Klinik. Etwa 120 Patienten und Mitarbeiter hielten sich an dem Morgen im Haus auf. Innerhalb von fünf Minuten



**Bei der Evakuierungsübung im Oktober waren 120 Patienten und Mitarbeiter im Haus.**

waren alle außerhalb der Klinik, allerdings fand sich nicht ein jeder am vorgegebenen Sammelplatz ein. Dennoch kann Karin Meissner ein positives Fazit ziehen: Die Evakuierung verlief zügig, Patienten und Mitarbeiter blieben ruhig. Richtigerweise wurden die Fahr-



stühle nicht benutzt, um sich nicht im Fall eines Brandes dort einer Gefahr auszusetzen. Gehbehinderte Patienten wurden von den Mitarbeitern ins Freie geführt. Karin Meissner: „Ein gut funktionierendes Notfallmanagement in einer Klinik kann Leben retten. Wenn wir eine Katastrophensituation durchspielen, können wir unser Konzept weiterentwickeln.“

Handlungsbedarf gibt es trotzdem, so waren beispielsweise die Sirenen nicht überall im Haus gleich gut zu hören. Außerdem hatten die in solchen Situationen Verantwortlichen keine weithin sichtbare Warnwesten an und konnten somit nicht wahrgenommen werden. Auch deshalb wird es in diesem Jahr eine Wiederholung geben, eventuell mit einem Einsatz der Feuerwehr. Sicher ist: Der Tag der Übung wird natürlich wieder geheim bleiben.



**Nach fünf Minuten war es geschafft: Alle Patienten und Mitarbeiter hatten das Haus verlassen.**



**links: Die Geschäftsführer Axel Witt (links) und Lutz Hartig ziehen Bilanz.**

**oben: reha FLEX hat in neue Trainingsgeräte investiert.**

**rechts: Dieses T-Shirt trugen die Mitarbeiter anlässlich des 20-jährigen Jubiläums.**



## DAS JAHR 2014 STAND IM ZEICHEN DER SANIERUNG UND DES JUBILÄUMS

Das verheerende Hochwasser geschah im Juni 2013, „aber mit den Auswirkungen hatten wir bis Ende 2014 zu kämpfen“, so die beiden Geschäftsführer Axel Witt und Lutz Hartig. Im Mai 2014 war zwar der größte Teil der umfassenden Sanierung abgeschlossen, Restarbeiten wie der Anschluss der Lüftung im Erdgeschoss für den Umkleidebereich mit Duschen und WC sowie die Installation der Klimaanlage zogen

sich bis in den November hinein. Die in Mitleidenschaft gezogenen technischen Anlagen sind nunmehr nicht mehr im Keller, sondern im höher gelegenen Außenbereich über der Hochwasserlinie installiert. Gleichzeitig wurden weitere Verbesserungen vorgenommen, so wurden Sitzbereiche erneuert. Außerdem sind nun Patientenküche und Speiseraum neu. Ebenfalls neu sind die Trainingsgeräte in der Sporttherapie,

die erst kurz vor Weihnachten geliefert wurden.

Infolge der Sanierung konnten manche Therapieeinheiten nicht in vollem Umfang angeboten werden, so dass im ersten Halbjahr weniger Patienten zu verzeichnen waren. Inzwischen ist die Auslastung der Klinik wieder sehr gut.

Das Jahr 2014 war ferner besonders durch das 20-jährige Jubiläum geprägt. Das

einwöchige Volleyballturnier im Juni und natürlich die Festveranstaltung mit 250 Gästen im September zählten zu den Höhepunkten.

Dieses Jahr, sind sich die Geschäftsführer einig, soll der Fokus auf die Führung der Mitarbeiter sowie auf Weiterbildung und Qualifizierung liegen. „Damit unterstreichen wir die Wichtigkeit der Menschen, die sich für reha FLEX einsetzen“, so Axel Witt.

# GEHSCHULE HILFT PROTHESENTRÄGERN, ALLTÄGLICHES WIEDER NEU ZU ERLERNEN

Schon seit Jahren bietet reha FLEX Prothesenträgern eine Gehschule an. Durch diese besondere Schulung erhalten die Patienten Sicherheit im Umgang mit der Prothese und erlernen alltägliche Bewegungsabläufe. Im Zuge der Zusammenarbeit mit der Orthopädietechnikfirma Busch aus Halle wird das Projekt aktuell intensiviert.

