

## Rehabilitation bei Brustkrebs...

Brustkrebs ist die häufigste bösartige Erkrankung der Frau mit über 50 000 Neuerkrankungen pro Jahr. Die Diagnose bedeutet in jedem Alter und jedem Stadium einen Einschnitt in das Leben, beruflich, wie privat. Die Diagnose Krebs und die folgende Behandlung führen zu einer tiefen Verunsicherung, und es bedarf einer intensiven Auseinandersetzung mit der Krankheit. Hinzu kommen die körperlichen Belastungen die durch Operationen, Chemotherapie, Hormontherapie und Strahlentherapie folgen.

Unser Ziel ist es, Sie mit unserem Team bei allen diesen Problemen zu unterstützen und zu beraten. Dies betrifft sowohl medizinische Probleme, wie:

- Schmerzen
- Wundheilungsstörungen
- Lymphödem
- Einschränkung der Armbeweglichkeit
- Verminderte körperliche Leistungsfähigkeit
- Veränderungen des Körpers
- Änderungen im Hormonhaushalt
- Polyneuropathie der Finger oder Zehen

Als auch die seelischen und Alltagsprobleme:

- Erschöpfung, Fatigue
- Veränderungen im Privatleben
- Umgang mit Angst
- Veränderte Sexualität
- Rückkehr ins Arbeitsleben

## Therapie und Behandlung...

Bei unserem breitgefächerten Angebot orientieren wir uns an unserem Ziel der ganzheitlichen Betrachtung und den Vorgaben der Leitlinien für die Rehabilitation von Brustkrebspatientinnen. Dafür halten wir ein großes Team an gut ausgebildeten und in der Onkologie erfahrenen Therapeuten vor.

## Ziele...

Um ein optimales Ergebnis des Aufenthaltes erreichen zu können, möchten wir zu Beginn des Aufenthaltes mit Ihnen individuell die Ziele festlegen. Dazu gehören im Wesentlichen:

- **Die Behandlung von Krankheitsfolgen**  
Therapie des Lymphödems, Narbentherapie und Verbesserung der Armbeweglichkeit, Schmerztherapie.
- **Fachfrau in eigener Gesundheit werden**  
durch umfassende Informationen über die Erkrankung Brustkrebs, Behandlung, Nebenwirkungen, gesunde Ernährung und vieles mehr.
- **Klärung sozialer Fragen**  
Beratung über Ihre Rechte und die Möglichkeit auf Unterstützung bei der Wiedereingliederung im beruflichen und persönlichen Umfeld.
- **Ruhe finden und Krankheitsverarbeitung**  
durch Entspannungstherapie, in Gesprächen mit unseren Psychologinnen, Kunst und Tanztherapie, zur Ruhe zu kommen und zu sich zu finden.

## Ärztliche Betreuung...

Wir haben ein erfahrenes, interdisziplinäres Team, bestehend aus Gynäkologen, Onkologen, Internisten und Allgemeinmediziner, die eng zusammenarbeiten. Zusätzlich bestehen Weiterbildungen in Ernährungsmedizin, Naturheilverfahren, Psychoonkologie, Palliativmedizin und Akupunktur. Hier können in der Regel alle Arten von Chemotherapie, Antikörpertherapie oder Hormontherapie begonnen oder fortgesetzt werden. In Schulungen, Vorträgen und bei Bedarf in Einzelgesprächen, können Wissen zur Krankheit und Therapie vermittelt werden. Neben verschiedenen internistischen Diagnostikmethoden steht insbesondere für die Patientinnen mit gynäkologischen Tumoren ein moderner Untersuchungsplatz zur Verfügung. Hier können



neben Ultraschalluntersuchungen der Brust und Achselhöhle, auch die weiteren gynäkologischen Untersuchungen inklusive vaginalem Ultraschall durchgeführt werden. Zur Abklärung von Inkontinenz steht ein moderner Urodynamik-Meßplatz zur Verfügung.

## Ernährungsberatung...

Unsere Ernährungsberaterinnen stehen Ihnen sowohl im Speisesaal, als auch in Einzelgesprächen, Schulungen oder praktischen Veranstaltungen (Lehrküche) zur Seite, um Ihnen Information über gesunde Ernährung zu vermitteln. Sie bieten auch ausführliche Schulung zu Themen wie Ernährung bei Brustkrebs, zur Gewichtsreduktion oder Diabetes Mellitus an.



## Psychosoziale Betreuung...

In der Psychosozialen Abteilung arbeiten PsychologInnen, Sozialarbeiterin, ErgotherapeutInnen, Kunst-, Gestaltungs- und TanztherapeutInnen eng zusammen. Sie bieten ein reichhaltiges Informations-, Beratungs- und Therapieangebot für Sie und Ihre Angehörigen im Rahmen der Krankheitsbewältigung und Neuorientierung.



