

PATIENTENMAGAZIN



BENJAMIN WEILAND
IST GERN EXOT UNTER
DEN ERGOTHERAPEUTEN

SEITE 3

UNFALL-PECH:
IMMER WIEDER
DAS LINKE BEIN

SEITEN 4/5

MACHEN SIE SICH
EINEN PLAN
FÜR DAS ALTER

SEITE 6

AUSBILDUNG WIRD GROSSGESCHRIEBEN

ANNA KREMLER IST FERTIG, LEONIE BROEDEL BEGINNT (SEITE 2)

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

in den vergangenen zehn Jahren hat sich unser Unternehmen in Sangerhausen sehr gut entwickelt und etabliert. Ja, so lange ist es schon her, dass reha FLEX hier im Jahr 2012 seine Pforten öffnete. Neben Engagement und fachlicher Kompetenz ist das familiäre Klima unter unseren Mitarbeitern unser Kennzeichen, das sich auch auf die Patienten überträgt. Dafür suchen wir bei Einstellungen auch die Menschen aus, die zu uns passen.

Wie bei sehr vielen Berufsgruppen ist es aktuell in unserem Metier schwierig, heimatverbundene, gut ausgebildete und interessierte Mitarbeiter zu finden. Aber wir bleiben am Ball, möchten gern junge Leute aus der Umgebung verpflichten und so auch die Region unterstützen.

Ein Beispiel dafür ist unsere Ausbildung zur/m Kauffrau/-mann im Gesundheitswesen. Anna Krempler hat bei uns ihr FSJ absolviert, um dann anschließend erfolgreich die dreijährige Ausbildung zu meistern. Sie war anerkannt bei Patienten und Kollegen. Leider verlässt sie uns aus familiären Gründen. Nun schickt sich Leonie Broedel an, Annas Weg zu gehen (siehe Beitrag unten). Auch in der Zukunft ist es unser Ziel, immer wieder Menschen eine berufliche Perspektive hier in der Region aufzuzeigen.



Axel Witt



Axel Witt ist Geschäftsführer der reha FLEX Rehabilitationsklinik in Sangerhausen.

NEUE MITARBEITER

Sandra Otto ist als Krankenschwester für EKGs, Blutdruckmessung sowie u. a. für



Termine, Rechnungslegung und Zuzahlungen im Patientenservice zuständig. Vor zehn Jahren war sie schon einmal hier, wechselte dann aber in eine Arztpraxis. reha FLEX holte die „verlorene Tochter“ zurück.

Eberhard Wenzlawe ist seit Mai im Ruhestand. Aber er fühlt sich fit und möchte noch etwas tun. So ist er nun als Hausmeister in der Einrichtung tätig. Er koordiniert Handwerker, Kleinreparaturen und kümmert sich um die Pflege des Grundstücks. Früher fuhr er unter Tage in den Schacht.



LEONIE ÜBERNIMMT VON ANNA DEN STAFFELSTAB



Anfang August übergibt Anna Krempler (Foto links) den Staffelstab an Leonie Broedel. Über den Weg der 21-jährigen Anna haben wir im Magazin schon mehrfach berichtet. Sie absolvierte ein Freiwilliges Soziales Jahr in der Reha-Klinik und entdeckte dabei „ihren“ Beruf, den einer Kauffrau im Gesundheitswesen. Die drei-

jährige Ausbildung bei reha FLEX neigt sich jetzt dem Ende zu. Leider bleibt sie nicht in Sangerhausen, da ihr Freund in Braunschweig eine Anstellung hat. Die 17-jährige Leonie folgt. Das einjährige FSJ endet für sie im Juli und am 1. August startet die dreijährige Azubi-Zeit – Theorie in Halle, Praxis hier. Viel Erfolg!



