Diabetologische Rehabilitation im Rehazentrum Westend

Mehr vom Leben

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Rehazentrum Westend

Herzlich Willkommen!

Das Team der Tagesklinik mit langjähriger Erfahrung in ambulanter Rehabilitation von Herz- und Gefäßkranken begrüßt Sie im Rehazentrum Westend.

Diabetes kann auf Dauer folgenschwere und stark beeinträchtigende Schäden verursachen. Die gute Nachricht: Je früher Sie aktiv und bewusst mit Ihrer Zuckerkrankheit umgehen, desto effektiver können Sie Ihren Erkrankungsverlauf positiv beeinflussen und so Ihre Gesundheitsprognose deutlich verbessern.

Dabei unterstützen wir Sie gerne gemeinsam mit unseren fachkundigen Ärzten, Therapeuten und Ernährungsberatern. Ihr Lebensgefühl und Ihre Lebensfreude werden sich spürbar verbessern.

Tun Sie etwas für sich. Wir begleiten Sie gerne und freuen uns auf Sie.

Diabetes

Eine langjährige Zuckerkrankheit erhöht das Risiko für typische Komplikationen:

- Augenerkrankung bis zur Erblindung
- Durchblutungsstörungen der Beine bis hin zur Beinamputation
- Nierenschaden und Dialyse-Behandlung
- Schlaganfall
- Herzinfarkt
- Sexualstörungen (z.B. Impotenz)

Auch nach vielen Jahren Zuckerkrankheit kann das Fortschreiten der Erkrankung noch erfolgreich gebremst, Ihre Gesundheit verbessert und das Risiko von Folgeerkrankungen deutlich verringert werden.

Fangen Sie jetzt an – wir unterstützen Sie dabei!

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie
Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Ziele der Rehabilitation

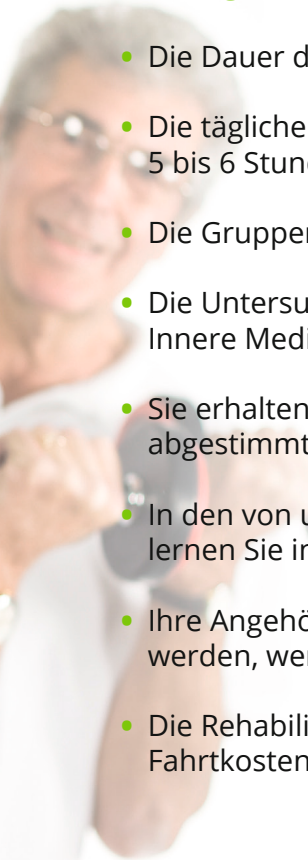
Die medizinische diabetologische Rehabilitation ist ein wichtiger Bestandteil einer umfassenden und wirkungsvollen Therapie der Diabeteserkrankung.

Bei der Rehabilitation erfahren Sie das Zusammenspiel von Ernährung, Bewegung und Medikamentenbedarf.
Ziel dabei ist:

- Blutzucker, Blutdruck und Körpergewicht nachhaltig zu senken
- die Dosis der Zucker-Medikamente und ggf. den Insulinbedarf zu verringern
- Wohlbefinden und Lebensqualität zu steigern
- das Risiko von Folgeerkrankungen und Spätkomplikationen zu senken
- Ihre Erwerbsfähigkeit nachhaltig zu sichern

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie
Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Wichtige Informationen zum Ablauf der Rehabilitation



