AMBULANTE
ORTHOPÄDISCHE UND KARDIOLOGISCHE
REHABILITATION

Ambulante Rehabilitation
Praxen für Physio- und Ergotherapie
EAP, ABMR, IRENA
EFL-Testung

RZM REHAZENTRUM MÜNCHEN

RZM REHAZENTRUM MÜNCHEN

Ambulante Rehabilitation – wohnortnah und professionell

Bei der ambulanten Rehabilitation nutzen Sie wohnortnah ein flexibles Konzept zur Verbesserung Ihrer Gesundheit. Dazu gehört auch, dass wir uns um soziale Aspekte Ihres Wohlergehens kümmern.

Ihre Vorteile

- wenn Sie selbstständig sind, können Sie ohne großen Kunden- und Einnahmeverlust tätig bleiben
- Sie bleiben in Ihrer gewohnten Umgebung und schlafen zu Hause
- Haustiere können weiter versorgt werden (durchschnittliche Anwesenheit 5 Stunden)
- die Therapieintensität sowie die Zahl der Einheiten ist sehr hoch
- Sie bleiben im gewohnten medizinischen Versorgungsnetz (Facharzt, Hausarzt, Klinik etc.)
- Geübtes und Erlerntes kann direkt im gewohnten häuslichen und privaten Umfeld erprobt und umgesetzt werden
- Einbindung von Partnern und/oder Angehörigen in Therapie und Schulung
- je nach Kostenträger und räumlicher Entfernung Kombination mit beruflicher Wiedereingliederung möglich
- Nutzung der medizinischen Nachsorge/IRENA
- private Therapieangebote in der bereits bekannten Einrichtung und mit den bekannten Therapeuten und Ärzten

Unser Service

- kostenloses warmes Mittagessen im Haus
- ein Therapieplan, individuell auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtet
- Entspannung und Erholungspausen in bequemen Ruheräumen; Sauna und Dampfbad zubuchbar
- kurze Wege in alle Medizin- und Therapiebereiche
- nach Abschluss der ambulanten Rehabilitation können wir Sie auf Wunsch auch weiterhin therapeutisch betreuen

Eine ambulante medizinische Rehabilitation erfordert Zeit – und Ihre aktive Mitarbeit. Während der durchschnittlich drei- bis vierwöchigen Therapie sind Sie für vier bis sechs Stunden am Tag unser Gast.

Zulassungen

- Deutsche Rentenversicherung Bund und Land
- gesetzliche und private Krankenversicherungen
- Berufsgenossenschaften

BEHANDLUNGSSPEKTRUM

Anschlussheilbehandlung (AHB) nach akutstationärem Aufenthalt und stationärer Rehabilitation

Orthopädie

- Unfallfolgen am Bewegungsapparat
- funktionelle Störung des Bewegungsapparates, beispielsweise nach
  - künstlichem Gelenkersatz
  - Operation am Skelettsystem
  - degenerative Wirbelsäulen- und Gelenksveränderungen
  - Bandscheibenvorfall mit und ohne Nervenbeteiligung
  - Fehlhaltung mit Schmerzsyndrom
- Sportverletzungen des Bewegungsapparates
- nach Amputationen

Unsere Praxis für Physio- und Ergotherapie
Für reguläre Patienten außerhalb einer Rehabilitation bieten wir auf Rezept Physiotherapie, Massage, Ergotherapie, Lymphdrainage und Physikalische Therapie an. Zusatzkosten entstehen nur entsprechend gesetzlicher Bestimmungen. Für die ärztliche Diagnostik, Behandlung und Beratung sind unsere Fachärzte Ihr direkter Ansprechpartner.
Auf Privatbasis bieten wir spezielle ärztliche Therapien an.

Kardiologie

- koronare Herzkrankheit
- Zustand nach Herzinfarkt und nach katheterge-führten Maßnahmen (Ballondilatation, Stent)
- Zustand nach Bypass- und Herzklappenoperation
- Herzinsuffizienz (NYHA-Stadium I - III)
- Herzrhythmusstörungen
- entzündliche Herzerkrankungen, Kardiomyopathien
- Lungenembolie
- periphere arterielle Verschlusskrankheit, auch nach operativer oder interventioneller Therapie
- Zustand nach operativer und interventioneller Behandlung von Aortenaneurysmen
- Zustand nach Tumorerkrankungen des Herzens
- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Gefäßintervention