„Die Gehschule hilft unseren Patienten dabei, ihre Mobilität und Unabhängigkeit zu steigern, damit sie ihr Alltagsleben meistern und auf möglichst wenig Hilfe angewiesen sind“, sagt Patrick Buschmann. Der erfahrene Physiotherapeut ist seit 2010 bei reha FLEX und hat sich auf die Prothesenschulung spezialisiert. Geholfen haben ihm dabei Weiterbildungen unter anderem in Duderstadt bei der Firma Otto Bock und in jüngster Zeit bei den Hallenser Orthotechnikern.

Zunächst gilt es, eine geeignete Prothese anzupassen. Sobald die Wunde abgeheilt ist und die Schwellungen nachlassen, wird mit der Prothesenversorgung begonnen. Da dies ein sensibler Bereich des Patienten ist, ist es wichtig, einen vertrauten Orthopädietechniker zu haben. In



**Patrick Buschmann – seit 2010 bei reha FLEX – hat sich auf die Reha von Prothesenträgern spezialisiert.**

den letzten Jahren hat es Werkstoffe wie Silikon, durch den Einsatz neuer Kunststoff, Karbon und

Kohlefasern rasante Fortschritte bei der Prothesenversorgung gegeben.

Patrick Buschmann: „In der Gehschule haben wir zumeist Oberschenkelamputierte. Mit ihnen wird zunächst geübt, Belastung auf den Stumpf und die Prothese zu bringen und Vertrauen in das künstliche Bein zu entwickeln.“ In weiteren Schritten lernt man zu stehen und in vielen Trainingseinheiten das Gleichgewicht zu verlagern, erste Schritte und längere Strecken an Schrägen zu gehen, Treppen zu steigen und auch hinunterzugehen. Die Gehschule ist Teil der Rehabehandlung oder auch Teil der krankengymnastischen Therapie bei entsprechendem Rezept.



**Im Schulungsraum der Firma Busch in Halle fand die Weiterbildung der Therapeuten statt.**



**Marcel Batke (auf den unteren Fotos zu sehen) gehört zu den Oberschenkelamputierten Patienten von reha FLEX. Mühevoll ist der Weg, mit der Prothese eins zu werden. Dafür bedarf es einer gut angepassten Prothese, sehr viel Fleiß und erfahrene Physiotherapeuten, die mit geeigneten Trainingsmethoden die alltäglichen Bewegungsabläufe einstudieren.**



# UTE LENZ: DIE LYMPHDRAINAGE IST IHR SPEZIALGEBIET UND IHRE PASSION

Das Lymphgefäßsystem ist neben dem Blutkreislauf das wichtigste Transportsystem im Körper. Wird der Lymphabfluss behindert, kann sich die Flüssigkeit im Gewebe stauen, was zu Schwellungen unter der Haut führt. Ute Lenz vom Physiotherapie- und Rückenzentrum weiß, was hilft.

Seit 1993 ist Ute Lenz Therapeutin, begann als ausgebildete Masseurin/medizinische Bademeisterin in verschiedenen physiotherapeutischen Einrichtungen zu arbeiten. 1999 wechselte sie zu reha FLEX, bildete sich später auf dem Gebiet der Lymphdrainage intensiv weiter. Heute lernen viele Therapeuten von ihr. Gleichfalls raten nicht wenige Ärzte ihren Patienten, für

eine Lymphdrainage speziell reha FLEX aufzusuchen. Dabei ist die gute Qualität der Therapie nur die eine Seite. Ärzte schätzen auch den ausführlichen Therapiebericht, den Ute Lenz fertigt, weil so eine fortführende Behandlung darauf abgestimmt werden kann.

## LYMPHABFLUSS ANREGEN

Die manuelle Lymphdrainage regt den Lymphabfluss an. Kreisende und pumpende Handbewegungen sorgen dafür, dass die Schwellungen abklingen. Die Handgriffe erfolgen im Unterschied zur Massage sehr sanft. Während bei der Massage das Gewebe fest bearbeitet wird, um so die tiefer liegende Muskulatur zu erreichen, liegen die Lymphbahnen knapp unter der Haut.



