

AUSGABE 11 | NOVEMBER 2017

5 JAHRE

reha FLEX[®]
Rehabilitationsklinik Sangerhausen

PATIENTENMAGAZIN



NACH KREUZBANDRISS
HILFT DIE REHA

SEITE 3

ERGOTHERAPIE WICHTIG
IN DER NEUROLOGIE

SEITEN 4/5

BEWEGUNGSBAD
IM NEUEN GLANZ

SEITE 6

JUBILÄUM: 5 JAHRE REHA FLEX

ALLE KOSTENTRÄGER HABEN VERTRÄGE MIT DER REHA-KLINIK

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

die Zeit ist wie im Flug vergangen – fünf Jahre sind wir inzwischen schon in Sangerhausen tätig. Und unsere ambulante Reha-Klinik entwickelt und verändert sich ständig. Es gibt immer wieder etwas Neues zu berichten, diesmal beispielsweise über die erfolgreich abgeschlossene Komplettsanierung des Bewegungsbades (Seite 6). Ich möchte an dieser Stelle nicht versäumen, mich bei allen Mitarbeitern für ihr Engagement zu bedanken. Sie zeichnen mit ihrem Können und Fleiß dafür verantwortlich, dass reha FLEX ein hohes Ansehen bei den Patienten aus Sangerhausen und der Umgebung sowie bei den Verantwortlichen in den Praxen, Krankenhäusern, Krankenkassen und Rententrägern genießt. Damit dies so bleibt, arbeiten wir an uns. Aufgrund unserer Erfahrungen und den Patientennachfragen werden wir den Bereich unserer „Neurologie“ noch stärkere Beachtung schenken. Denn gerade Patienten mit einer ärztlichen Verordnung u. a. nach Schlaganfall und Schädel-Hirn-Trauma sollen die Leistungen in Anspruch nehmen können. Das abgestimmte Zusammenspiel von Physiotherapie, den Möglichkeiten des Bewegungsbades und der Ergotherapie ist für neurologische Patienten ein wichtiger Vorteil in der langwierigen Behandlung. Bei reha FLEX finden Sie ein ideales Therapiespektrum unter einem Dach.

Ihr



Axel Witt



Axel Witt ist Geschäftsführer der reha FLEX Rehabilitationsklinik in Sangerhausen.

NEUE MITARBEITER

Martin

Kinast (34)

hat Sportwissenschaften studiert und fünf Jahre lang in der Rehaklinik Bad Langensalza gearbeitet. Sein lang gehegter Wunsch, als Physiotherapeut tätig zu sein, erfüllte er sich dann mit einer Ausbildung in Artern. Nun ist er bei reha FLEX angekommen.



Viviane

Schoppe (21)

hat nach ihrer Ausbildung zur Physiotherapeutin Ende Juli gleich noch eine vierwöchige Zusatzqualifizierung in der Lymphdrainage drangehängt. Nun ist sie frischgebackene Therapeutin in Sangerhausen. Reha FLEX war für sie bei ihren Bewerbungen auch die erste Wahl.



MITARBEITER ÜBTEN SICH IN DER SELBSTVERTEIDIGUNG



Am 18. November haben die reha FLEX-Mitarbeiter einen Selbstverteidigungskurs im eigenen Haus absolviert. Physiotherapeutin Christina Pfühler, die schon einmal in dieses Metier „hineingeschnuppert“ hat, organisierte auf Wunsch der Mitarbeiter diesen Kurs. Geleitet wurde er von einem Jujuka-Trainer vom

ASV Sangerhausen. Das Training, das viele Elemente der Kampfkunst Karate beinhaltet, ist ein idealer Ausgleich zum Alltag, steigert die Leistungsfähigkeit und schult Konzentration und Selbstbeherrschung. Die Wechselwirkung von Yin und Yang spielt bei der Selbstverteidigung eine große Rolle.

5 JAHRE ERFOLGREICHE REHA IN SANGERHAUSEN

Pünktlich zum fünfjährigen Jubiläum von reha FLEX in Sangerhausen präsentiert sich die Reha-Klinik mit der jetzt abgeschlossenen Sanierung des Bewegungsbades (lesen Sie dazu Seite 6) als nunmehr komplett neugestaltet und modern.

