

Anreise zum RehaKlinikum

Anreise mit der Bahn:

Bad Säckingen ist Eilzugstation an der Hochrheinstraße Basel-Singen. Es bestehen Anschlüsse an den IC-Zeittaktverkehr in Basel, Badischer Bahnhof und über Singen nach Stuttgart oder München.

Anreise mit dem PKW:

Nur zehn Minuten zur Schweizer Autobahn: Autobahn A5 Richtung Basel, Autobahndreieck Lörrach/Weil auf die A9 Richtung Rheinfelden, auf der B34 weiter nach Bad Säckingen.

Anreise mit dem Flugzeug:

Die Schweizer Flughäfen Basel-Mulhouse und Zürich-Kloten liegen nur eine gute halbe Stunde entfernt. Vom Flughafen Zürich-Kloten aus bestehen Anschlussmöglichkeiten mit der Bahn über Brugg zur Bahnstation Stein-Säckingen.



Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt im RehaKlinikum Bad Säckingen.

Aufnahme:

Telefon 07761/554-4020
Telefon 07761/554-4021
Fax 07761/554-917
patientenaufnahme@rkbs.de

RehaKlinikum Bad Säckingen

Bergseestraße 61 | 79713 Bad Säckingen
Telefon 07761/554-0 | Fax 07761/554-909
info@rkbs.de | facebook.com/rehaklinikum
www.rkbs.de



Zertifizierung Behandlungsqualität nach QMS-REHA® der Deutschen Rentenversicherung und DIN EN ISO 9001:2008

MBOR Medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation

Fachklinik für Orthopädie, Rheumatologie, Gefäß- und Stoffwechselerkrankungen

Unsere Therapieangebote

Liebe Rehabilitandin, lieber Rehabilitand, Ihr Aufenthalt im RehaKlinikum Bad Säckingen soll dazu beitragen, Ihre Gesundheit zu verbessern und Ihre Leistungsfähigkeit im Alltag und Beruf wiederherzustellen. Ein sehr wichtiges Ziel der Rehabilitation ist es, den Verbleib im Beruf zu sichern bzw. eine Wiedereingliederung in das Erwerbsleben zu fördern. Im Rahmen der Rehabilitationsmaßnahme werden Sie verschiedene Therapieangebote in Anspruch nehmen. Zum Therapieangebot unserer Klinik gehört es auch, eine Auseinandersetzung mit berufsbezogenen Fragestellungen und Problemen anzuregen.

Belastungen und Probleme im Bereich Arbeit und Beruf können Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit stark beeinträchtigen (z. B. schwere körperliche Arbeit, Arbeitslosigkeit, Ärger/Konflikte mit Kollegen und Vorgesetzten). Die Rehabilitation soll Sie dabei unterstützen wieder handlungs- und leistungsfähig zu werden.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen erläutern, welche Möglichkeiten Sie während Ihres Klinikaufenthaltes haben sich mit berufsbezogenen Themen auseinanderzusetzen und welche Maßnahmen hierfür angeboten werden. Im Gespräch mit Ihrem Arzt oder Therapeuten werden Sie gemeinsam überlegen und besprechen, welche Maßnahmen speziell für Sie infrage kommen.



Berufsbezogene Beratung

Eine individuelle Beratung zu berufsbezogenen Fragen wird (vor dem Hintergrund der ärztlichen Einschätzung) durch den Sozialdienst unserer Klinik durchgeführt. Diese Beratung kann die folgenden Themen betreffen:

- Ihre aktuellen Arbeitsbedingungen und mögliche Belastungen
- Eine realistische Betrachtung Ihrer beruflichen Zukunft (Abklärung berufsbezogener Erwartungen, z.B. die Einschätzung der eigenen beruflichen Leistungsfähigkeit, Unterstützung bei der Beantragung von Maßnahmen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA), Kontaktaufnahme mit Arbeitgebern, Begleitung bei einem ggfs. notwendigen Prozess der beruflichen Um- oder Neuorientierung, Unterstützung bei Gesprächen mit Reha-Beratern der Deutschen Rentenversicherung)
- Erörterung von Möglichkeiten zur Wiedereingliederung in den Beruf (Unterstützung bei der Einleitung entsprechender Maßnahmen, z.B. Stufenweise Wiedereingliederung)

Beratungsgespräche durch unseren Sozialdienst dauern 60 Minuten. Sie können bei Bedarf auch mehrmals stattfinden. Ihre Ansprechpartner sind Frau Weber-Eckert, Frau Wißmann und Herr Pfistner.

