



**SCHÜCHTERMANN-KLINIK**  
BAD ROTHENFELDE



## Informationen für Patienten der Rehabilitation



# Herzlich willkommen

**Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,**

wir begrüßen Sie in der Schüchtermann-Klinik sehr herzlich und wünschen Ihnen einen erfolgreichen und angenehmen Aufenthalt.

In der vorliegenden Informationsmappe haben wir für Sie einige wichtige Hinweise zusammengestellt:

- Räumliche Ausstattung und Angebote der Klinik
- Allgemeine Hinweise
- Orientierungshilfen in der Klinik
- Erläuterungen und Empfehlungen

**Wenn Sie Fragen haben, die sich auf die Rahmenbedingungen Ihres Aufenthaltes beziehen und nicht gesundheitlicher Natur sind, wenden Sie sich bitte an unsere Leitung Services, Frau H. Baist, Telefon 30082.**

Wir weisen darauf hin, dass das Rauchen auf dem gesamten Klinikgelände untersagt ist.

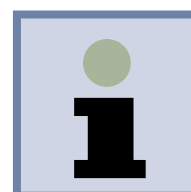
Wir hoffen, dass Sie sich während der Rehabilitation in unserer Klinik wohl fühlen und gesundheitlich gestärkt nach Hause zurückkehren können.

Herzlichst

**Dr. D. Willemsen**  
Chefarzt der Rehabilitation

**K. Tanke**  
Pflegedirektorin

**Dr. M. Böckelmann**  
Geschäftsführer



## Hinweise zu Telefon, Fernsehen, Internet

Jedes Zimmer verfügt über ein Telefon und einen Fernseher.

Telefonisch sind Sie von auswärts unter der Telefonnummer 05424 (Vorwahl), 641 (Klinik) und Ihrer Durchwahlnummer zwischen 7.00 bis 22.30 Uhr erreichbar.

Bitte informieren Sie Ihre Angehörigen, wann Sie am besten zu erreichen sind.

Um innerhalb der Klinik ein anderes Zimmer zu erreichen, wählen Sie bitte „38 + Zimmernummer“.

Möchten Sie die Rezeption erreichen, drücken Sie bitte die Taste „9“.

Um eine Amtsleitung zu erhalten, drücken Sie bitte die Taste „AMT“ oder „0“ (dann ertönt das Freizeichen).

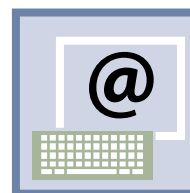
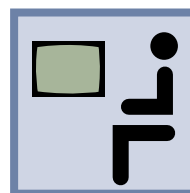
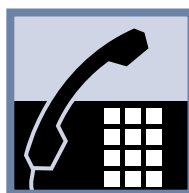
Die Gebühren werden automatisch über einen Computer erfasst. Ihre verbrauchten Telefoneinheiten werden am Tag Ihrer Abreise mit Ihnen abgerechnet.

Gespräche innerhalb der Klinik sind kostenfrei; ebenso die Benutzung des Fernsehers.

Für unsere Patienten ist in der Schüchtermann-Klinik ein kostenloser Internetzugang über WLAN mit Ihren persönlichen Endgeräten möglich. Der Empfang kann im öffentlichen Bereich der Cafeteria und auf den bereits renovierten Stationen auch im eigenen Zimmer genutzt werden.