REHA FLEX HAT EINEN MÄNNLICHEN ERGOTHERAPEUTEN – UND DAS MIT FREUDE

Benjamin Weiland ist seit knapp zwei Jahren Ergotherapeut bei reha FLEX in Sangerhausen. Sein Wunschberuf. Als Kind wurde er ergotherapeutisch behandelt. Das ist es für mich später, sagte er sich damals.

Immer noch sind Männer in therapeutischen Berufen selten anzutreffen. Auch in der dreijährigen Ausbildung von Benjamin Weiland war er nur einer von drei männlichen Azubis bei einer Klassenstärke von 20. Rund 86 Prozent aller Ergotherapeuten sind weiblich. Dass Männer in dem Job „Exoten“ sind, hat vor allem historische Gründe: Einst war eine medizinische-akademische Karriere den Männern vorbehalten. Sie wurden Arzt. Frauen hingegen waren vor allem in unterstützenden, dienenden, therapeutischen Berufsgruppen (Krankenschwester, Arzthelferinnen, Therapeutinnen) tätig.

In Sangerhausen jedenfalls freut man sich darüber, ein männliches Pendant im zweiköpfigen Ergotherapeuten-Team (neben der erfahrenen Julia Meister) zu haben. Und Benjamin Weiland freut sich, hier sein zu können. „Ich wollte in eine Reha-Klinik und nicht in eine Praxis, weil bei uns



Benjamin Weiland ist mit seinen 22 Jahren noch ein sehr junger Therapeut.

eine klare Ausrichtung auf einen einzigen Fachbereich besteht, der Orthopädie. Darauf kann man sich konzentrieren.“ Ihm gefallen auch die kurzen internen Dienstwege zum Arzt und

die schnelle Verständigung mit anderen Therapeuten – eben Teamarbeit.

Der erst 22-Jährige weiß sehr wohl, was wichtig in dem Beruf ist: Kreativität, die Kenntnis der anatomischen Abläufe und die Offenheit dem Patienten gegenüber. „In unserem Haus wird sehr persönlich mit den Patienten umgegangen. Wir Ergotherapeuten bilden da keine Ausnahme. Das wird sehr geschätzt.“

Im 25 Kilometer entfernten Heldrungen ist Benjamin Weiland zu Hause. Und dort ist er ein gefragter Mann bei der Freiwilligen

Feuerwehr. Dabei bleibt es aber nicht in seiner Freizeit. Er hat sich dem Jiu Jitsu verschrieben, eine von den japanischen Samurai stammende waffenlose Kampfkunst der Selbstverteidigung.



Der Kampfkunst Jiu Jitsu gilt seine Liebe. Sie dient auch der Stärkung des Charakters und Selbstbewusstseins.



Es geht unter anderem um Mobilisation, Kraftgewinn sowie Fein- und Grobmotorik. Benjamin Weiland während einer Therapiesitzung mit einem Patienten.

UNFALL-PECH: DREI UNFÄLLE HABEN DAS LEBEN VON KEVIN KNABE VERÄNDERT

Kevin Knabe ist mit seinen 31 Jahren vom Unfall-Pech verfolgt. 2017 rannte ein Wildschwein während der Fahrt in sein Pkw, er driftete auf die andere Fahrbahn ab und prallte dort auf ein entgegenkommendes Fahrzeug. Er überlebte mit schweren Verletzungen. Auch die Insassen des anderen Autos hatten Glück. Im März 2020 stürzte er beim Abladen vom Lkw und nun kurz vor Silvester vergangenen Jahres rutschte er beim Gehen aus.

Diesmal brach er sich den Schienbeinkopf, wurde in den BG-Kliniken Halle operiert und ist nun mit Verzögerung bei reha FLEX in Sangerhausen in Therapie. Aber es ist nicht nur die jüngste Verletzung, die ihm zu schaffen macht. Die Gesamtheit aller drei Unfälle haben seinem linken Bein schwer zugesetzt. Insbesondere der Wildunfall von 2017 brachte ihm ein komplett von oben bis unten gebrochenes Bein ein. Oberschenkel, Schienbein und der Fuß wurden in Mitleidenschaft gezogen. Fünf Operationen und eine stationäre Reha waren nötig, damit Kevin Knabe wieder halbwegs auf die Beine kam.