Am 7. Dezember 2012 nahmen die Sangerhäuser und Interessierte aus der Umgebung die neue reha FLEX Rehabilitationsklinik in Augenschein. Nach nunmehr fünf Jahren kann Geschäftsführer Axel Witt resümieren: „Die Konzentration auf die rein medizinischen Leistungen wie eben die Reha, die Nachsorge, Physio- und Ergotherapie war der richtige Weg und hat sich ausgezahlt.“ Die Patientenbelegung hat sich stetig nach oben entwickelt und auch die Zahl der Mitarbeiter ist mittlerweile auf 20 angewachsen. Reha FLEX ist in der medizinischen Landschaft der Region nicht mehr wegzudenken. Die Zusammenarbeit mit den niedergelassenen Ärzten und Krankenhäusern befindet sich auf einem hohen Niveau.

Das Therapieangebot wurde Stück für Stück erweitert, so dass es im Laufe der Zeit gelang, mit allen in Frage kommenden Kostenträgern die entsprechenden Zulassungsverträge abzuschließen. Dies war Anerkennung des Engagements aller Mitarbeiter, aber vor allem ein Meilenstein auf dem Weg zur Standortsicherung. Reha FLEX wird auch in den kommenden Jahren ganze Arbeit im Interesse der Patienten von Sangerhausen und Umgebung leisten.

19-JÄHRIGER MOTOCROSS-CHAMPION THERAPIERT EINEN KREUZBANDRISS AUS

Der 19-jährige Lukas Herbst aus Riestedt, vor den Toren Sangerhausens gelegen, musste seinem Bewegungsdrang Tribut zollen: Kreuzbandriss beim Fußball. Nach der OP kommt er jetzt während einer fünfwöchigen Rehabilitation bei reha FLEX wieder auf die Beine.

Fußball ist eigentlich eine Nebensache für Lukas Herbst, denn dem Motocross gehört seine ganze Liebe. In Teutschenthal trainiert er. Bei den Deutschen Jugend-Motocross-



Lukas Herbst ist guter Dinge. Die Reha hat angeschlagen. Seiner zukünftigen Zeit als Berufssoldat steht dann nichts im Weg.

Meisterschaften 2014 und 2015 belegte Lukas in der 250-Kubikmeter-Klasse je-

weils Platz 1, ist darüber hinaus auch Landesmeister in Sachsen-Anhalt. Boden-

ständig hat er eine Lehre als Zimmermann absolviert, wird aber ab April 2018 Berufssoldat – erst einmal für zwölf Jahre. Dem Motocross-Sport bleibt er aber auf jedem Fall treu und will auf den lauten Maschinen noch etliche Lorbeeren einheimsen.

Dafür muss sein rechtes Knie wieder voll belastbar sein. Nach zwei Wochen Reha sind die Fortschritte unübersehbar. Krankengymnastik, Lymphdrainage Sport- und Wassertherapie sowie Ergotherapie hier bei reha FLEX in Sangerhausen helfen ihm sehr.

ERGOTHERAPIE MIT DER KOMPETENZ FÜR BEHANDLUNG NEUROLOGISCHER PATIENTEN

Die Ergotherapie hat mitunter noch das Image einer „Bastelbeschäftigung“. Bei reha FLEX in Sangerhausen wird mit diesem Ruf gehörig aufgeräumt.

Ergotherapie ist eine betätigungsorientierte und klientenzentrierte Intervention, das heißt: Für den Patienten wichtige und sinnvolle Betätigungen des Alltags werden in der Ergotherapie wieder erlernt. So die Definition. Im Klartext: Ergotherapie ist kein Basteln zum Selbstzweck. „Wir therapieren alltagsrelevant und handlungsorientiert“, sagt Julia Meister, Fachliche Leiterin. Sie hat inzwischen mit Sonja Siebenhüner eine weitere Ergotherapeutin an ihrer Seite. Zusammen wollen sie neben der Therapie im Rahmen der ambulanten Rehabilitation auch den gewachsenen Bedarf in der Behandlung neurologischer Patienten gerecht werden.

SPASTIK NACH SCHLAGANFALL

Schädigungen des Nervensystems sind bedingt durch akute Ereignisse, wie zum Beispiel Schlaganfall und Schädel-Hirn-Trauma oder durch chronische neurologische Erkrankungen wie Parkinson. Sie können vielfältige Funktionseinschränkungen – Lähmun-

gen, Sensibilitätsstörungen oder kognitive Beeinträchtigungen – bewirken.

Die Wiedererlangung und Erhaltung der Handlungsfähigkeit im Alltag ist das übergeordnete Ziel der Ergotherapie im Bereich der Neurologie. Viele Schlaganfall-Patienten, die die beiden Ergotherapeutinnen aufsuchen, leiden an Verkrampfungen (Spastiken) der Hand der betroffenen Körperseite. Die Therapie einer Spastik beruht auf ei-

ner engen Zusammenarbeit zwischen Physio- und Ergotherapeuten. Es geht darum, die Lebensqualität des Betroffenen zu verbessern, in dem Schmerzen gelindert und die Beweglichkeit sowie die motorischen Fähigkeiten geschult werden.

