



Rehaklinik
Am Kurpark

Eine Klinik der RehaZentren
Baden-Württemberg gGmbH

Wir mobilisieren Kräfte

BRUST- KREBS NEUE WEGE FINDEN





„Krankheits- und Therapiefolgen können zu alltagsrelevanten Beeinträchtigungen führen. Wir unterstützen Sie auf Ihrem Weg zur Überwindung von Funktionseinschränkungen, bei der Wiedergewinnung Ihrer Kräfte, Ihrer Lebensqualität sowie zur familiär-sozialen und beruflichen Integration.“

Dr. med. Cornelia Alice Pape

Nachhaltig und individuell betreut

Sie sind an Brustkrebs erkrankt und haben Ihre Akutbehandlung vermutlich bereits abgeschlossen. Häufig bleibt in dieser belastenden Behandlungsphase wenig Kraft und Zeit, sich mit den Ängsten und anderen seelischen Belastungen, den körperlichen Leistungseinschränkungen und sonstigen Nebenwirkungen der Krankheit und Therapie zu beschäftigen.

Hier setzt die onkologische Rehabilitation an: Sie bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit dem Erlebten auseinanderzusetzen und wieder zu Kräften zu kommen. Im Mittelpunkt Ihres Aufenthaltes bei uns steht Ihre körperliche, seelische und geistige Regeneration. Wir möchten Ihnen helfen, Zuversicht und neue Lebensperspektiven zu finden.

Unser Ziel ist, Ihre individuelle Lebensqualität zu verbessern und Sie zurück in den Alltag und Beruf zu begleiten. Neben der medizinischen und pflegerischen Behandlung erfahren Sie eine intensive psychoonkologische, sport- und bewegungstherapeutische sowie ernährungsphysiologische Betreuung – abgestimmt auf Ihre individuellen Bedürfnisse.

Was Sie bei uns erwartet

Am Anfang

Eine ausführliche Eingangsuntersuchung und Bestandsaufnahme stehen am Beginn jeder Rehabilitationsmaßnahme in unserer Klinik. Sie sind die Grundlage dafür, dass die aktivierende Therapie auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt werden kann und zu einem nachhaltigen Erfolg führt. Dafür finden ein ärztliches Aufnahmegespräch und meist auch individuelle (kardiorespiratorische) Leistungstests statt. Besonders wichtig ist uns hierbei, nicht nur Ihren aktuellen körperlichen, sondern auch seelischen Zustand zu erfassen und Ihren familiären-, beruflichen- und sozialen Status zu erheben. Dazu setzen wir auch mehrere Fragebögen ein, aus denen sich auch Aussagen zu Ihrer Lebensqualität ableiten lassen.

Im Verlauf

Basierend auf der gründlichen körperlichen Untersuchung wird ein Behandlungskonzept zusammengestellt, das ganz auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten ist. Während Ihres Aufenthaltes steht Ihnen unser multiprofessionelles Expertenteam zur Seite. So wird Ihre Therapie ständig Ihrer individuellen Situation angepasst.

Am Ende

Zum Abschluss Ihres Aufenthaltes werden Sie in einem ausführlichen ärztlichen Abschlussgespräch über Ihre Therapieergebnisse und -erfolge informiert. Sie erhalten abschließend – wie bereits während Ihres Aufenthaltes – Verhaltenstipps und Nachsorgeempfehlungen bzw. Verordnungen, die Sie in Ihrem weiteren beruflichen und sozialen Leben unterstützen sollen.



**MIT ZUVERSICHT
UND HALT
ZURÜCK IM LEBEN –
TROTZ KRANKHEIT.**

Wir sind für Sie da



„Frauen mit Brustkrebs sollen sich körperlich, seelisch und geistig wieder als Einheit erleben – so finden sie schneller zurück ins Leben. Gemeinsam mit unseren Patientinnen arbeiten wir mit verschiedenen Therapien an diesem Ziel.“

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 moderater Wärme-, Kälte- und Elektrotherapie.
- **Sporttherapeutinnen und -therapeuten** leiten Sie zu einem individuellen Ausdauer-, Muskel-, Koordinations- und Balancetraining an.
- **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 Leistungen für Sie

Mit unserem vielseitigen, leitlinienorientierten Therapieangebot unterstützen wir Sie dabei, mit Brustkrebs wieder zurück in ein selbständiges Leben zu finden. Das aus verschiedenen Bausteinen zusammengesetzte, aktive Therapiekonzept wird für Sie individuell geplant und an Ihre körperliche Leistungsfähigkeit und Ihre psychische Verfassung angepasst. Im Folgenden finden Sie einige Schwerpunkte.

