

Kardiologische Rehabilitation im Rehasentrum Westend





Herzlich willkommen!

Das Team der Tagesklinik mit langjähriger Erfahrung in der ambulanten kardiologischen Rehabilitation begrüßt Sie im Rehazentrum Westend.

Seit 1979 haben wir mehr als 15.000 Patienten mit Herzerkrankungen auf ihrem Weg zu mehr Leistungsfähigkeit und Lebensqualität begleitet.

Während der Rehabilitation wird die körperliche Fitness und Kondition durch ein individuell zusammengestelltes Therapieprogramm so gesteigert, dass Sie wieder belastbarer werden und private sowie berufliche Anforderungen besser meistern können.

Unser Team aus fachkundigen Ärzten und Therapeuten wird Sie dabei aktiv unterstützen.



*Reha –
wir stärken Ihr Herz!*

Bei diesen Herz-Erkrankungen können wir Ihnen helfen:

- Erkrankungen der Herzkranzgefäße z.B. nach Herzinfarkt
- nach Herz-Bypass-Operation
- nach Herzklappen-Operation
- Herzmuskelschwäche (Herzinsuffizienz)
- nach Herzmuskelentzündung (Myokarditis)
- nach Implantation von Defibrillator (ICD) oder 3-Kammer-Schrittmacher (CRT)
- nach Lungenembolie



Ziele der kardiologischen Rehabilitation

Die medizinische kardiologische Rehabilitation ist in der Regel die Fortsetzung der Akutbehandlung nach Beendigung Ihres Krankenhausaufenthaltes.

Die Rehabilitation soll Ihnen den Wiedereinstieg in den Alltag erleichtern, Ihre Leistungsfähigkeit bessern sowie Ihre Belastbarkeit steigern und normalisieren, ohne Sie zu überfordern. Neben dem körperlichen Trainingsprogramm werden Seminare und Workshops über die Ursachen Ihrer Erkrankung Sie dabei unterstützen, künftig Ihre Gesundheit besser zu fördern (z.B. Ernährungsberatung, Stress-Bewältigung oder Nichtraucher-Training).

Nach der Rehabilitation können Sie im Rehasentrum Westend langfristig am Herzsport teilnehmen, um sich die erzielten Erfolge langfristig zu sichern und auszubauen.

Vorteile der ambulanten Rehabilitation bei uns

- Wir garantieren Berufstätigen die Teilnahmemöglichkeit am Reha-Nachsorgeprogramm der Rentenversicherung (IRENA)
- Wir erstatten Ihre Fahrtkosten (PKW und ÖPNV). Bei uns parken Sie kostenlos. Ausreichend Parkplätze stehen zur Verfügung
- Im Bedarfsfall stellen wir Ihnen einen Fahrdienst zur Verfügung
- Berufstätige sind im Gegensatz zur stationären Reha von der Zuzahlung (10 Euro pro Tag) befreit



Wichtige Informationen zum Ablauf der Rehabilitation

- Die Einleitung der Rehabilitation erfolgt im Krankenhaus durch den Stationsarzt und den Sozialdienst (vereinfachtes Antragsverfahren)
- Die Rehabilitation kann unmittelbar nach dem Krankenhausaufenthalt beginnen
- Die Dauer der Rehabilitation beträgt 3 - 4 Wochen
- Die tägliche Behandlungszeit beträgt 5 - 6 Stunden und beinhaltet Frühstück und Mittagessen
- Eine Intervallbehandlung (Behandlungstag und Ruhetag wechseln sich ab) ist bei uns möglich
- Die Rehabilitation kann bei bestimmten Indikationen auch ohne Krankenhausaufenthalt durch Ihren Haus-/Facharzt beantragt werden
- Zahlreiche Nachsorgeangebote



Therapieelemente der Rehabilitation

- Fachärztliche Betreuung (Kardiologie, Angiologie und Sozialmedizin)
- Psychologische Beratung und Betreuung
- Herzgesunde und schmackhafte Ernährung / Kochschule
- Nichtraucher-Training
- Herzsport und medizinische Trainingstherapie
- Massagen, Manuelle Lymphdrainage und Physiotherapie
- Gesundheitsinformationen / Herzschule
- Entspannungstechniken und Stressbewältigung
- Beratung zu den sozialrechtlichen Ansprüchen nach der Rehabilitation
- Berufsbezogene Rehabilitation / Ergotherapie