Mit der gerade fertiggestellten Sanierung des Bewegungsbades stehen den neurologischen Patienten beste Voraussetzungen für die Krankengymnastik im Wasser zur Verfügung. Zudem ist

das Bad auch behindertengerecht eingerichtet. Das Wechselspiel von Physio- und Ergotherapie in Kombination mit der Wassertherapie unter einem Dach bei reha FLEX in Sangerhausen bietet neurologischen Patienten alle Möglichkeiten auf dem Weg zu ihrer Gesundheit bzw. Linderung.

ALLTÄGLICHES EINSTUDIERN

Bei Schlaganfall-Patienten wie auch bei Patienten mit



Motorische-funktionelle Behandlung: Einen Webstuhl gibt es ebenso in der Ergotherapie in Sangerhausen. Dieser dient vor allem orthopädischen Patienten, denn das kontinuierliche Strecken und Beugen der Beine kräftigt die Kniegelenke. Dazu werden die motorischen Funktionen der Arme und Hände trainiert. Julia Meister zeigt, wie es geht.



Ergotherapeutin Sonja Siebenhüner.

anderen Krankheitsbildern dominiert in der Ergotherapie die Alltagsrelevanz. Anziehen, Einkaufen, Baden, Waschen, Zähneputzen – diese alltäglichen Tätigkeiten müssen viele Patienten Schritt für Schritt wieder einstudieren. So wird beim Wäsche aufhängen das Arbeiten über den Kopf geübt. Diese kompetenzzentrierte Ergotherapie ist eine der häufigsten Ansätze der Therapeuten in ihrer Arbeit. Der Patient soll sich dabei verloren gegangene Fertigkeiten mit Unterstützung des Ergotherapeuten wieder erarbeiten. Dazu gehören



Julia Meister am „Muster-Büroarbeitsplatz“, an dem Patienten u. a. verschiedene Computermäuse ausprobieren können.

handwerkliche Tätigkeiten wie Sägen und Korbflechten, aber auch Übungen am Computer und Spiele, die die Gedächtnisleistung trainieren, kommen zum Einsatz. Die Ergotherapie hat einen ganzheitlichen Ansatz. Das heißt, dass nicht nur die Bewegungsabläufe des Körpers geschult werden, sondern das ganze

menschliche System einbezogen wird. Es geht dabei eben auch um Wahrnehmung, Aufmerksamkeit und Konzentration.

Die Ergotherapie ist ein anerkanntes Heilmittel und damit eine Vertragsleistung der gesetzlichen Krankenkassen. Die Verordnung für eine ambulante Ergotherapie stellt der behandelnde Arzt aus.

BELASTBARKEIT WIRD GEPRÜFT

In den Räumen der Ergotherapie findet auch ein Arbeitsplatztraining statt. Hier gilt herauszufinden, ob der Patient nach seiner Krankheit seinen oder einen anderen Beruf wieder aufnehmen kann. Insbesondere für handwerkliche Berufe finden sich hier Übungsstrecken, an denen die physische Be-

lastbarkeit getestet wird. Durch die Belastungserprobung wird eine Grundlage für die sozialmedizinische Leistungsbeurteilung geschaffen und die Möglichkeit einer beruflichen Wiedereingliederung geprüft. Sie kann auch einen Ausgangspunkt für die Einleitung von Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben darstellen.

Eine andere Form des Arbeitsplatztrainings ist die Einrichtung des Büroarbeitsplatzes. Die Therapeuten erläutern ergonomische Einstellungen eines PC-Arbeitsplatzes (Sitzhöhe, Abstand zum Bildschirm, Höhe des Bildschirms, Tastaturposition) und geben Empfehlungen für den Büroalltag. Wichtig dabei ist, alles kann an einem „Muster-Büroarbeitsplatz“ ausprobiert werden.



Bei reha FLEX steht ein Raum mit Hilfsmitteln für Arbeitsplatz-Belastbarkeitsüberprüfungen zur Verfügung.



Die Therapien im neuen Ambiente machen Spaß. Die Patienten sind voll des Lobes über die Anstrengungen von reha FLEX für ein modernes Bewegungsbad. Das Wasser hat übrigens eine stets gleichbleibende Temperatur von ca. 32 Grad Celsius.

BEWEGUNGSBAD IST SANIERT UND ERSTRAHLT IN NEUEM GLANZ

Nach fast 20 Betriebsjahren, davon fünf Jahre unter Verantwortung von reha FLEX, hat nun das Bewegungsbad eine umfassende Sanierung erhalten und steht im neuen Glanz den Patienten in Sangerhausen wieder zur Verfügung. reha FLEX investierte dafür 300 000 Euro.