EFL-Testung

Bei einer sogenannten EFL-Testung (Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit nach Isernhagen) geht es darum herauszufinden, welche körperlichen Anforderungen Sie noch erfüllen können und welche körperlichen Fähigkeiten Ihrerseits noch vorhanden sind. Sie bearbeiten dabei verschiedene arbeitstypische Situationen und Aktivitäten, die im Rahmen der Testung simuliert werden. Dazu gehören z.B. Heben und Tragen von Lasten in Ihrer berufstypischen Art und Weise.

So kann ermittelt werden, inwieweit Ihre Leistungsfähigkeit den Anforderungen Ihrer Arbeitstätigkeit entspricht. Durchgeführt wird die EFL-Testung von den Physiotherapeuten unserer Klinik. Die Testung umfasst zwei mal 1,5 Stunden. Diese Maßnahme richtet sich an Patienten, die in ihrer Arbeit körperlich belastet und schon längere Zeit arbeitsunfähig sind. Die Testauswertung erfolgt durch Ihren behandelnden Arzt.

AMTT – Arbeitsmedizinische Trainings Therapie

Unser Sporttherapeutenteam erarbeitet mit Ihnen ein Trainingsprogramm an den Geräten. Auch hier wird auf Ihre Defizite eingegangen und auf den Bezug zum Arbeitsalltag Wert gelegt. Sie trainieren funktionsbezogen genau die Bewegungen und Muskelgruppen, die Sie brauchen, um den Anforderungen am Arbeitsplatz gerecht zu werden. Der erstellte Trainingsplan wird aufbauend ergänzt und mit Ihnen abgesprochen.



Schulung zur Einrichtung eines ergonomischen Arbeitsplatzes

Viele Arbeitsplätze stellen unterschiedliche Belastungen dar. Schwer körperliche oder monotone Arbeitsabläufe können ebenso wie Bildschirmarbeiten gesundheitliche Herausforderungen darstellen. Eine physiologische Körperhaltung am Arbeitsplatz trägt zu einer Reduzierung der Belastungen und der Schmerzen auf den Bewegungsapparat bei. Innerhalb einer Schulung lernen Sie ergonomische Hinweise für eine Arbeitsplatzgestaltung aber auch für ein gesundheitsgerechtes Arbeitsverhalten kennen. Dabei können Sie individuelle Fragen zu Ihrem Arbeitsplatz und zur Ergonomie im Allgemeinen stellen. Die Schulung findet an zwei aufeinanderfolgenden Terminen in einer Kleingruppe statt und wird von einer Ergotherapeutin geleitet.

Psychologische Stressbewältigung

Arbeits- und berufsbezogene Probleme können sich negativ auf die Gesundheit auswirken. In diesem Training geht es darum, Strategien zu erlernen, wie Sie besser mit Stress und Belastungen am Arbeitsplatz und in anderen Lebensbereichen umgehen können.

Das Training findet in kleinen Gruppen von maximal 12 Patienten statt. Gemeinsam mit anderen Teilnehmern des Trainings erarbeiten Sie Möglichkeiten, sich wirksam mit berufsbezogenen Problemen (und anderen belastenden Situationen) auseinanderzusetzen. Die Vermittlung von Informationen, der Austausch mit anderen und praktische Übungen sind dabei wichtige Trainingselemente.

Das Gespräch mit Ihrem Arzt

Im Gespräch mit Ihrem Arzt geht es darum, gemeinsam zu klären, wie Sie am besten wieder an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren bzw. mit Ihren beruflichen Belastungen umgehen können und welche Maßnahmen dabei für Sie am besten geeignet sind.