- **Entspannungstherapien**
  - Autogenes Training
  - Progressive Relaxation nach Jacobsen
  - Qi Gong
- **Vorträge und Gesprächskreise**
- **Psychologische Einzel- und/oder Paarberatung**
  - verhaltenstherapeutisch, geschlechtstherapeutisch oder tiefenpsychologisch orientiert
- **Raucherentwöhnung**
- **Sozialberatung u.a.**
  - Fragen zur beruflichen Situation
  - Fragen zur Berentung
  - Beratung zu häuslicher Versorgung
- **Ergotherapie u.a.**
  - Behandlung von Funktionsstörungen
  - Behandlung von Polyneuropathien nach Chemotherapie
  - Gedächtnistraining
- **Kunsttherapie**
- **Tanztherapie**
- **Gestaltungstherapie**

## Physikalische Therapien...

In der Physikalischen Abteilung bieten wir Ihnen neben dem allgemeinen Programm speziell für Brustkrebspatientinnen abgestimmte Therapien an:



- Manuelle Lymphdrainage bei Lymphödem der Arme, der Beine oder der Brust
- Schulter-Arm-Gymnastik in der Gruppe oder in Einzeltherapie zur Wiedererlangung der Beweglichkeit
- Narbentherapie
- Schlüsselzonenmassage nach Dr. Marnitz bei muskulären Problemen
- Bewegungstherapie im Wasser und zahlreiche Einzel- und Gruppenanwendungen zur Verbesserung von Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer.



Weitere Angebote für Brustkrebspatientinnen:

- Vorstellung von Selbsthilfegruppen
- Schminkkurse für onkologische Patientinnen
- Selbstuntersuchungskurse der Brust
- Modenschauen für Brustoperierte Patientinnen

## Rehabilitation nach Brustkrebs

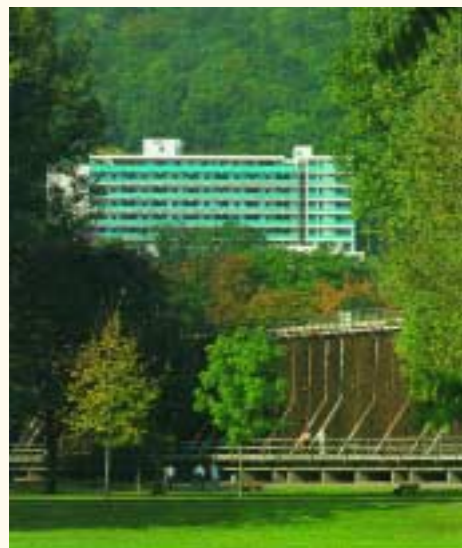
Rehabilitationsklinik



NAHETAL

## Herzlich willkommen in der Rehabilitationsklinik Nahetal...

Gesundheit ist unser höchstes Gut. Ist sie angeschlagen, kann unser Leben aus dem Tritt geraten. Schwerwiegende Erkrankungen führen oft zu Lebenskrisen und damit zu der Notwendigkeit, sich neu zu orientieren. Wir unterstützen unsere Patientinnen und Patienten auf diesem Weg zurück in ihre arbeitsbezogene, private und soziale Rolle und helfen ihnen Mut zu fassen, alle Kräfte zu mobilisieren und neue Perspektiven zu sehen.



Hierbei legen wir größten Wert auf eine umfassende, optimale medizinische Versorgung und auf ein exakt abgestimmtes Therapieangebot. Alle Ziele und Maßnahmen werden den Möglichkeiten des Patienten angepasst und mit ihm abgesprochen – vom ersten Tag an.

Die fachliche Kompetenz unserer Mitarbeiter prägen neben einer modernen Klinikausstattung unser Haus. Unser Therapieansatz beruht auf einem ganzheitlichen Behandlungskonzept. Wir verbinden medizinische Betreuung mit diagnostischen und therapeutischen Maßnahmen, deren oberstes Ziel es ist, Ihre persönliche Lebensqualität zu steigern.

## Klinikinformationen ...

Unser Haus ist eine Rehabilitationseinrichtung mit AHB-Zulassung. Es besteht ein Versorgungsvertrag gemäß § 111 SGBV. Patienten der Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung des Landes Nordrhein-Westfalen, der Deutschen Rentenversicherung Bund, der Deutschen Rentenversicherung Rheinland-Pfalz, der gesetzlichen und privaten Krankenkassen, beihilfeberechtigte Beamte, Selbstzahler sowie Ehepartner bzw. Begleitpersonen können aufgenommen werden. Im Zuge der Tumornachsorge ist eine ambulant/teilstationäre Betreuung möglich. Weitere Informationen erteilt Ihnen gerne unsere

**Patientenaufnahme unter Telefon 0671 / 375-141**  
oder das  
**ärztliche Sekretariat unter Telefon 0671 / 375-148.**

## Qualitätsmanagement... EFQM



Excellence ist unser Maßstab.

