



Rehaklinik
Ob der Tauber

Eine Klinik der RehaZentren
Baden-Württemberg gGmbH

Wir mobilisieren Kräfte

Chronisch
entzündliche
Darmerkrankungen

**KRANKHEIT
BEWÄLTIGEN**





„Wir kümmern uns gern um Ihr körperliches und psychisches Wohlergehen. Gemeinsam planen wir Ihren Aufenthalt bei uns und geben Ihnen Hilfestellung bei allen Anliegen.“

Dr. med. Sylvia Zipse, Cheffärztin

Nachhaltig und individuell betreut

Sie leiden an einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung (CED) wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa? Sie möchten Ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen? Wir können Ihnen dabei helfen, einen gesunden und aktiven Lebensstil zu führen.

Mit unserem Fachwissen unterstützen wir Sie dabei, Ihren Allgemeinzustand zu verbessern, Ihre Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden zu erhöhen sowie die Entzündungsaktivität Ihrer Erkrankung zu verringern.

Die Rehabilitation in unserer Klinik bietet Ihnen die Möglichkeit, sich fernab vom Alltag mit Ihrer Situation auseinanderzusetzen oder eine Operation zu verarbeiten. Im Mittelpunkt Ihres Aufenthaltes bei uns steht Ihre körperliche und psychische Regeneration. Sollten Sie einen künstlichen Darmausgang haben, werden Sie bei uns lernen, diesen sachgerecht zu versorgen.

Was Sie bei uns erwartet

Am Anfang

Eine ausführliche Eingangsuntersuchung und Bestandsaufnahme stehen am Beginn jeder Rehabilitationsmaßnahme in unserem Haus. Sie sind die Grundlage dafür, dass die Therapie auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt werden kann und zu einem nachhaltigen Erfolg führt. Dafür findet ein ärztliches Aufnahmegespräch statt. Besonders wichtig ist uns hierbei, Ihren aktuellen körperlichen und seelischen Zustand zu erfassen und Ihre Familien-, Berufs- und Sozialanamnese zu erheben.

Im Verlauf

Basierend auf der gründlichen körperlichen Untersuchung wird ein Behandlungskonzept zusammengestellt, das ganz auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten ist. Während Ihrer Zeit bei uns steht Ihnen ständig unser Expertenteam zur Seite. So kann auch Ihre Therapie immer wieder den Gegebenheiten angepasst werden.

Am Ende

Zum Abschluss Ihres Aufenthaltes in unserer Klinik werden Sie in einem ausführlichen ärztlichen Abschlussgespräch über die erhobenen Befunde und Diagnosen informiert. Sie erhalten Verhaltenstipps und Nachsorgeempfehlungen, mit denen Sie wieder am beruflichen und sozialen Leben teilnehmen können.



**ACHTSAM MIT MIR
UMGEHEN, EIN ERFÜLLTES
LEBEN FÜHREN -
TROTZ KRANKHEIT.**



„Wir helfen Ihnen dabei, Ihre Krankheit zu bewältigen. Wir beraten Sie, betreuen Sie und sind gern für Sie da.“

Wir sind für Sie da

Zahlreiche Spezialistinnen und Spezialisten unterstützen Sie bei Ihrem Aufenthalt und sorgen dafür, dass Sie bestmöglichst betreut werden:

- **Ärztinnen und Ärzte** betreuen Ihren Aufenthalt medizinisch.
- **Psychologinnen und Psychologen** kümmern sich um Ihr seelisches Wohlbefinden.
- **Physiotherapeutinnen und -therapeuten** sorgen dafür, dass Sie sich besser bewegen und umsorgen Sie mit Wärme-, Kälte- und Elektrotherapie.
- **Ergotherapeutinnen und -therapeuten** helfen Ihnen, den Alltag besser zu bewältigen.
- **Ernährungsberaterinnen und -berater** zeigen Ihnen, wie Ihre Ernährung an den richtigen Platz in Ihrem Leben rückt.
- **Unser Sozialdienst** berät Sie und unterstützt Sie dabei, die richtigen Hilfen zu finden.
- **Pflegekräfte** sorgen dafür, dass Sie sich rundum wohl fühlen.
- **Beratungskräfte für Gesundheits- und Hilfsmittel** finden für Sie die passenden medizinischen Hilfsmittel.
- Unsere nach Stomacert® zertifizierten **Stomaberaterinnen** helfen Ihnen beim professionellen Umgang mit Ihrem künstlichen Darmausgang.

Unsere Leistungen für Sie

Mit unserem vielseitigen Therapieangebot unterstützen wir Sie dabei, mit Ihrer chronischen Erkrankung aktiv und positiv zu leben. Das Therapiekonzept wird für Sie individuell geplant und an Ihre körperliche Leistungsfähigkeit und Ihre psychische Verfassung angepasst. Im Folgenden finden Sie einige Schwerpunkte.