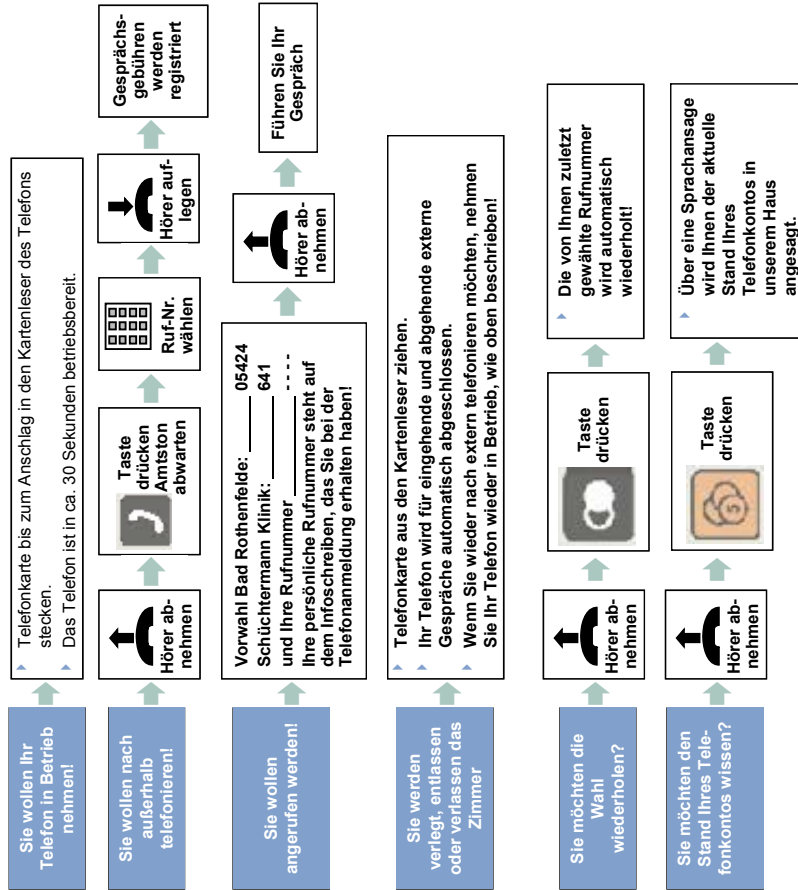
Für die Nutzung des WLAN ist eine Registrierung bei unserer Rezeption nötig. Dort bekommen Sie Ihre persönlichen Zugangsdaten wie Benutzerkennung und Passwort in Form eines sogenannten Hotspot-Tickets ausgehändigt. Alle weiteren Daten wie den WLAN-Netzwerknamen (SSID) oder zeitliche Beschränkungen können Sie ebenfalls dem Ticket entnehmen.

Ist der Zugriff für Sie bereits eingerichtet, werden Sie beim Akzeptieren der „Allgemeinen Nutzungsbedingungen“ auf die Anmeldeseite weitergeleitet. Nach Eingabe Ihrer Zugangsdaten kann der Internetzugang benutzt werden.



# Bedienelemente Ihres Telefon

## Bedienungsanleitung Telefon (kostenpflichtig)



**Kontostandsansage:**  
Bitte beachten Sie die weiteren Hinweise auf der folgenden Seite!

**TV einschalten:**  
Nur über separate Fernbedienung

**Radioempfang:**  
Nur über separate Fernbedienung

**Extern Taste / Amt holen**

**Wahlwiederholung**

Diese Tasten haben an Ihrem Telefon *keine* Funktion

# Programmliste

Fernsehen				Radio	
1	Das Erste	23	WDR 3 Studio Münster	46	NDR 1 Niedersachsen
2	ZDF	24	WDR 3 Studio Bielefeld	47	NDR 2
3	RTL	25	WDR 3 Studio Dortmund	48	NDR Info
4	RTL2	26	MDR	49	NDR Kultur
5	SAT.1	27	Bayern 3	50	WDR 2
6	Pro 7	28	KiKa	51	WDR 3
7	VOX	29	Sport 1	52	WDR 4
8	Super RTL	30	EuroSport	53	WDR 5
9	kabel eins	31	Tagesschau 24	54	1LIVE diggi
10	Tele5	32	n-tv	55	Antenne Brandenburg
11	Das Vierte	33	N24	56	radioBERLIN 88,8
12	Einsfestival	34	EuroNews	57	DKULTUR
13	ZDF Neo	35	Phoenix	58	DLF
14	RTL Nitro	36	BBC	59	DRadio Wissen
15	arte	37	VIVA	60	Klassik Radio
16	3Sat	38	MTV Germany	61	RTL Radio
17	ZDF Info	39	TRT Türk	62	FFN
18	ZDF Kultur	40		63	n-Joy
19	DMAX	41			
20	NDR 3 Niedersachsen	42			
21	NDR 3 Hamburg	43	Hauskanal 1		
22	NDR 3 MVP	44	Hauskanal 2		
		45	Gottesdienst		

# Essenszeiten

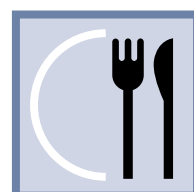
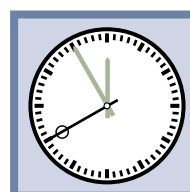
<b>Frühstück:</b>	werktags samstags, sonn- / feiertags	7.00 Uhr bis 8.30 Uhr 7.45 Uhr bis 9.15 Uhr
<b>Mittagessen:</b>	täglich	12.00 Uhr
<b>Abendbrot:</b>	täglich	17.45 Uhr bis 18.45 Uhr
<b>Zwischenmahlzeiten:</b>	Für Ihre Zwischenmahlzeit am Vormittag steht am Frühstücksbuffet Obst und Joghurt für Sie bereit, beim Mittag- und Abendessen dürfen Sie sich ebenfalls gerne Obst für später mitnehmen.	