In der Rehaklinik Nahetal wird dem Qualitätsmanagement eine herausragende Bedeutung zugemessen. Hierbei stehen die Interessen und das Wohl des Patienten stets im Vordergrund. In den Jahren 2006 und 2007 wurde unserer Klinik das Qualitätssiegel „Servicequalität Deutschland“ verliehen. Im Jahr 2008 wurden wir nach den Regeln des IQMP-Reha und KTQ zertifiziert. Damit wurde die „exzellente Qualität“, mit der wir Rehabilitationen durchführen, bestätigt.



## Ihr Weg zu einer Rehabilitation bei uns ...

Bei Brustkrebs nach Operationen, Strahlen- oder Chemotherapie besteht ein Anspruch auf eine Rehabilitations- oder Anschlussheilbehandlungsmaßnahme.

Während Ihres Krankenhausaufenthaltes kann über Ihren Klinikarzt oder den Sozialdienst eine Rehabilitationsmaßnahme beantragt werden. Sie selber haben die Möglichkeit, über ein sogenanntes Wunsch- und Wahlrecht die Klinik Ihrer Wahl anzugeben. Bei einer anschließenden ambulanten Bestrahlung oder Chemotherapie kann die Rehabilitation von Ihrem Haus- oder Facharzt eingeleitet werden. Später können Sie eine Rehabilitation in Form eines stationären oder auch ambulanten Heilverfahrens durchführen. Den Antrag hierfür können Sie mit Unterstützung durch Ihren Haus- und Facharzt bei Ihrer Renten- oder Krankenversicherung stellen. Formulare finden Sie z.B. unter:

**[www.deutsche-rentenversicherung-bund.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-bund.de)**

Für weitere Informationen stehen Ihnen sogenannte „Servicestellen für Rehabilitation“ zur Verfügung. Diese sind meist bei einer Krankenversicherung oder einer Geschäftsstelle der Deutschen Rentenversicherung angesiedelt. (Infos finden Sie bei **[www.deutsche-rentenversicherung-bund.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-bund.de)** unter „Rehabilitation“ und „Reha-Servicestellen“)

## Ankommen und Wohlfühlen ...

Es erwarten Sie komfortabel eingerichtete Einzelzimmer mit Dusche/WC, Selbstwahltelefon, Balkon und TV. Behindertengerechte Zimmer sind vorhanden.

Falls Sie in Begleitung anreisen möchten, bieten wir Ihnen auch die Möglichkeit, eines unserer Doppelzimmer zu reservieren.



Komfortable Aufenthaltsräume, ein gepflegter Speisesaal sowie eine gemütliche Cafeteria laden zum Verweilen ein.



Das Schwimmen in unserem großzügigen Schwimmbad ist nicht nur bei schlechtem Wetter eine beliebte Möglichkeit zum Entspannen und Erholen.



## Vom Diätplan zur Gaumenfreude ...

Wohlbefinden und Freude am Essen haben einen hohen Stellenwert. Dieses ist besonders im Rahmen einer Tumorerkrankung wichtig. Wir bieten Ihnen eine gesunde und ausgewogene Ernährung, bei der guter Geschmack und das Genießen nicht zu kurz kommen. Selbstverständlich bereiten wir Ihnen speziell individuell abgestimmte Diät- und Sonderkostformen zu.



Ergänzend zu den verordneten Therapien stehen Ihnen eine Vielzahl von Beschäftigungs- und Kulturangeboten zur Verfügung, um sich selbst geistig und körperlich fit zu halten oder auch neue Kontakte zu knüpfen.



## So finden Sie uns ...

### Anreise mit dem PKW:

Von der Autobahn kommend durch Bad Kreuznach, Richtung Bad Münster a. St./Ebernburg. Nach dem Überqueren der Nahebrücke (bei den Salinen, kurz vor Ortsende Bad Kreuznach) die zweite Straße in den Burgweg rechts abbiegen. Ganz durchfahren bis zum letzten Haus.

### Anreise mit der Bahn:

Bahnhof Bad Münster a. St./Ebernburg – dort holen wir Sie gerne nach vorheriger Anmeldung ab.



**Hamm-Kliniken GmbH & Co. KG**  
**Rehabilitationsklinik Nahetal**  
Klinik für onkologische Nachsorge,  
Gastroenterologie  
Burgweg 14  
55543 Bad Kreuznach  
Tel.: +49 (0) 6 71 / 375-0  
Fax +49 (0) 6 71 / 375-495  
nahetal@hamm-kliniken.de  
[www.hamm-kliniken.de](http://www.hamm-kliniken.de)