Sport- und Bewegungstherapie

Ein moderates Ausdauertraining verbessert Erschöpfungszustände und Fatigue-Symptomatik nach Krebserkrankungen, insbesondere nach Chemotherapie und Bestrahlung nachhaltig. Es stabilisiert das Immunsystem und beeinflusst die psychische Situation positiv. Das bestätigen auch Forschungsergebnisse des deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg, der deutschen Sporthochschule Köln und eigene Studien (KIRA-Studie). Durch individuelle krankengymnastische Behandlungen und Übungen können funktionelle Bewegungseinschränkungen behoben werden.



Gesprächskreis „Nachsorge“

Von Brustkrebs betroffene Frauen haben auch in der Zeit der Genesung viele Fragen: Wie pflege ich meine Haut und Narben? Welche Möglichkeiten der Prothesenversorgung oder des Brustaufbaus gibt es? Kann ich etwas gegen die Armschwellung tun? Wie ernähre ich mich ausgewogen und wie komme ich wieder ins seelische Gleichgewicht? Erfahrene Spezialistinnen geben in Gruppenstunden Antworten.



Ergotherapie

Brustkrebs führt häufig zu einer Veränderung des Körperbildes und zu funktionellen Bewegungseinschränkungen mit Schmerzen. Doch auch die Feinmotorik und, insbesondere nach Chemotherapie, die Sensibilität an Händen und Füßen können gestört sein. Daneben sind oft Konzentration und Gedächtnisleistung beeinträchtigt. Deshalb werden im Rahmen der Ergotherapie gezielte Behandlungen von Sensibilitätsstörungen und funktionellen Einschränkungen angeboten. Zudem werden individuelle Tests zur Beurteilung der Hirnleistungsfähigkeit (Cogpack) mit einem darauf aufbauenden individuellen Training durchgeführt.

Lymphstau entgegenwirken

Häufig werden bei der Operation Lymphknoten aus der Achselhöhle entfernt, zusätzlich erfolgt oft noch eine Bestrahlung. Unangenehme Folge: Das Gewebswasser, also die Lymphe, kann nicht mehr richtig abfließen und staut sich zurück. Dies kann zu teils auch schmerzhaften Schwellungen am Arm führen. Solch ein Lymphödem kann durch die Lymphdrainage behandelt werden, eine spezielle Entstauungstherapie mit anschließender Kompression.

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.

Ernährungsberatung

Die Ernährung spielt eine wichtige Rolle für unser Wohlergehen. Das gilt auch und gerade bei Krebserkrankungen. Wir sind eine von der Deutschen Akademie für Ernährungsmedizin e.V. (DAEM) zertifizierte Klinik für Ernährungsmedizin. Deshalb können wir Ihnen umfassende Informationen bieten und Sie bei diesem Thema fachkundig unterstützen. In unserer Lehrküche können Sie nach Herzenslust Neues ausprobieren und entdecken.



„Eine gesunde und vollwertige Ernährung trägt aktiv dazu bei, den Gesundheitszustand der Patientinnen mit Brustkrebs zu verbessern. So unterstützt auch unsere Küche kompetent Ihre Genesung.“



KIRA (Kissinger Individualisierte Reha)

Basierend auf den Ergebnissen einer wissenschaftlichen Studie unserer Klinik bieten wir Patienten ein individuelles Trainingsprogramm an, das die gesundheitsbezogene Lebensqualität langfristig verbessern, die Fatiguesymptomatik vermindern und das krankheitsfreie Überleben günstig beeinflussen kann. In diesem Rahmen besteht ggf. die Möglichkeit für Betroffene, ein sogenanntes Etappenheilverfahren in Anspruch zu nehmen. Sie können dann in 4 und 8 Monaten zu einer erneuten einwöchigen stationären Rehabilitationsmaßnahme in unsere Klinik kommen.

MBOR und KIBORA

Immer mehr Frauen erkranken im erwerbsfähigen Alter an Brustkrebs. Wir können Ihnen ein spezielles Programm zur medizinisch-beruflichen Orientierung (MBOR) anbieten. Damit unterstützen wir Sie dabei, trotz veränderter Bedingungen ins Erwerbs- und Alltagsleben zurückzukehren.

Komplementär-medizinische Angebote

Die organbezogene schulmedizinische Behandlung Ihrer Krebserkrankung ist die Grundlage aller medizinischen Maßnahmen. Gern beraten wir Sie auch zu komplementär-medizinischen Angeboten wie Misteltherapie und Antioxidantientherapie und führen diese auch durch.