## Essenszeiten für Besucher:

<b>Frühstück:</b>	werktags samstags, sonn- / feiertags	7.00 Uhr bis 9.15 Uhr 7.45 Uhr bis 9.15 Uhr
<b>Mittagessen:</b>	täglich	12.00 Uhr
<b>Abendbrot:</b>	täglich	17.45 Uhr bis 18.45 Uhr

Essensmarken erhalten Sie an der Rezeption.

Das Küchenteam wünscht Ihnen einen Guten Appetit.



# Freizeitangebote

## **Freitag, alle 14 Tage:**

### **ab 19.00 Uhr im Fernsehraum**

Bad Rothenfelde im Wandel der Zeit  
Informationen hierzu finden Sie in den Aushängen  
im Eingangsbereich.

## **Samstag:**

### **8.00 Uhr bis 12.00 Uhr**

freie Benutzung des Klinikschwimmbades unter  
DLRG Aufsicht. Eine Genehmigung des Stations-  
arztes ist erforderlich.

### **ab ca. 13.00 Uhr, alle 14 Tage**

Ausflugsfahrt mit dem Bus  
Informationen hierzu finden Sie in den Aushängen  
im Eingangsbereich.

## **Sonntag:**

### **8.00 Uhr bis 12.00 Uhr**

freie Benutzung des Klinikschwimmbades unter  
DLRG Aufsicht. Eine Genehmigung des Stations-  
arztes ist erforderlich.

### **ab 10.15 Uhr oder 15.00 Uhr**

Musikveranstaltungen im Aufenthaltsbereich  
Informationen hierzu finden Sie in den Aushängen  
im Eingangsbereich.

Das Freizeitprogramm der Klinik und die Aushänge  
im Eingangsbereich informieren Sie über das jeweils  
aktuelle Wochenprogramm im Haus und in Bad  
Rothenfelde.



## **Außerdem:**

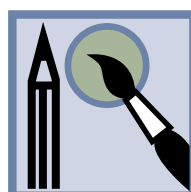
Außenschach und Boule im Klinikpark  
Gesellschaftsspiele und Boule-Kugeln sind an der  
Rezeption erhältlich.

## **Sky-Sport / Bundesliga:**

Der Fernseher im Aufenthaltsbereich der Cafeteria  
empfängt Sky Sport und Sky Bundesliga.

Montag – Freitag von 17.00 – 22.30 Uhr und  
Samstag – Sonntag von 8.00 – 22.30 Uhr haben  
Sie hier die Möglichkeit gemeinsam Fußball und  
Sport zu gucken.

Bitten beachten Sie: Wenn kein Spiel läuft ist auch  
kein Bild zu sehen.



# Klinikseelsorge

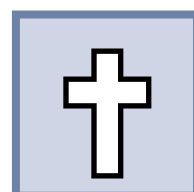
**Als evangelische und katholische Klinikseelsorgerinnen grüßen wir Sie herzlich.**

Sie sind aus Ihrer gewohnten Umgebung hierher gekommen mit dem Ziel, möglichst bald wieder gesund zu werden und nach Hause zurückzukehren. Alle Mitarbeiter dieser Klinik bemühen sich, Ihnen dabei zu helfen. Wenn Sie nach den ersten Tagen hier ein wenig zur Ruhe gekommen sind, tauchen vielleicht manche Gedanken und Fragen auf. Wir möchten Ihnen sagen, dass wir für Sie da sind und Zeit für Sie haben – **Zeit zum Zuhören, Zeit zum Reden** – wenn Sie es mögen.

In regelmäßigen Abständen sind wir auf den Stationen. Wir werden Sie besuchen, soweit uns das möglich ist. Wir kommen auf jeden Fall, wenn Sie uns durch einen Mitarbeiter Ihrer Station benachrichtigen lassen. Zu unseren Gottesdiensten laden wir Sie herzlich ein.

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt und baldige Genesung.

**Ihre Klinikseelsorgerinnen**





# Gottesdienste

## Katholisch

**Wortgottesdienst mit Kommunionfeier:**  
samstags, 18.30 Uhr (Andachtsraum)

**Kommunion auf dem Zimmer:**  
Auf Wunsch am Freitagnachmittag.  
(Geben Sie uns bitte Nachricht, wenn Sie daran teilnehmen möchten.)