Neue Fliesen am Boden und an den Wänden, moderne Beleuchtung, Fenster und Türen ausgetauscht – das sind die auf dem ersten Blick sichtbaren Ergebnisse der Neugestaltung des Bewegungsbades. Bei der Komplettsanierung des Hauses im Jahr 2012 in Vor-

bereitung der Neueröffnung der Reha-Klinik in Regie von reha FLEX wurde dieser Bereich vorerst ausgespart. Nun, fünf Jahre später, ist das Projekt „Bewegungsbad“ innerhalb von sechs

Wochen vonstatten gegangen. Hauptbestandteil war die Erneuerung der in die Jahre gekommenen Schwimmbad- und Lüftungstechnik. Darüber hinaus wurde eine Dampfsper-

re eingebaut, um zu verhindern, dass Feuchtigkeit in das Mauerwerk eindringt.

Oberste Priorität hatte zudem die behindertengerechte Ausstattung des Bewegungsbades. Es gibt nunmehr für Rollstuhlfahrer keine Barrieren zu bewältigen, auch die Türen in der Umkleidekabine für Menschen mit Handicap öffnen und schließen automatisch. Weiterhin ist ein neuer Lift für das Zuwasserlassen der Patienten eingebaut worden. Geschäftsführer Axel Witt: „Wir sind froh, dass wir unseren Patienten und Mitarbeitern nun auch ein nagelneues und modernes Bewegungsbad zur Verfügung stellen können.“



So sieht es im Technik-Raum des Bewegungsbades aus. Alle Anlagen wurden erneuert.

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 EAP-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 Rehabilitationsklinik Sangerhausen ist zugelassen für die 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.

- Knie-, Hüft- und Schulterendoprothesen
- Wirbelsäulenstabilisierung
- Bandscheibenschäden (konservativ)
- Zustand nach Bandscheibenoperationen
- Zustand nach Amputationen
- Frakturen (Knochenbrüche)
- Bänderverletzungen
- Kreuzband- und Meniskusläsionen
- Achillessehnenruptur
- funktionelle Beeinträchtigungen bei Arthrosen
- chronische Schmerzzustände des Stütz- und Bewegungsapparates
- 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.

- Behandlung der Folgen eines apoplektischen Insultes
- Gleichgewichtstörungen
- Zustand nach onkologischen Erkrankungen (z. B. Lymphödem)
- neuromuskuläre Störungen

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 Rehabilitationsklinik Sangerhausen ist gleichfalls nach § 124 SGB V zur Erbringung von Heilmittelleistungen für alle gesetzlichen Krankenkassen, Berufsgenossenschaften und für Privatpatienten/Heilfürsorge zugelassen.



UNSERE PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE

GÜLTIGE HEILMITTEL

- **Motorisch-funktionelle Behandlung**
möglich auch mit zusätzlicher thermischer Anwendung
- **Sensomotorisch-perzeptive Behandlung**
möglich auch mit zusätzlicher thermischer Anwendung
- **Psychisch-funktionelle Behandlung**
- **Hirnleistungstraining**

UNSER THERAPIEANGEBOT

- **Bewegungstraining**
(z.B. Training der Grob-/Feinmotorik)
- **Koordinations- und Gleichgewichtstraining**
(z.B. Sturzprophylaxe, propriozeptives Training)
- **Training der oberen/unteren Extremität(en)**

- **Handrehabilitation**
(vor und nach der OP sowie Narbenbehandlung)
- **Thermische Anwendungen**
(Wärme- und Kältetherapie)
- **Psychisch-funktionelle Therapien**
(z. B. Training der sozioemotionalen Kompetenzen und der Arbeitsgrundfähigkeiten)
- **Angehörigenanleitung**
(v. a. bei progredienten Erkrankungen wie z. B. Demenz)
- **Gelenkschutz/Hilfsmittelberatung**
- **Behandlung von Kindern**
(z. B. bei Konzentrationsstörungen, graphomotorischen Störungen, Wahrnehmungsstörungen)
- **Alltagsschulung/Alltagsberatung**



reha FLEX[®]
Rehabilitationsklinik Sangerhausen

Kyllische Straße 31
06526 Sangerhausen
Telefon: (03464) 2767790
Fax: (03464) 2767799
Internet: www.reha-flex.de
E-Mail: info@sgh-reha-flex.de

Öffnungszeiten

Montag – Donnerstag 7.30 – 19.00 Uhr
Freitag 7.30 – 17.00 Uhr
Termine nach Vereinbarung