**Mit sachten und rhythmischen Bewegungen versucht die Therapeutin, der Schwellung in den Beinen entgegenzuwirken.**



Bei Verletzungen oder Operationen werden die Lymphbahnen häufig unterbrochen. Der Rückfluss der Lymphe aus den Geweben ist dann behindert. Sehr häufig ist dies beispielsweise nach Brustkrebsoperationen der Fall, bei denen Patientinnen die Achsel-Lymphknoten entfernt wurden. Viele klagen nach der OP über Schwellungen im Arm- und Schulterbereich, die die Bewegungsfähigkeit stark einschränken. „Aber auch Patienten mit zum Teil chronischen Veneninsuffizienzen werden

bei uns behandelt“, so Ute Lenz. Als wertvoll schätzen die Patienten auch ein spezielles Hausübungsprogramm, welches die Patienten selbstständig zu Hause zur Sicherung des Therapieerfolges fortführen sollen. Mit neuesten fachlichen Informationen versorgt sich die Therapeutin durch ihre Mitarbeit und Teilnahme beim Lymphnetzwerk Halle.



**Ute Lenz erläutert am Schaubild das Lymphsystem des Menschen: „Die Lymphknoten sind die Polizisten im Körper.“**



# IM KAMPF GEGEN DEN WEIHNACHTSSPECK UND WIE MAN IM WINTER GESUND BLEIBT

Welche Sportarten im Winter geeignet sind, um fit zu bleiben, das lesen Sie auf der folgenden Ratgeber-Seite. Wie man gegen den Weihnachtsspeck vorgeht, dazu hat Dipl.-Med. Lutz Hartig, Ärztlicher Leiter bei reha FLEX, einige Tipps parat.



**Lutz Hartig ist Ärztlicher Leiter der reha FLEX Saline Rehabilitationsklinik.**



**Ein ausgedehnter Spaziergang bietet sich auch im Winter an.**

Sich jeden Tag bewegen ist das A und O. Mit dem richtigen Schuhwerk und der warmen Jacke steht einem flotten Spaziergang nichts im Weg. Nehmen Sie sich ein Ziel vor, sei es eine Sehenswürdigkeit im Stadtzentrum oder einfach eine nach Kilometern gemessene Strecke – das motiviert zusätzlich. Eine Stunde spazieren gehen sind etwa 300 verbrauchte Kalorien. Das entspricht einem reichlichen Nachtisch. Deshalb gehören Sport und gesundes Essen zusammen. Oft wird geraten, möglichst fettarm zu essen. Sofern es sich dabei um tierische Fette handelt, ist das auch richtig. Für den Cholesterinspiegel ist es aber genauso wichtig, dass Sie pflanzliche Fette auswählen, die einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren enthalten. Das sind z. B. Rapsöl zum Braten oder Olivenöl für den Salat. Und verzichten Sie nach dem üppigen Weihnachts-

schmaus vorerst auf kalorienreiche Beilagen.

Natürlich ist das Skifahren für diejenigen, die daran Spaß und die Möglichkeit

dafür haben, eine weitere gute Gelegenheit, etwas gegen überflüssige Pfunde zu unternehmen. Aber bitte aufgepasst, wer die Abfahrten liebt – Helm auf, kein

Alkohol auf der Piste und als Grundlage eine gute Vorbereitung zu Hause. Koordination trainiert man übrigens mit einem einfachen Programm, bei dem man abwechselnd dreimal zehn Sekunden auf einem Bein steht. Überhaupt gehören gymnastische Übungen durchaus zum Alltag, zumindest für Leute über 40 oder 50 Jahre, die etwas mehr für ihre „Linie“ tun müssen als die jüngere Generation.



**Skifahren macht Spaß, aber bitte nicht ohne Helm. Es muss auch nicht rasant sein, ein entspanntes Fahren schützt sie und andere.**

**Fotos: Ingimage (2)**

Sich fithalten und gesund essen – das ist schon die „halbe Miete“. Darüber hinaus können Fußbäder Infekte verhindern, weil sie dem Körper Wärme zuführen und die Durchblutung der oberen Atemwege anregen. Besonders gut sind in der Erkältungszeit Tees mit Ingwer, Holunder oder Lindenblüten.