Auf Anfrage werden das **Bußsakrament** oder die **Krankensalbung** gespendet.

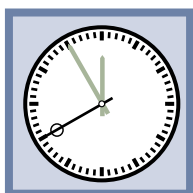
**Heilige Messen in der Pfarrkirche St. Elisabeth:**  
sonntags, 9.30 Uhr

Unser Andachtsraum steht Ihnen ganztägig als Ort der Ruhe und Besinnung zur Verfügung!

## Evangelisch

**Gottesdienst mit Abendmahl:**  
sonntags, 8.45 Uhr (Andachtsraum)  
– Änderungen werden bekannt gegeben –  
Auf Wunsch wird das Heilige Abendmahl im Krankenzimmer gefeiert.

**Gottesdienst in der Jesus Christus-Kirche:**  
sonntags, 10.00 Uhr



# Hausordnungshinweise der DRV

## Allgemeine Hinweise zum Ablauf unserer Rehabilitationsleistungen

Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,

wir begrüßen Sie in diesem Haus und wünschen Ihnen eine erfolgreiche Behandlung und einen angenehmen Aufenthalt. Dazu ist Ihre Mitwirkung als wesentliche Voraussetzung erforderlich. Unterstützen Sie mit Ihrem Verhalten die Bemühungen um Ihre Gesundheit, nehmen Sie aber auch Rücksicht auf Ihre Mitpatienten und die Mitarbeiter des Hauses. Dazu dürfen wir um die Beachtung folgender Hinweise bitten:

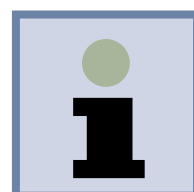
1. Dieses Haus ist mit erheblichem Aufwand ausgestattet worden. Wir bitten daher, die Einrichtungsgegenstände pfleglich zu behandeln. Für vorsätzlich oder fahrlässig verursachte Schäden können Sie haftbar gemacht werden.
2. Wertgegenstände und größere Geldbeträge sollten in Ihrem Interesse bei der Verwaltung des Hauses hinterlegt werden. Die Deutsche Rentenversicherung Bund kann für entstandene Verluste nicht haftbar gemacht werden.
3. Unfälle sind zur Prüfung des Versicherungsschutzes sofort im Haus zu melden.
4. Ihre Rehabilitationsleistung erstreckt sich grundsätzlich über den bewilligten Zeitraum. Eine Beurlaubung und eine vorzeitige Beendigung der Leistung sind nur in besonderen Ausnahmefällen mit ärztlichem Einverständnis / auf ärztliche Veranlassung möglich.
5. Das Haus wird grundsätzlich um 23.00 Uhr geschlossen. Dann sollte auch die Nachtruhe beginnen.
6. Die im Haus geltenden Richtlinien bitten wir zu beachten. Daher wird insbesondere auf die Regelungen zum Rauchverbot hingewiesen. Unsere Vertragshäuser sind gehalten, im Zusammenwirken mit dem leitenden Arzt bei mangelnder Mitwirkung und Nichteinhaltung der Hausordnung eine Verwarnung auszusprechen und in besonderen Fällen die sofortige Beendigung der Rehabilitationsmaßnahme zu veranlassen.
7. Beschwerden oder besondere Wünsche sollten Sie unverzüglich der Leitung des Hauses vortragen, da späteres Vorbringen die Prüfung Ihrer Anliegen erschwert. Kommen Sie auf diesem Wege nicht zu einem Erfolg, können Sie sich auch an die Deutsche Rentenversicherung Bund wenden. In diesem Fall bitten wir, den Sachverhalt zu schildern und das Aktenzeichen anzugeben.

### Unsere Adresse:

Deutsche Rentenversicherung Bund – Dez. 8022 – 10704 Berlin

Wir danken für Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung.

### Ihre Deutsche Rentenversicherung Bund



# Diebstähle und Abfallbeseitigung

Auch in Kliniken kommt es immer wieder zu Diebstählen. Diebe nutzen die Hilfsbedürftigkeit, das Vertrauen und die Unachtsamkeit von Patienten rücksichtslos aus.

