

Ambulante Rehabilitation (AMR, AR, EAP)

Ihr Weg zur Ambulanten Rehabilitation

- Informationen erhalten Sie bei uns im Reha - Center oder bei Ihrem behandelnden Arzt.
- Ihr Orthopäde bzw. Facharzt für Rehabilitative Medizin oder Ihr Arzt im Krankenhaus erstellt mit Ihnen einen Antrag auf Ambulante Rehabilitation beim jeweiligen Kostenträger.
- Nach Genehmigung durch den Kostenträger vereinbaren wir mit Ihnen die Termine für die ärztliche Aufnahme sowie für die therapeutischen Anwendungen der Ambulanten Rehabilitation.

Ihre Vorteile

- Ambulant statt stationär
- Wohnortnah in vertrauter Umgebung
- Therapieeinhalte können in den Alltag integriert und erprobt werden
- Individuelle Therapie durch ständige medizinische Präsenz und Koordination mit Ihrem niedergelassenen Arzt

Die Säulen der Ambulanten Rehabilitation

- Ärztliche Untersuchungen, Beratungen
- Physiotherapie, Physikalische Therapie
- Sport-, Trainings- und Bewegungstherapie
- Wasser- und Gruppengymnastik
- Computergestützte Rückenanalyse
- Computergestützte Gelenkanalyse
- Gesundheitstraining und Seminare
- Psychologische Beratung
- Ernährungsberatung

Indikationen für eine Ambulante Rehabilitation

- Operationen des Bewegungs- und Stützapparates
- Unfall- und Sportverletzungen
- Degenerative Erkrankungen der peripheren Gelenke und der Wirbelsäule
- Dysfunktionen des Bewegungsapparates

Inhalt und Ablauf der Ambulanten Rehabilitation

- Nach Genehmigung des Reha-Antrages informieren Sie uns (040-72575-165), damit wir mit Ihnen Termine zur ärztlichen und therapeutischen Aufnahme vereinbaren können
- Vom Kostenträger werden in der Regel 15 - 20 Behandlungstage genehmigt (3 - 4 Wochen)
- Therapieplan, -inhalte und -ziele werden bei der ärztlichen und therapeutischen Aufnahme individuell mit Ihnen besprochen und festgelegt
- Der Tagesablauf ist individuell, dauert 4 - 6 Stunden und wird inhaltlich regelmäßig angepasst

Aufnahme-Termin:

Bitte bringen Sie folgende Dinge mit:

- Therapierrelevante Unterlagen (Berichte, Befunde)
- Sportschuhe und -bekleidung
- Kleines und großes Handtuch sowie Waschutensilien
- Badezeug ab dem 2. Termin

Melden Sie sich 15 min. vor Therapiebeginn im 2. OG an der Rezeption an. Dort werden Sie über den weiteren Tagesablauf, der 2 - 3 Stunden dauert, informiert.

Die weiteren Therapie-Termine:

Sie bekommen vor Therapiebeginn Ihren individuellen Therapie-Tagesplan, der mindestens vier Bereiche beinhaltet:

- Physiotherapie und/oder physikalische Therapie
- Trainingstherapie
- Gruppentherapie
- Wassergymnastik

Weitere Anwendungen oder Termine, wie z.B. Arzt-Visiten, Rückentherapie, Schulungen oder Beratungen sind auf dem Therapie-Tagesplan vermerkt. Der Tagesablauf wird 4 - 6 Stunden dauern.

Getränke und ein kleiner Obst-Imbiss stehen zu Ihrer Verfügung.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Rezeption.

Praxis für Physiotherapie + Physikalische Therapie

Das Reha-Team der Praxis-Klinik Bergedorf ist fachlich qualifiziert, kompetent und therapiert mit folgenden Techniken und Methoden:

Physiotherapie / Krankengymnastik

- Manuelle Therapie
- Manuelle Therapie nach Maitland
- Triggerpunktbehandlungen
- Cyriax
- McKenzie
- Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis (PNF, Bobath)
- Craniosacrale Therapie
- Pilates in Einzeltherapie
- Gerätegestützte Krankengymnastik (KGG)
- D1-Heilmittelkombination
- Krankengymnastik im Bewegungsbad (Einzel/Gruppen)

Physikalische Therapie

- Klassische Massagen
- Bindegewebsmassagen
- Manuelle Lymphdrainagen
- Unterwassermassagen
- Fußreflexzonenmassagen
- Thermo-therapie (Fango / Rotlicht)
- Kyrotherapie (Eis, Kaltluft)
- Hydrogalvanisches Stangerbad
- Hydrogalvanische Teilbäder

Wohlfühlen und Entspannen

Lassen Sie sich verwöhnen oder möchten Sie jemanden verwöhnen lassen. Wir haben für Sie das richtige Angebot:

- Aroma-Massagen
- Entspannungsmassagen
- Fußreflexzonenmassagen
- Einzel-Pilates
- Cranio-sacrale Therapie

Preise und Behandlungszeiten erfragen Sie bitte an der Rezeption

(Behandlungen ohne Rezept erfolgen im Rahmen der Prävention. Die Behandlung ist keine ärztlich überwachte Therapie. Bitte informieren Sie sich bei Ihrem Arzt, ob eine Behandlung ohne Einwände durchgeführt werden kann)