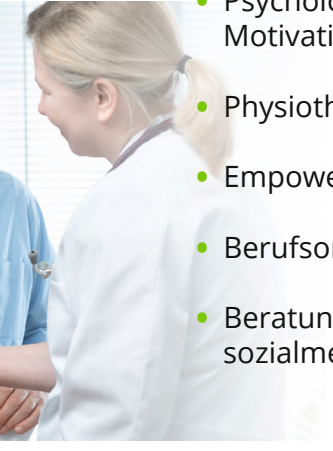
- Die Dauer der Rehabilitation beträgt 3 - 4 Wochen
- Die tägliche Behandlungsdauer von Montag bis Freitag beträgt 5 bis 6 Stunden und beinhaltet Frühstück und Mittagessen
- Die Gruppengröße beträgt 6 bis 12 Teilnehmer
- Die Untersuchungen werden von erfahrenen Fachärzten für Innere Medizin mit Schwerpunkt Diabetologie vorgenommen
- Sie erhalten einen auf Ihre individuellen Ziele und Bedürfnisse abgestimmten Therapieplan
- In den von unserer Diabetesberatung geleiteten Schulungen lernen Sie individuelle Herausforderungen zu meistern
- Ihre Angehörigen können in die Behandlung miteinbezogen werden, wenn Sie dies wünschen
- Die Rehabilitation ist im Regelfall zuzahlungsfrei und Ihre Fahrtkosten werden erstattet

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Therapieelemente der Rehabilitation

- Fachärztliche Betreuung (Diabetologie und Sozialmedizin)
- Problembezogene Diabetesberatung (u.a. Schulung zur Fußpflege, Energiegehalt von Lebensmitteln)
- Ernährungsberatung und praktische Umsetzung in der Lehrküche (u.a. Geschmackstraining, Einkaufstraining)



- Psychologische Betreuung (Ernährungspsychologie, Motivation, Depressionsneigung)
- Physiotherapie und Sporttherapie
- Empowerment und Selbstmanagement
- Berufsorientierte Rehabilitation / Ergotherapie
- Beratung zu Ihren sozialrechtlichen Ansprüchen und sozialmedizinischen Besonderheiten nach der Rehabilitation

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Dr. med. Jürgen Homberger
Ärztlicher Leiter des Rehazentrum Westend; Arzt für Innere Medizin, Kardiologie und Angiologie

Dr. med. Waltraud Fahrig
Stv. Ärztliche Leiterin;
Ärztin für Innere Medizin, Kardiologie und Sozialmedizin

Bernadette Borgert
Ärztin für Innere Medizin und Diabetologie

Dr. med. Sabine Nitsche
Ärztin mit internistischem Schwerpunkt

Fachärztliche Betreuung

- Ausführliche Eingangsuntersuchung (u.a. mit Neuropathie-screening) und Ermittlung Ihres individuellen Risikoprofils für Folgeerkrankungen
- Gemeinsame Vereinbarung Ihrer Rehabilitationsziele
- Erläuterung Ihres individuellen Therapieplans
- Regelmäßige Arztvisiten zur Überprüfung des Therapiefortschritts
- Optimierung Ihrer Medikamenteneinstellung
- Ärztliche Gesundheitsinformationen
- Abschlussuntersuchung mit ausführlichem Arztgespräch und Festlegung Ihrer Nachsorgeziele
- Information Ihres Hausarztes bzw. Diabetologen

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

CULTUR

Ernährungsberatung

- Gesunde Ernährung mit schmackhaftem und abwechlungsreichem Essen
- Kochschule mit praktischer Umsetzung in der Lehrküche
- Empfehlungen zur nachhaltigen Gewichtsreduktion
- Erlernung der realistischen Einschätzung des Energiegehalts von Lebensmitteln
- Schulungsprogramm für den Bereich des Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsels

Reha – gemeinsam gesund und lecker kochen

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Reha – gemeinsam
mehr bewegen

Physiotherapie

- Physiotherapeutische Einzeltherapie
- Massagen (z.B. Manuelle Lymphdrainage)
- Atemtherapie

Sporttherapie

- Laufband- und Ergometertraining
- Medizinische Trainingstherapie
- Fuß- und Gefäßtraining
- Beckenbodengymnastik
- Bewegungsspiele
- Entspannungstechniken
- Nordic-Walking

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Reha – Motivation für die Alltagsintegration

Motivation und Selbstmanagement

- Achtsamkeitstraining
- Selbstreflexion mit Ihrem Reha-Tagebuch
- Konfliktmanagement in Alltag und Beruf
- Autogenes Training
- Stressbewältigung
- Integration von Bewegung in Ihren Alltag
- Coaching

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Reha – um gemeinsam
mehr zu erleben

Einbeziehung Ihrer Angehörigen

- Gemeinsamer Besuch des Rehazentrums
- Klärung aller Fragen in der Rehasprechstunde vor dem Beginn der Rehabilitation
- Teilnahme Ihres Partners an der Kochschule und Ernährungsberatung
- Auf Wunsch gemeinsame Sozialberatung
- Kompetente Informationen zur Erkrankung für Angehörige

Selbstverständlich können Ihre Angehörigen und Freunde sämtliche in unserer Broschüre angebotenen Leistungen zu günstigen Konditionen ebenfalls in Anspruch nehmen. Sprechen Sie uns an!