Kevin Knabe und sein lädiertes Bein, das mittlerweile drei Unfälle überstanden hat.



Vom damaligen Unfall auf der B80 bei Lüttchendorf wurde auch in der Mitteldeutschen Zeitung berichtet. Sechs schwerverletzte Personen – darunter Kevin Knabe – und eine Leichtverletzte kamen an dem Abend in drei naheliegende Krankenhäuser.

Er konnte seinen Beruf als Lkw-Fahrer im Baustellentransport weiter nachgehen, vor allem deshalb, weil das Fahrzeug ein Automatikgetriebe hat. Auch privat fährt er Automatik. Das linke Bein ist also nur zur Vollzähligkeit im Auto.

IMMER WAR DAS LINKE BEIN „DRAN“

Als er vor zwei Jahren auf der Laderampe des Lkw das Gleichgewicht verlor, war wieder der linke Oberschenkel „dran“ – und nun ist es der Schienbeinkopf. Natürlich wieder links. In diesem Jahr hat er noch nicht gearbeitet, hält aber fleißig Kontakt zu seinem Betrieb. Er ist festen Willens, nach der Rehabilitation endlich loszulegen. „Neun Jahre bin ich dort. Das ist schon Verbundenheit“, so der in Osterhausen bei Eisleben wohnende Kevin Knabe.

Nun also Reha. Er hatte vorher ein paar Einheiten



In der Sporttherapie wird hart an den Geräten gearbeitet. Kevin Knabe ist ungeduldig, möchte jeden Tag noch mehr tun.

in einer Physiotherapie, um die Zeite bis zum Beginn der ambulanten Rehabilitation zu nutzen. „Das ist aber nicht zu vergleichen. Hier gibt es jeden Tag ein straffes Programm“, so Knabe. Für ihn könnte es noch straffer sein. Er möchte mehr Krankengymnastik, mehr Lymphdrainage. Seine Ungeduld ist spürbar. Aber sein Bein ist noch geschwollen. So werden Ärzte und Therapeuten mit Augenmaß die entsprechende Dosis der Belastung anwenden. Das Ziel für Patient und Therapeuten lautet bestmögliche Genesung. Vielleicht wer-

den die drei Wochen auch noch einmal verlängert.

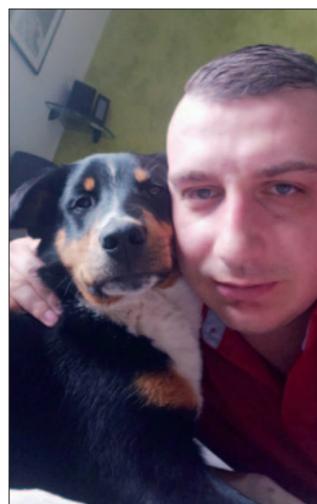
Er trainiert in der Sporttherapie, erhält Krankengymnastik im Trockenen wie auch im Bewegungsbad, Lymphdrainage und passive Anwendungen mit Strom und Wärme. Die Hoffnung ist da, dass er bald wieder einen geregelten Alltag hat – beruflich wie privat.

IM JANUAR GAB ES NACHWUCHS

Allerdings ist manches für Kevin Knabe wohl nicht mehr möglich. Fußballspielen zum Beispiel. Dies hat

er über viele Jahre mit jeder Menge Spaß gemacht. „Da sehe ich keine Chance für mich.“ Die Feuerwehr bleibt

aber. Da ist er in seinem Ort ebenfalls seit Jahren dabei und wird es auch bleiben.



Neben zwei Kindern lebt im Haus von Kevin Knabe auch ein süßer Hund.