## **Wir raten Ihnen daher:**

- Bringen Sie größere Bargeldbeträge und Wertsachen möglichst nicht mit in die Klinik,
- oder geben Sie Ihre Wertsachen zur Verwahrung in den Safe am Empfang,
- lassen Sie Handtaschen und Wertgegenstände nie ohne Aufsicht
- melden Sie jeden Diebstahl der Klinikverwaltung oder der Polizei

**Die Klinik haftet nur für Wertsachen, die Sie am Empfang zur Verwahrung gegeben haben!**

## **Wir wenden uns mit einer Bitte an Sie.**

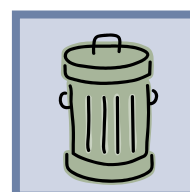
Ein sicherlich bekanntes, aber ebenso aktuelles Thema ist die Abfallbeseitigung und die damit verbundene Belastung der Umwelt. Wertstoffe werden getrennt gesammelt und entsorgt.

Wir trennen Papier, Buntglas, Weißglas, DSD-Müll (Grüner Punkt) und Restmüll.

Wir bitten Sie, liebe Patienten, mit uns gemeinsam das Problem der Abfallbeseitigung zu bewältigen und somit einen wirksamen Beitrag für die Umwelt zu leisten.

Wir entsorgen in unserer Klinik die oben genannten Wertstoffe getrennt. Um dieses zu ermöglichen, bitten wir Sie, alle auf Ihrem Zimmer anfallenden Wertstoffe zu sammeln und in die dafür vorgesehenen Behälter auf Ihrer Station zu bringen. Der Restmüll wird von den Stationshilfen aus Ihrem Zimmer entsorgt. Die Behälter auf den Stationen sind deklariert und farblich unterschiedlich, so dass Sie auf einen Blick sehen, welcher Wertstoff in welchen Behälter gehört.

**Für Ihre Mithilfe bedanken wir uns sehr herzlich.**



# Verhalten im Brandfall

## RUHE BEWAHREN!

Über die **9** die Zentrale anrufen

oder

die **Bettklingel** betätigen

oder

den **Feuermelder** betätigen

oder

über **0-112** Feuerwehr benachrichtigen,  
danach die Zentrale über 9 anrufen.

### Genaue Angaben machen:

**Wo** brennt es?  
**Was** brennt?  
**Wieviele** Personen sind Gefahr oder verletzt?  
**Welche** Art der Verletzung liegt vor?  
**Warten** auf Rückfragen!

Verlassen Sie den brennenden Raum!  
Türen zumachen – **aber nicht verschließen!**  
Verständigen Sie Ihre Zimmernachbarn!

Über die ausgewiesenen Notausgänge die Klinik verlassen, und den **Sammelplatz (Parkhaus)** aufsuchen!

Bettlägerige und gehbehinderte Personen werden von der Feuerwehr in Sicherheit gebracht!

**Nicht** den Fahrstuhl benutzen!

**Notausgänge** über die Türklinken entriegeln und danach öffnen!

**Flucht- und Rettungswegpläne** befinden sich auf den Stationsfluren und im Erd- und Untergeschoss!

## RUHE BEWAHREN!



# Händehygiene

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

schützen Sie sich vor Infektionen durch übertragbare Krankheitserreger (z. B. durch NORO-Viren), indem Sie im eigenen Interesse eine gründliche Händedesinfektion vornehmen.

Mehrere Desinfektionsspender befinden sich auf diesem Flur.



## Einreibemethode für Ihre Händedesinfektion



**Desinfektionsmittel auf die trockenen Hände!**

- Die Hände müssen nass sein
- Daumen, Fingerkuppen und Nagelfalz nicht vergessen
- 30 Sekunden Einwirkzeit

**Bitte beachten:**

- Nur Waschen mit Wasser und Seife bei sichtbarer Verschmutzung
- Kurze, unlackierte Fingernägel
- Keine Ringe
- Keine Uhren

Alle Informationen zur **AKTION Saubere Hände** unter: [www.aktion-sauberehaende.de](http://www.aktion-sauberehaende.de)

Gelbes Hand:  
© Gesundheitsministerium  
für Gesundheit  
aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages  
ASH 2012 - 2013

# Informationen A – Z

## Orientierungshilfen in der Klinik

### Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie finden hier einen alphabetisch geordneten Wegweiser, der Ihnen helfen soll, sich während der Rehabilitation in der Schüchtermann-Klinik zurechtzufinden.

Auf der Basis der Untersuchungen in den ersten Tagen erhalten Sie einen Therapieplan, dem Sie Art und Zeitpunkt der einzelnen Anwendungen entnehmen können. Wenn Sie zu Untersuchungsergebnissen oder zu den verordneten Therapien Fragen haben, sprechen Sie den Stations- oder Oberarzt bei der Visite an.