Therapiespektrum

- Physiotherapie (Krankengymnastik)
- Orthopädische Manuelle Therapie
- Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis nach Bobath / PNF
- Ergotherapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Krankengymnastik am Gerät
- Ausdauer- und Aufbautraining
- Atemtherapie
- Physikalische Therapie (Massage)
- Psychologische Beratung und Gesprächsgruppen
- Sozialberatung
- Gesundheitsbildung:
  - Rückenschule
  - Gelenkschule
  - Entspannungsverfahren
  - Stressbewältigungsseminare
  - Schmerzbewätigungsseminare
- Ernährungsberatung und Lehrküche

EAP

Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP)

Bei der EAP werden die in der Standardtherapie vorwiegend isoliert zur Anwendung kommenden Behandlungsmaßnahmen – Physiotherapie, Massage, Elektrotherapie – um die Medizinische Trainingstherapie ergänzt, zusammengeführt und, auf den Einzelfall abgestellt, in der jeweils in Betracht kommenden Kombination angewandt.

Sie dient der Funktionswiederherstellung oder -verbesserung nach Unfallverletzungen mit Störungen ganzer Funktionsketten, sowie nach Berufskrankheiten. Die EAP verordnet der D-Arzt, der Truppenarzt oder, bei Privatpatienten, der behandelnde Arzt.

Ihr Weg zur EAP

- Verordnung durch den D-Arzt, Truppenarzt oder den behandelnden Arzt
- Vorlage des Rezeptes in unserem Haus
- Erstellung eines individuellen Therapieplans durch den behandelnden Arzt im RZM

Kostenträger und Zuzahlung

- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung, Bundeswehr
- Keine Zuzahlung
- Dauer der Einzeltermine: 2 - 4 Stunden, Häufigkeit nach Verordnung

ABMR

***A**rbeitsplatz**B**ezogene **M**uskuloskeletale **R**ehabilitation (ABMR)*

Ziel der ABMR ist es, während einer medizinischen Reha neben der Behandlung von Funktions- und Strukturstörungen auch arbeitsplatzbezogene Funktionsabläufe in den Vordergrund zu stellen.

Um das zu erreichen, wird die Rehamaßnahme deutlicher an spezifischen Arbeitsabläufen orientiert. Mit der arbeitsplatzbezogenen Orientierung wird Ihnen die Möglichkeit gegeben, verletzte Strukturen frühzeitig auf die spezielle Arbeitsbelastung vorzubereiten.

Die ABMR beinhaltet alle Maßnahmen aus der bisherigen orthopädischen/neurologischen Reha. Zusätzlich werden modulare Therapieelemente, wie zum Beispiel Arbeitsplatzorientierte Medizinische Trainingstherapie und Arbeitsplatztraining in speziell ausgestatteten Funktionsräumen angeboten.

Evaluation der Funktionellen Leistungsfähigkeit (EFL)

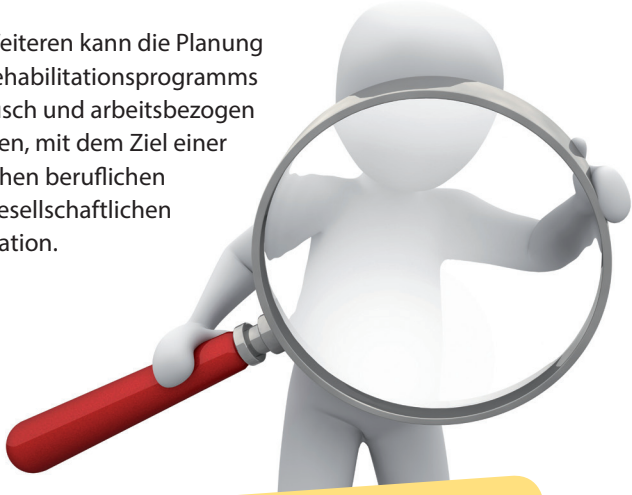
Die Evaluation der Funktionellen Leistungsfähigkeit nach Susan Isernhagen (EFL) ist eine international angewandte Standard-Assessmentmethode zur Beurteilung arbeitsbezogener Leistungen.

Mit 29 standardisierten funktionellen Leistungstests erfolgt eine umfassende, systematische Leistungsevaluation bei arbeitsbezogenen realistischen Belastungen.