# SPORTLICH AKTIV BEI FROST UND SCHNEE

Regelmäßige Bewegung ist auch im Winter gesund. Sport beugt Fettpölsterchen vor, stärkt Herz und Kreislauf, Muskeln, Atemorgane und Gelenke. Das Immunsystem profitiert ebenfalls und man fühlt sich nach dem Training ausgeglichener und wohl. Hier einige Möglichkeiten für Wintersport.

**Schlittschuhlaufen** geht auf Eislauf-Bahnen im Freien genauso wie in der Eishalle. Wenn Eisflächen freigegeben sind, können Schlittschuhläufer auch auf zugefrorenen Seen ihre Bahnen ziehen.

**Schneeschuhwandern oder -spazieren** durch die winterliche Landschaft, ohne zu tief einzusacken.



**Langlaufski** kann man sich, wenn es ordentlich geschneit hat, direkt vor der Haustür anschnallen und drauf losfahren. Dabei

kommt man meist ordentlich ins Schwitzen.

**Curling und Eisstockschießen** sind mit Boule

vergleichbar. Dabei versuchen die Spieler einen Stein oder Stock so nah wie möglich an einen Zielkreis oder -stein zu befördern.

**Joggen und Walken** kann man auch im Winter. Nach dem Training sind Dehnübungen im Warmen empfehlenswert. Bei Minustemperaturen sollten Sportler durch die Nase atmen, um Infekten und Reizhusten vorzubeugen. Wichtig ist auch passende Kleidung.

**Hallensport** ist wetterunabhängig. Man kann beispielsweise im Fitness-Center trainieren oder im Hallenbad seine Bahnen ziehen. Gut ins Schwitzen kommt man auch beim Badminton oder Squash. Wer gerne gemeinsam aktiv ist, für den eignen sich Mannschaftsportarten. *ams*



## NICHT VERGESSEN...

In Schwimmbädern und Saunen besteht erhöhte Ansteckungsgefahr mit Fußpilz, deshalb sollten dort immer Badeschuhe getragen werden. Fotos: Ingimare (2)

### NEBENWIRKUNG GESUNDHEIT

„Sport als Medikament“: Körperliche Aktivität unterstützt die Prävention und/oder Rehabilitation zum Beispiel von:

- Diabetes
- Krebserkrankungen
- Herzkrankungen
- Rheuma
- Bluthochdruck
- Depression und vielen weiteren Krankheiten
- Stürzen im Alter











Apotheken informieren über Gesundheitsport-Angebote des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und des Deutschen Behindertensportverbands (DBS). Weitere Informationen unter [www.abda.de](http://www.abda.de) bzw. [www.ada.de](http://www.ada.de)



# VERORDNUNGS- UND ANTRAGSMÖGLICHKEITEN

Die Wege zur Rehabilitation unterscheiden sich je nach Kostenträger. Falls Sie diesbezüglich Beratung wünschen, sind wir gern für Sie da.

## ANTRAG ÜBER RENTENVERSICHERUNG ODER KRANKENKASSE

Grundsätzlich muss ein Antrag auf Leistung zur medizinischen Rehabilitation vom Versicherten gestellt werden. Ihr Haus- oder Facharzt kann Ihnen eine ambulante Rehabilitationsmaßnahme empfehlen und ist sicher gern bereit, die entsprechenden Schritte mit Ihnen einzuleiten. Wenn Ihre gesundheitlichen Beschwerden die berufliche Tätigkeit oder das alltägliche Leben beeinträchtigen, können Sie Ihren Arzt gezielt auf die Möglichkeit einer ambulanten Rehabilitation ansprechen. Bei der ambulanten Rehabilitation durch einen Rentenversicherungsträger oder eine Krankenkasse werden die Anträge vom Kostenträger geprüft. Nach der Genehmigung der Rehabilitationsmaßnahme werden wir mit Ihnen den Aufnahmetermin festlegen, danach erhalten Sie ein Einladungsschreiben. Sie haben das Recht, Ihre Rehabilitationsklinik selbst auszuwählen.

## ANSCHLUSSREHABILITATION (AHB)

Befinden Sie sich zu einer stationären Behandlung im Krankenhaus, kann vom Klinikarzt oder vom Sozialdienst eine Anschlussrehabilitation im unmittelbaren Anschluss an die Primärbehandlung (Operationen, Strahlen- oder Chemotherapie) an den zuständigen Kostenträger gestellt werden. Bei einer Anschlussrehabilitation durch eine Krankenkasse oder einen Rentenversicherungsträger sprechen wir den Aufnahmetermin mit dem Akutkrankenhaus oder mit dem Kostenträger ab.