In den nächsten Tagen und Wochen werden Ihnen viele Informationsveranstaltungen durch Mitarbeiter der Schüchtermann-Klinik angeboten, die Sie gemeinsam mit begleitenden Angehörigen wahrnehmen können.

Unsere Klinik wurde im Laufe der Zeit erweitert und baulich verändert. Gerade zu Beginn Ihres Aufenthaltes ist die Orientierung nicht immer leicht. Damit Sie sich besser zurechtfinden, haben wir uns bemüht, auf Hinweisschildern und Informationstafeln wichtige Untersuchungsbereiche auszuweisen.



Dieses Logo kennzeichnet alle Informationen zum Gesundheitstraining.

Der Vortragsraum für das Gesundheitstraining liegt im 1. Obergeschoss des Rehabilitationstrakts.

Bitte nutzen Sie den hinteren Fahrstuhl auf Ihrer Station um in die 1. Etage zu gelangen.

Hier befinden sich auch die Räume der Psychologie und des Sozialdienstes.

Schulungen in kleinerer Gruppengröße werden zudem im Fernsehraum angeboten. Dieser befindet sich im Bereich der Cafeteria. Bitte beachten Sie die Angabe der Räumlichkeiten auf Ihrem Therapieplan. Das **Labor, die Computertomographie und Magnetresonanztomographie** befinden sich im Untergeschoss. Diesen Klinikflur erreichen Sie mit dem Fahrstuhl im Zugangsbereich der Stationen 6 und 7.

Sollten Sie sich dennoch einmal „verlaufen“, fragen Sie bitte andere Patienten oder unsere Mitarbeiter, die Ihnen gerne weiter helfen werden.

# Informationen A – Z

## **Andachtsraum:**

Im Aufenthaltsbereich befindet sich ein Andachtsraum, wo Sie jederzeit Ruhe und Besinnung finden können. Evangelische und katholische SeelsorgerInnen halten hier Gottesdienste, Andachten und Singveranstaltungen ab.

## **Ankunft:**

Bei einer Verlegung werden Sie von der Chirurgie oder Kardiologie zur Rehabilitationsstation begleitet. Reisen Sie mit Pkw oder einem anderen Transportmittel an, wird der Koffertransport durch unsere Mitarbeiter an der Rezeption organisiert, die Sie auch auf Ihr Zimmer bringen und der Stationschwester vorstellen werden. Wenn Sie beim Auspacken der Koffer Hilfe brauchen, wenden Sie sich bitte an die Schwester. Die Schwester wird Ihnen auch einen Laufzettel aushändigen, dem Sie die weiteren Termine am Ankunftstag und an den folgenden Tagen entnehmen können.

Bereits am Tag Ihrer Ankunft besucht Sie der Stationsarzt in Ihrem Zimmer und nimmt eine gründliche Untersuchung vor. Auch werden Sie dem für Sie zuständigen Oberarzt im Rahmen der Visite vorgestellt. Am ersten Wochenende Ihres Heilverfahrens sollten Sie sich vorwiegend in der Klinik und deren Umgebung aufhalten (also noch keine ausgedehnten Wanderungen machen), weil Sie erst nach der ersten Stationsvisite und den ersten Anwendungen wissen, wie Sie sich ohne Gefahr für Ihre Gesundheit körperlich belasten können.

## **Anschlussheilbehandlung:**

Sie schließt sich der Akutbehandlung nach Herzinfarkt, Ballonaufweitung der Herzkranzgefäße (PTCA) und Herzoperationen als Rehabilitationsmaßnahme oft nahtlos an.

## **Aufenthaltsdauer:**

Für ein Heilverfahren bzw. für eine Anschlussheilbehandlung (AHB) ist in der Regel eine Aufenthaltsdauer von 3 Wochen vorgesehen. Ihre Aufenthaltsdauer wird bei der Visite von den Ärzten mit Ihnen abgestimmt. Im Anschluss an die medizinische Maßnahme zur Rehabilitation können Sie beim Arbeitgeber Erholungsurlaub beantragen, der in der Regel gewährt werden muss.

## **Behindertenzugang und -aufzüge:**

Am Aufnahmetag werden Ihnen durch unsere Mitarbeiter der Rezeption der Behindertenzugang und die Bedienung des Behindertenaufzugs erläutert.