Die Ergebnisse liefern eine valide Aussage über die weitere berufliche Prognose des Probanden:

- Feststellung der Arbeitsfähigkeit bezüglich der zuletzt ausgeübten Tätigkeit
- Feststellung der Arbeitsfähigkeit bezüglich einer angestrebten Tätigkeit
- Feststellung der Arbeitsfähigkeit auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt

Des Weiteren kann die Planung des Rehabilitationsprogramms spezifisch und arbeitsbezogen erfolgen, mit dem Ziel einer zeitnahen beruflichen und gesellschaftlichen Integration.



Das interdisziplinäre Team

Die Begutachtung erfolgt durch ein zertifiziertes, interdisziplinäres Team aus Fachärzten, Diplom-Sportwissenschaftlern, Ergo- und Physiotherapeuten.

IRENA

Berufsbegleitend im Anschluss an die stationäre oder ambulante Reha.

Um gesundheitliche Fortschritte zu festigen, bieten wir berufsbegleitend im Anschluss an die Rehabilitation eine **I**ntensivierte **RE**habilitations**NA**chsorge (IRENA) an. Kostenträger ist die Rentenversicherung (u.a. die Deutsche Rentenversicherung Bund und Land ehemals BfA, LVA).

Voraussetzungen und Ziel

Das IRENA-Programm muss innerhalb von drei Monaten nach Beendigung Ihrer stationären oder ambulanten Reha starten, dann gilt es für 12 Monate.
Mit einer IRENA-Empfehlung des behandelnden Arztes in der ambulanten oder stationären Reha erhalten Sie das effektive Programm mit Gruppentherapie, Medizinischer Trainingstherapie und Ausdauertraining.
Ziel ist die gesundheitliche Stabilisierung im Einklang mit dem Berufsleben und die Integration des Patienten in die Freizeitgestaltung.

Leistungen und Zuzahlungen

- Häufigkeit, Dauer und Termine des Programms richten sich nach der Belastbarkeit und der tageszeitlichen Vereinbarkeit mit der Berufstätigkeit
- der Therapieplan erstreckt sich über maximal 24 Termine in 12 Monaten
- die Therapien finden selbstständig oder in Kleingruppen statt
- für IRENA ist keine Zuzahlung zu leisten
- pro Anwendungstag werden 5,00 € Fahrtkostenzuschlag am Ende des Programmes überwiesen. Er wird von der Deutschen Rentenversicherung getragen, das Geld erhalten Sie von uns.

Medizinischer Fahrdienst

Für Rehapatienten aus dem Stadtgebiet München und Umland

Bei medizinischem Bedarf kooperieren wir mit dem Fahrdienst der Johanniter. Das Team holt Sie zuhause ab und bringt Sie wieder zurück.

Hierfür benötigen wir eine Verordnung Ihres behandelnden Arztes. Die Voraussetzung, dass Sie rehafähig sind, muss natürlich gegeben sein.

Fit bleiben nach der Reha

Reha geschafft - was nun?

Unsere Therapeuten raten:

- das Level halten
- in Bewegung bleiben
- den Flow genießen

So bleiben Sie wach, beweglich, gesünder und glücklicher. Gerne bieten wir Ihnen an, in gewohnter Umgebung in unserem Haus nach der Reha weiter zu trainieren.

Sprechen Sie uns an.

- *Trainer, Sportwissenschaftler und Therapeuten vor Ort*
- *Ärzte im Haus*
- *Training auch speziell für Senioren*
- *Individueller Trainingisplan*
- *Medizinischer Trainingsbereich (MTT)*
- *Kraftareal und viele Kurse mit Proftrainern*
- *Sauna und Dampfbad*
- *Stadtnah an der Station Neuperlach Süd*
- *Kostenfreie Parkplätze*

PhysioFitness MÜNCHEN

Weitere Infos zum Medical Fitness Studio unter

physiofitness-muenchen.com

Tiefgaragenplätze
nach Verfügbarkeit

Direkt an der Station
Neuperlach Süd
U5, S7 und diverse Busse

RZM REHAZENTRUM MÜNCHEN

Rehabilitationszentrum München GmbH
Carl-Wery-Straße 26 | 81739 München (Neuperlach Süd)

REZEPTION
Physio- und Ergotherapie, IRENA Tel 089 149005-0
Anrufbeantworter für Rückruf Tel 089 149005-46
Fax 089 149005-50
rezeption@rehazentrum-muenchen.com

AMBULANTE REHABILITATION
Aufnahme Reha, EAP Tel 089 149005-35
Aufnahme Reha, EAP Tel 089 149005-22
Terminplanung Reha, EAP Tel 089 149005-37
Fax 089 149005-38
info@rehazentrum-muenchen.com

rehazentrum-muenchen.com