Trotz der etlichen Monate ohne berufliche Aufgabe ist ihm die Decke nicht auf den Kopf gefallen. Der Grund dafür ist ein besonders glücklicher Umstand: Kevin Knabe ist im Januar zum zweiten Mal Vater geworden. Neben der 11-jährigen Tochter gibt es jetzt auch einen kleinen Sohnmann. Und so war es ganz schön, dass die Familie in diesen ersten Wochen und Monaten zusammen war. Wir wünschen auch in Zukunft alles Glück dieser Welt.

WAS IN JÜNGEREN JAHREN WICHTIG IST, WIRD IM ALTER NICHT FALSCH

In der Jugend werden die Grundlagen für das Alter gelegt. Und im Alter sollte man gut auf die Zeit nach der Berufstätigkeit vorbereitet sein. Gutgemeinte Ratschläge von Matthias Dietl, Ärztlicher Leiter von reha FLEX Sangerhausen.

Über den Menschen und seine Gesundheit machte sich auch der französische Philosoph Voltaire seine Gedanken, so Matthias Dietl und zitiert ihn: „In der ersten Hälfte unseres Lebens opfern wir unsere Gesundheit, um Geld zu erwerben, in der zweiten Hälfte opfern wir unser Geld, um die Gesundheit wiederzuerlangen. Und während dieser Zeit gehen Gesundheit und Leben von dannen.“ Also gilt es, in jungen Jahren mehr in die Gesundheit zu investieren, um später davon zu profitieren. Klar, als 20-Jähriger hat man dafür vielleicht keine offenen Ohren, so Dietl. Aber es lohnt sich schon, über gesunde Ernährung, kontinuierliche Bewegung und kleine Auszeiten von der Hektik des Alltags nachzudenken.

Besserwisserisch sollte man diese Aussagen natürlich nicht der jüngeren Generation rüberbringen. Da kommt es auf die Weisheit



Matthias Dietl, Ärztlicher Leiter von reha FLEX Sangerhausen, hat einige Tipps parat.

des Alters an, den Kindern und Enkelkindern Tipps so mitzugeben, dass sie auch gehört werden.

Ob wir es verstehen oder auch nicht – der Körper verschleißt nun mal in den Jahren. Das gilt es zu akzeptieren. Das heißt aber noch lange nicht, dass

wir uns im Rentenalter mit Körper und Geist auf dem Abstellgleis befinden. Matthias Dietl: „Man kann beispielsweise ein Musikinstrument erlernen, um vom üblichen Kreuzworträtseln abgesehen das Gehirn zu trainieren. Es geht ja nicht darum, solche Dinge zur Perfektion zu beherrschen. Spaß muss es machen.“

MACHEN SIE SICH EINEN PLAN

Was in jüngeren Jahren richtig ist, wird im Alter nicht falsch: „Vom Sitzen und Liegen kriegt man einen krummen Rücken. Das möchte ich als Orthopäde immer wieder betonen. Sport, oder nennen wir es Bewegungsaktivitäten, gehören zum Leben einfach dazu.“ Und das am besten

in Gemeinschaft, vielleicht sogar mit den Enkeln zusammen. Es gibt genügend Spiele, die sich im Garten oder im Park generationsübergreifend eignen.

„Machen Sie sich einen Plan noch bevor das Rentenalter erreicht ist“, betont Matthias Dietl. Klar, Verreisen gehört dazu. Besonders wichtig ist aber der dann ganz anders geartete Alltag, denn der Job wartet nicht mehr. Dennoch sollte der Tagesablauf strukturiert sein. Dazu gehören wie schon erwähnt Hobbies, Bewegung, Treffen mit Familie und Freunden. „Vermeiden Sie Streit, der ist nur stressig. Und bereiten Sie sich darauf vor, nun 24 Stunden mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin zusammen zu leben.“



Foto: Ingimage

MEDIZINISCHE REHABILITATION – WER IST EIGENTLICH ZUSTÄNDIG?