## **Bereitschaftsdienst von Ärzten und Schwestern:**

Sie werden Tag und Nacht, auch an Sonn- und Feiertagen, durch Krankenschwestern/-pfleger und Ärzte betreut. Die Schwestern erreichen Sie mit der Klingel an Ihrem Bett neben dem Lichtschalter und mit der Klingel in der Nasszelle. In der Nacht finden Sie die diensthabende Pflegekraft im Stationszimmer der Station 3, oder mit der Klingel. Am Wochenende und an Feiertagen erreichen Sie die Pflegekraft auf den Stationen 3 und 4 im jeweiligen Dienstzimmer in der Zeit von 6.00 Uhr bis 20.00 Uhr. Sollte Ihnen außerhalb der Klinik etwas zustoßen, lassen Sie sich bitte per Krankenwagen direkt in die Klinik bringen und melden Sie sich dann bei der diensthabenden Pflegekraft.

## **Beurlaubung:**

Beurlaubungen während eines Heilverfahrens sind nur möglich bei Tod oder bedrohlicher Erkrankung naher Familienangehöriger, soweit ärztliche Bedenken nicht entgegenstehen. Die Dauer der Beurlaubung kann höchstens 5 Tage betragen einschließlich des Reisetages.

# Informationen A – Z

Verlässt ein Patient auf eigene Verantwortung die Klinik ohne Einwilligung des Arztes, gilt das Heilverfahren als abgebrochen. In diesem Fall verliert der Patient auch den gesetzlichen Unfallschutz für die Heimreise und hat evtl. entstehende Kosten selbst zu tragen.

## **Bewegungstherapie:**

Sie wird in Hocker-, Übungs- und Trainingsgruppen abgestuft und überwacht durchgeführt in Form von Ergometertraining, Gymnastik, Schwimmen und Terraintraining.

## **Blutdruckmessung:**

Sie werden von den Pflegekräften in die Blutdruckselbstmessung eingewiesen. Die gemessenen Werte übertragen Sie bitte in das Protokoll und halten dieses zu den Visiten bereit.

## **Blutentnahme:**

Während Ihres Aufenthaltes sind Blutentnahmen notwendig für Laboruntersuchungen, insbesondere im Hinblick auf Blutfetterhöhungen, Blutbild etc. Diese Blutentnahmen erfolgen nach Anordnung.

## **Blutzuckertagesprofil:**

Bei Zuckerkranken (Diabetikern) werden Blutzuckertagesprofile auf der jeweiligen Station durchgeführt. Über Tag und Uhrzeit werden Sie durch Hinweis in Ihrem Therapieplan informiert.

## **Bodyplethysmographie:**

Die Bodyplethysmographie stellt eine erweiterte Prüfung der Lungenfunktion dar. Bei verschiedenen Atemmanövern können das gesamte Lungenvolumen und die Weite der Atemwege bestimmt werden. Dadurch lassen sich Erkrankungen der Lunge mit vermindertem oder vergrößertem Lungenvolumen

(Lungenüberblähung) und Erkrankungen mit Verengungen der Atemwege (Bronchien), wie z. B. Bronchitis oder Asthma bronchiale, erkennen. Diese Untersuchung wird in der Abteilung für Sportmedizin im Bereich der Therapieabteilung im Untergeschoss durchgeführt.

## **Brandschutz:**

Wie Sie sich bei einem evtl. Brand in der Klinik verhalten sollten, ersehen Sie aus dem Brandschutzplan, der sich in dieser Informationsbroschüre befindet.

**Kerzen und andere offene Feuer sind in der Klinik aus Sicherheitsgründen strengstens verboten.**

## **Bügeleisen:**

Wenn Sie ein Bügeleisen und ein Bügelbrett wünschen, wenden sie sich bitte an die Rezeption. Dort erhalten Sie einen Schlüssel für den Waschraum, indem sich Bügeleisen und Bügelbrett befinden. Den Waschraum selbst finden Sie auf der Station 5 in Raum 527. Die Verwendung eigener Bügeleisen, Tauchsieder und Kaffeemaschinen auf den Zimmern ist untersagt.

## **Cafeteria:**

Die Cafeteria befindet sich im Aufenthaltsbereich des Erdgeschosses. Neben Kaffee und Tee am Tage erhalten Sie am Abend auch leichte alkoholische Getränke wie Bier und Wein. Öffnungszeiten sind Montag bis Freitag von 8.30 – 19.30 Uhr, samstags von 8.00 – 18.30 Uhr und sonntags von 9.00 – 18.30 Uhr.