Psychologische Therapie

Die Diagnose Krebs 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 dabei, den Schock der Diagnose Brustkrebs zu verarbeiten und wieder positiv in die Zukunft zu blicken.

Diagnostik

Während Ihres Aufenthaltes in unserer Klinik sind Sie medizinisch rund um die Uhr gut versorgt. Der Fokus unserer diagnostischen Maßnahmen liegt darin, Folgestörungen der Erkrankung oder der Therapie zu erkennen. Beispiele sind die Knochendichtemessung, um eine Osteoporose unter antihormoneller Therapie zu erfassen, Herzultraschall zum Ausschluss einer Herzschwäche nach Chemotherapie oder Antikörperbehandlung, die Balancetestung, um sensibilitätsbedingte Koordinationsstörungen zu erkennen, und die Ergospirometrie, um die Leistungsfähigkeit von Herz und Lunge nach Bestrahlung zu beurteilen.



„Ein weiterer Therapieschwerpunkt in unserer Klinik ist die Behandlung von orthopädischen/rheumatischen Beschwerden. Da diese oft auch in Zusammenhang mit der Therapie des Brustkrebses auftreten, profitieren gerade Patientinnen mit Gelenksbeschwerden von der medizinischen und therapeutischen Kompetenz unseres Teams.“

Das Angebot im Überblick

Diagnostik

- _ DXA-Knochendichte und Ganzkörperfettmessung
- _ Echokardiographie
- _ Ultraschall (Brust, Abdomen, Schilddrüse, Gelenke, Gefäße)
- _ Neuromuskuläre Funktionsanalyse
- _ Balance-Koordinationstestung
- _ Belastungs-EKG
- _ IPN-Test
- _ 6-Minuten-Gehtest
- _ Ergospirometrie
- _ Lungenfunktionsprüfung (inkl. Diffusion)
- _ Langzeit-EKG-und Blutdruckmessung
- _ Psychologische Diagnostik
- _ Ernährungsanalyse
- _ Aktivitäts-Monitoring mittels Sense-Wear-Armbänder (z. B. zur Trainingssteuerung)

Physiotherapie

- _ Manuelle- und maschinelle Lymphdrainagen
- _ Massagen
- _ Medizinische Bäder

Sport- und Bewegungstherapie

- _ Moderates Ausdauertraining
- _ MTT (Medizinische Gerätetherapie)
- _ Koordinations- und Balancetraining
- _ Körperwahrnehmung (Qigong, Tai-Chi)
- _ Spezifische Gymnastikgruppen (Schulter/Arm/Lymphe)
- _ Individuelles Trainingsprogramm (KIRA)
- _ Meditatives Tanzen

Ergotherapie

- _ Spezielles Polyneuropathie-Training bei Sensibilitätsstörungen
- _ Einführung in ein spezielles Elektrotherapieverfahren zur Heimtherapie als Nachsorgekonzept
- _ Schulung von Körperwahrnehmung
- _ Hirnleistungstest (Cogpack mit gezieltem Training in Einzel- und Gruppenanwendungen)
- _ Kreativ- und Kunsttherapie
- _ Funktionelle Ergotherapie in Kleingruppen bei hormonbedingten Knochen-schmerzen

Ernährungsberatung

- _ Lehrküche
- _ Schulungsprogramme

Sozialberatung

- _ Sozialrechtliche Fragestellungen
- _ Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben
- _ Stufenweise Wiedereingliederung
- _ Schwerbehinderten-und Rentenrecht usw.
- _ MBOR und KIBORA: Programme zur beruflichen (Neu-)Orientierung

Psychoonkologische Betreuung

- _ Einzelgespräche
- _ Onkologische Gesprächsgruppen
- _ Progressive Muskelentspannung nach Jacobson und Autogenes Training nach Schultz
- _ Nikotinentwöhnung
- _ Spezielle Schmerzkurse

**SICH ERHOLEN UND WIEDER
KRAFT SCHÖPFEN –
NEHMEN SIE SICH
ZEIT DAFÜR.**



Rehaklinik Am Kurpark

Fachklinik für Onkologie/Hämatologie und
Neurotologie, Rheumatologie/Orthopädie,
Lehrklinik für Ernährungsmedizin

Kurhausstraße 9
97688 Bad Kissingen

Tel. 0971 919-0

Fax 0971 919-108

E-Mail info@rehaklinik-am-kurpark.de

Web www.rehaklinik-am-kurpark.de

Chefarzt ab 1. September 2019:

PD Dr. med. Andreas Willer

Kaufmännische Leitung: Holger Metz