



SRH Wold-Klinikum Gera
Klinik für Orthopädie und Endoprothetik

Schritt für Schritt zurück in Ihren Alltag

Ihr Reha-Wegweiser

Liebe Patientinnen und Patienten,

die Operation ist überstanden und Ihr neues Gelenk sicher eingesetzt. Die ersten großen Hürden haben Sie damit schon einmal genommen. Ihr Implantat befindet sich jetzt sozusagen in der Bewährungsphase: Ihr Körper muss sich daran gewöhnen, und Sie müssen lernen, wie Sie sich in Alltag, Beruf und in der Freizeit mit Ihrem neuen Gelenk bewegen.

Damit dies gut gelingt, ist der nächste Schritt eine Anschlussbehandlung, die sogenannte Reha. Hier wird Ihre Heilung weiter unterstützt, Sie können die Beweglichkeit des Gelenks verbessern und lernen, wie Sie mit Ihrem neuen Hüftgelenk oder Kniegelenk umgehen.

Sie haben Anspruch auf diese unterstützende Reha. Sicherlich haben Sie auch einige Fragen: Welche Rehaformen gibt es überhaupt? Wo können Sie diese wahrnehmen und wie erfolgt die Beantragung beim zuständigen Kostenträger? Mit dieser Broschüre wollen wir Ihnen wichtige Antworten auf diese und andere Fragen zu Ihrer Reha geben. So können Sie entspannt wieder auf die Beine kommen.

Ihr Weg ist das Ziel – gehen wir es gemeinsam an!



Herzliche Grüße

Ihr Dr. Rando Karl Winter



»Neben der Operation ist die Reha eine wichtige Voraussetzung für eine erfolgreiche Behandlung. Erst dann kann sich das Kunstgelenk bewähren und wieder mehr Lebensqualität in Ihren Alltag zurückkehren.«

Cheforzt Dr. Rando Karl Winter,
Leiter der Klinik für Orthopädie und Endoprothetik



DER ERSTE SCHRITT ZU MEHR MOBILITÄT

Eine Rehabilitation ist wichtig für Ihren Therapieerfolg.

Gut zu wissen!

Die Dauer der Rehamaßnahme beträgt in der Regel drei Wochen.

Nach Ihrem Krankenhausaufenthalt folgt in der Regel eine sogenannte Anschlussheilbehandlung, die Reha. Sie findet ganztägig ambulant oder stationär statt und soll Ihre Heilung unterstützen und Ihnen helfen, Sicherheit im Umgang mit Ihrem Gelenkersatz und den damit verbundenen körperlichen Veränderungen zu bekommen.

Das Ziel dabei ist, dass Sie wieder in Ihren Alltag und auch in Ihr Berufsleben zurückkehren können. Verloren gegangene körperliche Funktionen sollen wiederhergestellt bzw. bestmöglich kompensiert werden. Zunächst wird dafür diagnostisch erfasst, wo Sie stehen und welche Funktionen gefördert werden müssen. Auf dieser Basis werden individuelle Übungsprogramme erstellt, die Beeinträchtigungen ausgleichen sollen, und Ihre Therapieziele festgelegt. Zudem lernen Sie ganz praktisch, wie Sie mit einem operativ versorgten Gelenk leben.

WIR BEGLEITEN SIE AUF IHREM WEG

Unser Sozialdienst ist für Sie da.

Damit Sie nach Ihrer Entlassung schnell Ihre Reha beginnen können, ist unser Sozialdienst schon vor Ihrem stationären Aufenthalt für Sie da. Gemeinsam überlegen wir, welche Art der Reha für Sie geeignet ist, und helfen Ihnen bei der Suche nach einer passenden Klinik.

Gemeinsam beantragen wir Ihre Maßnahme.

Die Kostenübernahme Ihrer Reha kann durch unterschiedliche Kostenträger erfolgen. Wer genau für Sie zuständig ist, besprechen wir vor Ihrer Operation. Den Antrag dafür stellen wir dann gemeinsam während Ihres stationären Aufenthalts bei uns.

Das sollten Sie über Zuzahlungen wissen.

In der Regel müssen Sie sich mit einer Zuzahlung an den Kosten Ihrer Reha beteiligen, sobald Sie das 18. Lebensjahr vollendet haben. Diese beträgt maximal 10 Euro pro Reha-Tag. Unter bestimmten Umständen können Sie sich von der Zuzahlung befreien lassen.

Details zu den Zuzahlungen erfahren Sie direkt bei Ihrem Kostenträger. Auch hier unterstützen wir Sie gerne beratend.



Ihre Ansprechpartnerin Simone Volante

Sozialdienst
SRH Wald-Klinikum Gera

Telefon
T 0365 828-7827

Sprechzeiten
DI 09:30 – 11:00 Uhr
MI 13:00 – 14:00 Uhr

Melden Sie sich frühzeitig!