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Reha – Therapie in der Tagesklinik,
Schlafen zu Hause

Chancen der ambulanten diabetologischen Rehabilitation

- Verbleib in der häuslichen Geborgenheit
- Frühzeitige Einbeziehung der Familie in die Therapie
- Familiäre oder berufliche Termine können nach der täglichen Therapie wahrgenommen werden
- In der Reha neu Erlebtes kann im Alltag sofort umgesetzt werden
- Intervallbehandlung bei geringer Belastbarkeit (Wechsel von Therapie- und Erholungstagen), mit entsprechender Verlängerung der Reha
- Enger Kontakt des Reha-Teams zum Betriebsarzt, Hausarzt oder Diabetologen auch nach dem Reha-Aufenthalt
- Nachsorgeprogramme können in der vertrauten Tagesklinik wahrgenommen werden

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Nachsorge

Um den Erfolg der erreichten Ziele nach der Rehabilitation langfristig zu sichern, sollte sich die Behandlung fortsetzen mit:

- Intensiver Rehanachsorge (IRENA-Programm der Rentenversicherung)
- Rehasport / Diabetikersport

Zusätzlich bieten wir Ihnen folgende Leistungen:

- Physiotherapie
- Medizinische Traingstherapie
- Kochschule / Ernährungsberatung
- Entspannungskurse
- Nordic Walking
- Aqua-Fitness

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Leitungsteam des Rehazentrum Westend (v.l.n.r.)

Dr. med. Waltraud Fahrig
Stv. Ärztliche Leiterin

Claudia Sellschopp
Patientenmanagement

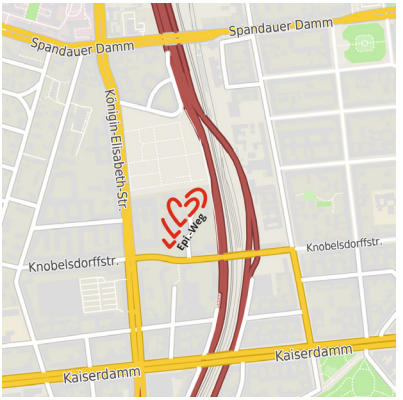
Dr. med. Sabine Nitsche
Assistenzärztin

Dr. med. Jürgen Homberger
Leitender Arzt

Brigitte Hartges
Therapeutische Leiterin

Guntram Jackisch
Geschäftsführer

Adresse und Wegbeschreibung



Rehazentrum Westend
Epiphanienweg 6
14059 Berlin

Tel.: (030) 306 78 200
Fax: (030) 306 78 118
Fax: (030) 351 99 55 660
E-Mail: info@rehawestend.de
www.rehawestend.de

Mit der BVG: U-Bahnhof Kaiserdamm (U2)
Buslinie 139, Haltestelle Knobelsdorffstraße

Mit dem Auto: A 100 Abfahrt Kaiserdamm;
es sind genügend kostenlose Parkplätze
am Objekt vorhanden

Rehasprechstunde

Termine nach Vereinbarung
Montag bis Freitag von 8:00 bis 17:00 Uhr
Dienstag von 8:00 bis 20:00 Uhr
Telefon: (030) 306 78 200

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie
Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG
Epiphanienweg 6
14059 Berlin

Tel.: (030) 306 78 200

Fax: (030) 306 78 118
Fax: (030) 351 99 55 660

E-Mail: info@rehawestend.de

www.rehawestend.de

Rehabilitation
Prävention
Physiotherapie

Rehazentrum Westend
ein Haus der RehaVental AG

RehaVental
Mehr vom Leben