## BERUFSGENOSSENSCHAFTEN (EAP)

Nach Arbeits-, Wege- und Schulunfällen oder bei Berufserkrankungen wird die ambulante Reha als Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP) durchgeführt. Die Verordnung erfolgt durch Ihren behandelnden Chirurgen oder Orthopäden (D- oder H-Arzt).

## PRIVATPATIENTEN

Die Aufnahmemodalitäten werden direkt mit Ihnen abgesprochen. Kommen Sie zur AHB zu uns, erfolgt die Terminabsprache mit dem Krankenhaus. Da die Abrechnung über Sie persönlich erfolgt, sollten Sie vorab die Kostenübernahme Ihrer privaten Krankenversicherung und ggf. der Beihilfe einholen.

**Die reha FLEX Saline Rehabilitationsklinik Halle ist zugelassen für alle gesetzlichen Krankenkassen, Rentenversicherungsträger, Berufsgenossenschaften und für Privatpatienten/Heilfürsorge.**

# ZUWEISUNGSFÄHIGE INDIKATIONEN

## AMBULANTE/TEILSTATIONÄRE REHABILITATION UND ANSCHLUSSREHABILITATION (AHB)

### ORTHOPÄDISCHE INDIKATIONEN

Verletzungen und Erkrankungen sowie funktionelle Störungen und Beeinträchtigungen des Haltungs- und Bewegungsapparates z. B.

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Knie-, Hüft- und Schulterendoprothesen | <input type="checkbox"/> Bänderverletzungen   |
| <input type="checkbox"/> Wirbelsäulenstabilisierung             | <input type="checkbox"/> Kreuzband- und Meniskusläsionen                              |
| <input type="checkbox"/> Bandscheibenschäden (konservativ)      | <input type="checkbox"/> Achillessehnenruptur   |
| <input type="checkbox"/> Zustand nach Bandscheibenoperationen   | <input type="checkbox"/> funktionelle Beeinträchtigungen bei Arthrosen                |
| <input type="checkbox"/> Zustand nach Amputationen              | <input type="checkbox"/> chronische Schmerzzustände des Stütz- und Bewegungsapparates |
| <input type="checkbox"/> Frakturen (Knochenbrüche)              | <input type="checkbox"/> Zustand nach Sportverletzungen                               |

### FACHÜBERGREIFENDE INDIKATIONEN

In Einzelfällen ist nach Entscheidung des jeweiligen Kostenträgers bei reha FLEX auch eine qualitativ hochwertige ambulante Rehabilitation im Anschluss an den Krankenhausaufenthalt bei onkologischen und neurologischen Erkrankungen möglich.

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Behandlung der Folgen eines apoplektischen Insultes       | <input type="checkbox"/> neuromuskuläre Störungen |
| <input type="checkbox"/> Gleichgewichtstörungen                                    |   |
| <input type="checkbox"/> Zustand nach onkologischen Erkrankungen (z. B. Lymphödem) |   |

## HINWEISE

**Voraussetzung:** Für eine ambulante Rehabilitation muss die persönliche Reha-Fähigkeit und ausreichende Mobilität sowie eine Behandlungszusage durch den Kostenträger vorliegen.

**Therapiedauer:** Die Therapie findet an drei bis fünf Tagen in der Woche statt. Eine kontinuierliche ärztliche Leitung ist jederzeit gewährleistet. Die Gesamtdauer der Behandlung beträgt in der Regel drei Wochen. In Einzelfällen ist eine Verlängerung nach ärztlicher Begründung möglich.

**Fahrtkosten:** Die Übernahme wird von den verschiedenen Kostenträgern unterschiedlich gehandhabt und unterliegt häufig gesetzlichen Änderungen. Sie werden vor Beginn Ihrer Reha-Maßnahme über den aktuellen Stand aufgeklärt.

## HEILMITTELVERORDNUNG/REZEPT

Per Heilmittelverordnung/Rezept werden physiotherapeutische und ergotherapeutische Behandlungen ärztlich verordnet. Die reha FLEX Saline Rehabilitationsklinik Halle ist gleichfalls nach §124 SGB V zur Erbringung von Heilmittelleistungen für alle gesetzlichen Krankenkassen, Berufsgenossenschaften und für Privatpatienten/Heilfürsorge zugelassen.