Sporttherapie

Bewegung ist wichtig! Bei uns lernen Sie, Ihre Leistungsgrenzen gezielt auszuloten, um den für Sie richtigen Bewegungsumfang zu finden. Sie werden bald spüren, wie gut Ihnen regelmäßige Bewegung tut. Mögliche Krankheits- und Behandlungsfolgen können durch gezielte Übungen und Krankengymnastik vermindert oder ganz vermieden werden. Angepasstes Bewegungstraining verbessert außerdem Erschöpfungszustände und hat einen positiven Einfluss auf Ihre psychische Situation.

Ergotherapie

Chronische Erkrankungen zehren an den körperlichen und psychischen Kräften. Hinzu kommen oft Schmerzen sowie Nebenwirkungen der langfristigen oder wiederkehrenden Therapien. Mit der Ergotherapie lässt sich Ihr kreatives Potenzial wecken, die Körperwahrnehmung verbessern und Entspannung herbeiführen.



Besser bewegt

Regelmäßige moderate Bewegung baut Stress ab, vertreibt schlechte Laune und verbessert die allgemeine Leistungsfähigkeit. Sie stärkt Herz und Kreislauf sowie das Immunsystem. Zudem beugt sie Osteoporose vor – gerade bei Betroffenen, die Kortison nehmen müssen, ein wichtiger Aspekt. Besonders beeindruckend: Bewegung verringert die Entzündungsaktivität und kann beschwerdefreie Phasen verlängern.



Osteopathie

Durch die geschickten Hände unseres erfahrenen Osteopathen werden Sie schnell Erleichterung Ihrer Beschwerden erfahren. Die manuelle Therapie fördert die Selbstheilungskräfte ihrer Körpers und löst Blockierungen.

Stomatherapie

Die Situation mit einem Stoma ist neu für Sie? Unser Fachpersonal führt Sie Schritt für Schritt an die Stomaversorgung heran. Nach Ihrem Aufenthalt bei uns können Sie diese selbständig durchführen und sind wieder unabhängig in Ihrem Alltag. Sie lernen bei uns, falls nötig Wunden zu versorgen, Komplikationen zu erkennen und passend zu reagieren. Ihre Angehörigen werden in die Stomatherapie einbezogen, damit auch sie lernen, mit der neuen Situation umzugehen.

CED – ein Überblick

Unter dem Begriff der chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED) werden Erkrankungen zusammengefasst, bei denen der Entzündungsprozess im Darmtrakt im Vordergrund steht. Abhängig von der Erkrankung werden verschiedene Darmabschnitte befallen, die genau diagnostiziert werden müssen. Die Erkrankungen verlaufen in Schüben, in der Regel ist eine medikamentöse Therapie erforderlich, die auf das Immunsystem ausgerichtet ist. Einige Betroffene müssen auch operiert werden.

Ernährungsberatung

Bei chronischen Darmerkrankungen sind meist Nahrungsaufnahme und Verdauungsfunktion beeinträchtigt, manche Nahrungsmittel können Unverträglichkeitsreaktionen auslösen. Während unserer Ernährungsschulung beraten wir Sie intensiv und individuell zu geeigneten Kostformen. Gemeinsam mit Ihnen versuchen wir in Gruppen- oder Einzelgesprächen Möglichkeiten zu erarbeiten, wie Sie sich trotz Ihrer Krankheit gesund und vielfältig ernähren können – auch im Alltag.

Psychologische Therapie

Die Diagnose einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung und dessen medizinische Therapie werden von den Betroffenen sehr unterschiedlich durchlebt. Meist kommt es zu körperlichen und/oder psychischen Veränderungen. Dies kann zu Verzweiflung, Resignation, Angst und Depression führen. Wir bieten Ihnen in der psychologischen Abteilung eine individuelle Beratung an. Wir helfen Ihnen, mit Ihrer Krankheit umzugehen und positiv in die Zukunft zu blicken.

Sozialberatung

Aufgrund Ihrer Erkrankung kann sich Ihre Situation beruflich, persönlich oder sozialrechtlich verändert haben. Vielleicht ist Ihnen unklar, wie Ihre berufliche Wiedereingliederung ins Berufsleben verlaufen kann oder welchen Anspruch Sie im Krankheitsfall haben. Wir helfen Ihnen, Ihre Möglichkeiten zu erkennen.

Diagnostik

Während Ihres Aufenthalts bei uns in der Klinik werden Sie medizinisch rund um die Uhr gut versorgt. Ihnen stehen während der gesamten Rehabilitation zahlreiche moderne diagnostische Verfahren zur Verfügung, einschließlich einer umfangreichen Labordiagnostik. Die Ergebnisse der Untersuchungen bilden die Grundlage für eine spezifische Therapie.