Schon zwei Wochen, bevor Sie zur Operation zu uns kommen, sollten Sie am besten telefonisch Kontakt zu Frau Volante im Sozialdienst aufnehmen.

So finden Sie die Reha, die am besten zu Ihnen passt.



Sie haben ein Wunsch- und Wahlrecht.

In der Regel können Sie selbst eine Rehaeinrichtung aussuchen.

Allerdings liegt die Entscheidung zur Kostenübernahme und der Rehaeinrichtung bei Ihrem Kostenträger. Denn er muss die Kostenübernahme letztlich bewilligen. Die Auswahl der Rehaklinik erfolgt unter anderem nach der optimalen Behandlung Ihres Krankheitsbildes, der Wohnortnähe, bestehenden Kooperationsverträgen zwischen Kostenträger und Rehaklinik und einem möglichen frühzeitigen Rehabeginn.

Ihr Rehabeginn

Gemeinsam entscheiden wir, wann es losgeht.

In Absprache mit Ihnen wird der angestrebte Zeitpunkt für Ihre Rehabilitation beantragt. Sie sollte zeitnah nach Ihrem Krankenhausaufenthalt beginnen, bestenfalls nicht später als 14 Tage nach Ihrer Entlassung aus unserer Klinik.

Gut zu wissen!

Die Entscheidung über die Kostenübernahme für Ihre Wunschreha trifft Ihr zuständiger Kostenträger, der Sie auch zeitnah darüber informiert. Wir beraten Sie dazu, haben aber keinen Einfluss auf die Entscheidung.

Ambulant, stationär oder geriatrisch?

Es gibt verschiedene Arten von Rehabilitation. Welche für Sie am besten geeignet ist, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab. Ihr Krankheitsbild, Ihr Wohnort und auch Ihre persönliche Lebenssituation sind ausschlaggebend.

Die ambulante Reha

Morgens in die Reha, abends nach Hause

Alle notwendigen Therapien finden in hoher Qualität tagsüber in einer spezialisierten wohnortnahen Rehaeinrichtung unter enger fachärztlicher Betreuung statt. Abläufe des allgemeinen Lebens können in Ihrer gewohnten Umgebung spürbar schneller trainiert werden. Und letztendlich fühlen sich viele Patienten in ihrem Zuhause einfach wohler als in einer weit entfernten Rehaklinik.

Die stationäre Reha

Rundum betreut während der Behandlung

Sie sind in einer Rehaklinik untergebracht, schlafen und essen auch hier und absolvieren ein Programm an Therapiemaßnahmen, das auf Sie zugeschnitten ist. Voraussetzung hierfür ist, dass Sie sich an Unterarmgehstützen oder mithilfe anderer Hilfsmittel sicher bewegen können. Die stationäre Reha ist besonders dann geeignet, wenn Ihre Versorgung zu Hause (noch) nicht geklärt ist, oder Sie lieber an einem Ort aufgehoben sein und rundum betreut werden möchten.

Die geriatrische Reha

Wenn Sie etwas mehr Pflege brauchen

Hier steht speziell der ältere Mensch mit zusätzlichen Einschränkungen im Mittelpunkt. Die Reha-maßnahmen werden so geplant, dass sie die individuellen Bedürfnisse betagter Patient:innen, die zum Teil mehrere altersbedingte Zusatzerkrankungen haben, berücksichtigen. Dafür arbeitet das Rehateam eng mit altersmedizinisch relevanten Fachbereichen zusammen.

Begleitung

Sie möchten eine vertraute Person zur Unterstützung mitnehmen? Meist ist das möglich.

In den meisten stationären Rehakliniken können Begleitpersonen mit aufgenommen werden. Die Kosten für Unterbringung und Verpflegung müssen Sie oder Ihre Begleitperson selbst übernehmen. Unter Umständen beteiligt sich Ihre Krankenkasse daran – fragen Sie danach. Die Höhe der Kosten erfahren Sie bei der jeweiligen Rehaklinik.

Direkt ums Eck oder ganz in Ihrer Nähe



Ob ambulant oder stationär – wir kümmern uns darum, dass Sie nahtlos versorgt sind. Bei uns im ambulanten SRH Rehazentrum oder einer Rehaklinik in der Umgebung.

Das SRH Rehazentrum

Ihre Reha können Sie in unserem 2021 neu eröffneten SRH Rehazentrum Gera gleich neben unserer Klinik antreten. Das großzügige, lichtdurchflutete Therapiezentrum direkt am Geraer Stadtwald bietet Ihnen eine wohltuende Atmosphäre und ermöglicht eine bestmögliche Erholung.

Der besondere Vorteil für alle, die sich in den eigenen vier Wänden am wohlsten fühlen: Sie bleiben in Ihrer gewohnten Umgebung und in Ihrem sozialen Umfeld, das Wochenende ist frei. Tagsüber besuchen Sie unser ambulantes Rehazentrum, am Nachmittag kehren Sie nach Hause zurück. Abgeholt werden Sie jeweils bequem von unserem Fahrdienst.