# MEDIZINISCHE RÜCKENTHERAPIE

DAS REHA FLEX BIETET MIT SEINER GANZHEITLICHEN INDIVIDUELLEN RÜCKENTHERAPIE WIRKSAME HILFE

Der Leidensdruck durch Rückenschmerzen ist heutzutage sehr weit verbreitet. Die häufigsten Ursachen sind Muskelverspannungen durch funktionelle Störungen sowie eine zu schwach ausgebildete Muskulatur rund um die Wirbelsäule. Die meisten Betroffenen reagieren auf Rückenschmerzen mit Schonung – also Inaktivität. Jedoch genau das Gegenteil ist richtig: Aktivität und Bewegung, am besten unter professioneller Anleitung zur Stärkung der Muskulatur. Voraussetzung ist jedoch, dass durch den Arzt andere medizinische Ursachen wie etwa operationswürdige Befunde ausgeschlossen wurden.

Besonders wirkungsvoll im Kampf gegen den Rückenschmerz ist die therapeutisch begleitete Trainingstherapie. „Oft reichen schon zwei Therapieeinheiten pro Woche aus“, erläutert Carsten Voigt, Sporttherapeut im reha FLEX Physiotherapie- und Rückenzentrum. Sportarten wie Schwimmen, Radfahren, Walken oder Wandern unterstützen den schonenden Aufbau der Muskulatur und die Verbesserung der Beweglichkeit.

1. Ihr Arzt verordnet aufgrund Ihres Beschwerdebildes eine Muskelfunktionsdiagnostik und -therapie und schließt operationswürdige Befunde aus.
2. Die Muskelfunktionsdiagnostik ist eine biomechanische Funktionsanalyse. Dabei werden Kraft und Beweglichkeit gemessen. Muskuläre Dysbalancen des Rumpfes werden

erfasst und bewertet. Ihr Therapeut bespricht mit Ihnen Ihr individuelles Therapieprogramm.

3. Die eigentliche Rückentherapie umfasst eine gezielte Erwärmung und Gymnastik. Dann steht das spezielle Gerätetraining für ganz gezielte Bewegungsabläufe im Mittelpunkt. Dehn- und Entspannungsübungen bilden den Abschluss. Alle Übungen finden unter Anleitung erfahrener Therapeuten statt.
4. Regelmäßige Folgeanalysen ermöglichen eine kontinuierliche Optimierung Ihrer Behandlung. Die fachärztliche Begleitung der Therapie ist gewährleistet.
5. Das individuelle ganzheitliche Therapieprogramm umfasst in der ersten Phase in der Regel zwei Behandlungen über 60 Minuten pro Woche, in der zweiten Phase der Therapie kann der Umfang auf eine Behandlung á 60 Minuten in der Woche reduziert werden.

Unter dem Dach der reha FLEX Saline Rehabilitationsklinik können Sie zudem ergänzende und weiterführende Leistungen in Anspruch nehmen. Dazu gehören u.a. Rezeptleistungen wie Krankengymnastik, Krankengymnastik im Bewegungsbad, Massagen, Elektrobehandlung. Wohlfühlleistungen wie Saunabesuch, Bewegungsbad oder Massagen mit dem MedyJet ergänzen das Angebot der Klinik.

**Mehr Infos:** [www.reha-flex.de](http://www.reha-flex.de) und

**Tel. (0345) 27987987 oder (0345) 2000146**

**AKTIV GEGEN RÜCKENBESCHWERDEN**



**reha FLEX**

Saline Rehabilitationsklinik Halle / Saale

Mansfelder Straße 52  
06108 Halle

Reha-Servicetelefon: (0345) 2324612  
Rezept-Servicetelefon: (0345) 2324614

Internet: [www.reha-flex.de](http://www.reha-flex.de)  
E-Mail: [info@reha-flex.de](mailto:info@reha-flex.de)

### Öffnungszeiten

Montag – Donnerstag	7.00 – 20.00 Uhr
Freitag	7.00 – 18.00 Uhr
Samstag	8.00 – 13.00 Uhr

Hinkommen: 2 / 4 / 5 / 9 / 10, Haltestelle „Saline“