Dr. med. Jürgen Homberger

Ärztlicher Leiter des Rehasentrum Westend;
Facharzt für Innere Medizin, Schwerpunkt
Kardiologie und Angiologie; Notfallmedizin;
Hypertensiologe (DHL)



Dr. med. Waltraud Fahrig

Stv. Ärztliche Leiterin;
Fachärztin für Innere Medizin, Schwerpunkt
Kardiologie, Sozialmedizin, Rehabilitationswesen;
kardiovask. Präventivmedizinerin (DGPR)



Dr. med. Sabine Nitsche
Ärztin mit internistischem
Schwerpunkt

Fachärztliche Betreuung

- Ausführliche Eingangsuntersuchung und Erstellung eines individuellen Therapieplans
- Internistisch-kardiologische Diagnostik:
Blutuntersuchungen/Labor, EKG, Belastungs-EKG, Spiroergometrie, Echokardiographie, Sonographie von Bauch und Gefäßen, Langzeit-EKG, Langzeit-Blutdruck-Messung, Lungenfunktionsprüfung, ggf. Schrittmacher-/ICD-Kontrolle
- Regelmäßige Arztvisiten
- Medikamenteneinstellung
- Ärztliche Gesundheitsinformationen
- Sozialmedizinische Beratung
- Abschlussuntersuchung mit ausführlichem Arztgespräch
- Information des Hausarztes / Kardiologen



Herzgesunde Ernährung

- Herzgesundes Kochen selbst erleben
- Kräuterkunde im eigenen Kräutergarten
- Ernährungsanalyse
- Einkaufsberatung
- Frisch zubereitetes Essen und Getränke stehen kostenlos zur Verfügung

*Reha – gemeinsam
gesund und lecker kochen*

*Reha – gemeinsam
mehr bewegen*



Herzsport – Bewegung in Sicherheit

- EKG-überwachtes Ergometertraining
- Herzfunktionstraining
- Koordination
- Atemübungen

Behandlung orthopädischer Probleme durch:

- Mobilitäts-Check
- Rückenschule
- Medizinische Trainingstherapie
- Ergonomieberatung
- Physiotherapie

Reha – Auszeit für die Seele

Loslassen und entspannen

- Achtsamkeitstraining
- Selbstreflexion
- Autogenes Training
- Entspannungstechniken
- Stressbewältigung
- Psychologische Beratung



*Reha – um gemeinsam
mehr zu erleben*

Einbeziehung Ihrer Angehörigen

- Gemeinsamer Besuch Ihres Rehazentrums
- Klärung aller Fragen in der Rehasprechstunde vor Beginn der Reha
- Teilnahme an der Kochschule und Ernährungsberatung
- Angehörigenseminar „Im Notfall richtig handeln“
- Auf Wunsch gemeinsame Sozialberatung
- Kompetente Information zur Erkrankung des Angehörigen
- Gemeinsamer Herzsport in der Nachsorge

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



*Reha – Therapie in der Tagesklinik,
Schlafen zu Hause*

Chancen der ambulanten Rehabilitation

- Wohnortnahe und alltagsnahe Behandlung
- Teilnahme der Angehörigen (wenn gewünscht)
- In der Reha neu Erlebtes kann im Alltag sofort umgesetzt werden
- Möglichkeit der Intervallbehandlung (Behandlungstag und Ruhetag im Wechsel)
- Enger Kontakt des Reha-Teams zum Hausarzt und Kardiologen auch nach dem Reha-Aufenthalt
- Weitere Nachsorgeprogramme können anschließend in der bekannten Tagesklinik wahrgenommen werden



Nachsorge

Nach der Reha sind wir jederzeit für Sie da. Bei uns sind Sie gerne willkommen, an folgenden Angeboten teilzunehmen:

- Herzsport
- IRENA-Programm (für Berufstätige)
- Rehasport und Gesundheitssport
- Spezialisierte Physiotherapie
- Quartalsmäßige Herztreffen
- Leistungsdiagnostik (z.B. Spiroergometrie)
- Entspannungskurse
- Kochschule



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

Epiphanienvogelweg 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: A100, 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

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