Intensivierte Rehabilitationsnachsorge (IRENA) und Physiotherapiebehandlungen

Auch bei der Nachsorge sind Sie hier gut aufgehoben, etwa bei Programmen wie IRENA. Mit diesen speziellen Nachsorgeprogrammen der Deutschen Rentenversicherung sollen Ihre Rehabilitationsergebnisse stabilisiert werden. Zusätzlich bieten wir Physiotherapiebehandlungen und Ergotherapie an. Wenn Ihnen eine entsprechende Heilmittelverordnung ausgestellt wurde, können Sie einen Behandlungstermin bei uns vereinbaren.



Unsere Partner für Ihre Rehabilitation

Falls Sie eine Reha in Wohnortnähe suchen, stehen Ihnen weitere Rehakliniken zur Verfügung – sowohl für Ihre ambulante als auch für Ihre stationäre Reha.

Mehr zum SRH Rehazentrum?

Gerne geben wir Ihnen unsere Informationsbroschüre mit nach Hause. Oder besuchen Sie unsere Website!





Ambulante Reha Thüringen und Sachsen

- 1 SRH Rehazentrum Gera**
Straße des Friedens 122 | 07548 Gera
- 2 Klinik für ambulante Reha im
MEDICUM Altenburg**
Am Waldessaum 8 | 04600 Altenburg
- 3 ZAR Zentrum für ambulante
Reha Jena**
Ebereschenstraße 1+3 | 07747 Jena
- 4 Ambulantes Rehazentrum Zwickau**
Schlobigplatz 20 | 08056 Zwickau
- 5 Reha- und Therapiezentrum
ADMEDIA Plauen**
Stadtparkring 4-6 | 08523 Plauen
- 6 Reha am Kreuz Erfurt**
Am Urbicher Kreuz 11 | 99099 Erfurt



Stationäre Reha Thüringen

- 1 Moritz Klinik Bad Klosterlausnitz**
Hermann-Sachse-Straße 46 | 07639 Bad Klosterlausnitz
- 2 Algos Fachklinik Bad Klosterlausnitz**
Hermann-Sachse-Straße 36 | 07639 Bad Klosterlausnitz
- 3 Copio Klinik an der Weißenburg
Uhlstädt-Kirchhasel**
Weißen 1 | 07407 Uhlstädt-Kirchhasel
- 4 Klinikzentrum Bad Sulza**
Rudolf-Gröschner-Straße 11 | 99518 Bad Sulza
- 1 MEDIAN Klinik Bad Lobenstein**
Am Kießling 1 | 07356 Bad Lobenstein
- 6 m&i Fachklinik Bad Liebenstein**
Kurpromenade 2 | 36448 Bad Liebenstein



Stationäre Reha Sachsen und Sachsen-Anhalt

- 1 **MEDIAN Saale Klinik Bad Kösen Klinik I**
Am Rechenberg 18, 06628 Naumburg (Saale)
- 2 **Knappschafts-Klinik Warmbad Wolkenstein**
Am Kurpark 10, 09429 Wolkenstein
- 3 **Vogtland-Klinik Bad Elster**
Forststraße 3, 08645 Bad Elster
- 4 **Celenus Fachklinikum Sachsenhof Bad Elster**
Badstraße 21, 08645 Bad Elster
- 5 **MediClin Klinik am Brunnenberg Bad Elster**
Endersstraße 5, 08645 Bad Elster
- 6 **Dr. Ebel Fachkliniken – Klinik Bad Brambach**
Christian-Schüller-Straße 14, 08648 Bad Brambach



Geriatrische Reha

- 1 **SRH Klinikum Zeitz – Geriatriisches Zentrum**
Lindenallee 1, 06712 Zeitz
- 2 **Kreiskrankenhaus Ronneburg – Fachklinik für Geriatrie**
Rudolf-Breitscheid-Platz 1, 07580 Ronneburg
- 3 **HELIOS Vogtland-Klinikum Plauen – Zentrum für Geriatrie**
Röntgenstraße 2, 08529 Plauen
- 4 **MEDIAN Saale Klinik Bad Kösen Klinik II**
Elly-Kutscher-Straße 14, 06628 Naumburg (Saale)
- 5 **Thüringen-Kliniken Rudolstadt – Klinik für Geriatrie**
Hugo-Trinckler-Str. 2–4, 07407 Rudolstadt
- 6 **Universitätsklinikum Jena – Klinik für Geriatrie**
Am Klinikum 1, 07747 Jena

Sie haben Fragen?

Wir sind für Sie da. Rufen Sie
uns an oder schreiben Sie uns.

Chefarztsekretariat

T 0365 828-3741 und

T 0365 828-3743

orthopaedie-gera@srh.de