„Psychologische Unterstützung und Begleitung von Menschen mit einer chronischen Erkrankung kann die körperlichen und psychischen Folgen abmildern. Deshalb bieten wir Ihnen individuelle Beratung.“

Das Angebot im Überblick

Spezielles CED-Angebot auf einen Blick

Wir bieten Betroffenen mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen eine Reihe spezifischer Behandlungsmöglichkeiten. Hier eine Übersicht:

- _ Unterricht in Kleingruppen
- _ Ärztlicher Vortrag für Betroffene über Wissenswertes zu chronisch entzündlichen Darmerkrankungen
- _ Individuelle Ernährungsberatung und Ernährungsschulungen in Kleingruppen mit/durch unsere Diätassistentinnen und -assistenten
- _ Intensive Gespräche mit unseren Psychologinnen und Psychologen
- _ Kreatives Gestalten mit den Ergotherapeutinnen und -therapeuten
- _ Grundsätzliche Informationen über sozialrechtliche Fragestellungen
- _ Kontaktaufnahme zu der Selbsthilfegruppe der DCCV (Deutsche Morbus Crohn / Colitis ulcerosa Vereinigung e.V.)

Sporttherapie

- _ Muskelaufbautraining (Gerätetraining)
- _ Moderates Ausdauertraining (Fahrradergometer, Nordic Walking)
- _ Aquatraining für die Gelenke
- _ Bauchdeckenaufbau nach OP
- _ Körperwahrnehmung (nach Feldenkrais, Qi Gong)
- _ Bewegungsgruppen (Koordination, Kraft, Ausdauer)
- _ Osteopathie

Ergotherapie

- _ Kreative Entspannungstechniken, meditatives Malen
- _ Schulung von Körperwahrnehmung bei chronischen Schmerzen
- _ Hirnleistungstraining bei Konzentrationschwäche in Einzeltherapie

Stomatherapie

- _ Betreuung, Beratung, Anleitung der Betroffenen und der Angehörigen
- _ Individuelle Beratung und Schulung
- _ Schrittweises Heranführen an die Stomaversorgung
- _ Materialschulung
- _ Wundversorgung
- _ Anpassen von Hilfsmitteln
- _ Organisation der Weiterbetreuung nach der Entlassung

Sozialberatung

- _ Sozialrechtliche Fragestellungen (z.B. Krankengeld, Übergangsgeld, ALG, Rente)
- _ Schwerbehindertenrecht
- _ Vermittlung von Selbsthilfegruppen
- _ Häusliche Versorgung
- _ Ambulante Nachsorgeprogramme
- _ Vermittlung ambulanter Dienste
- _ Beratung zur medizinisch-beruflichen Orientierung
- _ Beratung und Einleitung von stufenweiser Wiedereingliederung

Psychologische Betreuung

- _ Einzelgespräche zur Krankheitsverarbeitung
- _ Einzelgespräche zur Bewältigung von familiären, beruflichen und anderen schweren Belastungen
- _ Therapeutische Beratung zur psychischen Unterstützung
- _ Gesprächsgruppen zum Austausch mit Mitpatienten
- _ Gruppenrunden mit hilfreichen Informationen zur Verbesserung der Lebensqualität
- _ Progressive Muskelentspannung nach Jacobson und Autogenes Training nach Schultz sowie Entspannungsverfahren zur Schmerzlinderung
- _ Spezielle und individuelle Tiefenentspannung in Einzelsitzungen

KRÄFTE AKTIVIEREN FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT – WIR UNTERSTÜTZEN SIE DABEI.



Rehaklinik Ob der Tauber

Fachklinik für Innere Medizin: Schwerpunkt
Stoffwechsel- und Magen-Darmerkrankungen
einschl. Tumore des Gastrointestinaltrakts

Bismarckstraße 31
97980 Bad Mergentheim

Tel. 07931 541-0
Fax 07931 541-6000

E-Mail aufnahme@rehaklinik-odt.de
Web www.rehaklinik-odt.de

Chefärztin: Dr. med. Sylvia Zipse
Kaufmännische Leitung: Martina Zimmerlin

Kostenträger: Rentenversicherungsträger, gesetzliche
und private Krankenkassen, Selbstzahler sowie Beihilfe

Klinik zertifiziert nach QMS Reha,
zertifiziertes Diabeteszentrum DDG,
ausgezeichnet als Selbsthilfe-
freundliche Rehaklinik, Station
Ernährung-Zertifizierung der DGE,
zertifiziert durch die „Aktion saubere Hände“