- Für Menschen, deren Erwerbsfähigkeit gefährdet ist, ist grundsätzlich die Rentenversicherung zuständiger Reha-Träger für medizinische Leistungen.
- Die Träger der gesetzlichen Krankenversicherung sind in der Regel zuständig bei Reha-Leistungen für Altersrentner sowie für Mütter und Väter (Mutter-/Vater-Kind-Leistungen). Sie sind ebenfalls zuständig bei Reha-Leistungen für Eltern. Die berücksichtigen neben der Indikationspezifischen Ausrichtung insbesondere die psychosoziale Problemsituation von Müttern und Vätern, die sich aktuell in Erziehungsverantwortung befinden.
- Wenn ein Arbeits-, Schul- oder Wegeunfall oder eine Berufskrankheit maßgeblich ist, dann erbringt die zuständige Berufsgenossenschaft oder Unfallkasse Leistungen.

SO KOMMEN SIE ZU IHRER REHABILITATION

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. Nach der Genehmigung der Rehabilitationsmaßnahme werden wir mit Ihnen den Aufnahmetermin festlegen. 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 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.

BERUFGENOSSENSCHAFTEN (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 Unfallchirurgen (D-Arzt).

PRIVATPATIENTEN

Die Aufnahmodalitäten 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 alle gesetzlichen Krankenkassen, Rentenversicherungsträger, Berufsgenossenschaften und für Privatpatienten/Heilfürsorge.

ZUWEISUNGSFÄHIGE INDIKATIONEN

GANZTÄGIG AMBULANTE 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 Amputationen
- Zustand nach Schulter-OP
- Bänderverletzungen
- Kreuzband- und Meniskusläsionen
- Achillessehnenruptur
- Zustand nach Bandscheibenoperationen
- funktionelle Beeinträchtigungen bei Arthrosen
- chronische Schmerzzustände des Stütz- und Bewegungsapparates
- Frakturen (Knochenbrüche)
- Zustand nach Sportverletzungen

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.



BABY- UND KLEINKINDSCHWIMMEN

FÖRDERUNG VON BEWEGUNGSDRANG UND FRÜHKINDLICHEM LERNVERHALTEN
SPASS FÜR KIND UND ELTERN IM WASSER

Beim Babyschwimmen geht es hauptsächlich um den Spaß im Wasser. Gleichzeitig wird der Bewegungsdrang und das frühkindliche Lernverhalten des Babys unterstützt. Der physikalische Druck des Wassers fördert zudem die Atemfunktion. Auf den Händen der Eltern oder durch den Einsatz von Schwimmhilfen trainiert das Baby sein Gleichgewicht.

- Teilnehmen kann jedes Kind ab dem 4. Monat.
- Hilfreich ist es, wenn das Baby seinen Kopf selbst halten kann.
- Bereiten Sie Ihr Kind vor, indem Sie die Badetemperatur langsam auf 32°C absenken.
- Bitte das Kind vor dem Kurs nicht eincremen!

Die Kurse – getrennt für Babys (bis 1 Jahr) und Kleinkinder (1 bis 2 Jahre) – finden zu unterschiedlichen Zeiten am Vormittag oder Nachmittag statt, dauern jeweils 30 Minuten und gehen über zehn Einheiten. Dabei geht es nicht darum, dem Baby oder Kleinkind das Schwimmen beizubringen.

MITZUBRINGEN SIND:

- gut sitzende Badehose (feste Bündchen, keine Vlieswindeln im Wasser verwenden)
- warmes Getränk
- Wickelunterlage/Handtuch/Waschutensilien

reha FLEX

Wohlfühlen – Entspannen – Genießen

Kylische Str. 31 • 06526 Sangerhausen

Telefon: (03464) 2767790

Internet: www.reha-flex.de

E-Mail: info.sgh@reha-flex.de



**Anmeldung zum Kurs
unter www.reha-flex.de**



reha FLEX[®]
Rehabilitationsklinik Sangerhausen

Kylische 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