## **Diätberatung – Ernährungsberatung:**

In der Schüchtermann-Klinik sind Diätassistentinnen tätig, die die Zubereitung der Mahlzeiten überwachen und Ihre Ansprechpartner in Sachen Ernährung sind. Von unseren Diätassistentinnen wird ein breit gefächertes Beratungs- und Schulungsprogramm angeboten



## Informationen A – Z

und durchgeführt. In Einzelberatungen, Kleingruppenveranstaltungen, Vorträgen und besonders praxisnah in der klinikeigenen Lehrküche werden theoretisch und praktisch die beim einzelnen Patienten angezeigten Ernährungsrichtlinien vermittelt.

Bei Bedarf werden auch Partnerberatungen ermöglicht. Spezielle Schulungsprogramme bestehen für die Bereiche Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen, Adipositas und Hypertonie.

### **Dopplerschalluntersuchungen (Doppler):**

Mit Dopplerschall kann man schmerzlos und ungefährlich den Blutfluss im Bereich der Arme und Beine (peripherer Doppler) prüfen und sehen, ob Einengungen der Strombahn vorliegen.

Doppleruntersuchungen der Arme und Beine werden im Erdgeschoss im EKG-Bereich vorgenommen. Bitte achten Sie auf die Beschilderung mit der blauen Punktmarkierung und nehmen Sie im Warteraum Platz.

### **Duplexsonographie:**

Die Duplexsonographie ist ein modernes Ultraschallverfahren, mit dem man Venen und Arterien schmerzlos und genau bildlich darstellen kann. Hierdurch können wichtige Aussagen zu Verengungen oder Verschlüssen von Blutgefäßen gemacht werden. Der überwiegende Teil unserer Blutadern lässt sich mit diesem schonenden Verfahren beurteilen.

Die Untersuchungen werden in der Echokardiographieabteilung im Erdgeschoss durchgeführt. Bitte folgen Sie der Ausschilderung zur Echokardiographie.

### **Echokardiographie (Echo):**

Bei der Echokardiographie wird durch Ultraschallwellen das Herz untersucht. Diese Untersuchung ist ebenfalls schmerzlos und absolut ungefährlich und gibt einen Eindruck in die Herzkammer- und Herzklappenfunktion. Die Untersuchung wird durchgeführt

nach Terminvereinbarung. Bitte der Ausschilderung zur Echokardiographie im Erdgeschoss folgen.

### **Elektrokardiogramm (EKG):**

Das Elektrokardiogramm ist eine Aufzeichnung der elektrischen Ströme des Herzens, die in Ruhe und bei Belastung aufgenommen werden können. Sie finden die EKG-Räume im Erdgeschoss. Bitte nehmen Sie im Warteraum Platz. Die Belastungs-EKGs werden auf einem Fahrrad unter ärztlicher Aufsicht vorgenommen. Nehmen Sie eine Stunde vor und nach dieser Untersuchung bitte nicht an herzbelastenden Anwendungen teil. Weiterhin werden hier die 24-Stunden-EKGs und 24-Stunden-Blutdruckmessungen angelegt und ausgewertet. Bitte vor dieser Untersuchung die Haut nicht mit fetthaltigen Cremes einreiben.

### **Elektrophysiologische Untersuchung (EPU):**

Die elektrophysiologische Untersuchung ist eine Herzkatheteruntersuchung zur Analyse von Herzrhythmusstörungen anhaltender Art, die im Ruhe-, Belastungs- oder Langzeit-EKG aufgefallen sind. Mit Hilfe der eingebrachten „Elektrokatheter“ können diese Rhythmusstörungen genauer analysiert werden und auch im Hinblick auf ihre Gefährlichkeit genauer eingeschätzt werden. In bestimmten Fällen kann mit Hilfe der eingebrachten Herzkatheter auch eine Therapie der Herzrhythmusstörungen erfolgen, wobei einzelne Leitungsbahnen verödet werden (Katheterablation), die für die Herzrhythmusstörungen verantwortlich sind.

### **Energiesparen:**

Energie ist nicht nur teuer, sondern wird auch knapp. Helfen Sie uns bitte beim Sparen, gehen Sie mit dem Lichtschalter, der Heizung und dem warmen Wasser sorgsam um!

# Informationen A – Z

## **Ergotherapie**

Die Erreichung einer größtmöglichen Handlungskompetenz und Selbstständigkeit in allen für die Lebensführung relevanten Bereichen, insbesondere auch dem beruflichen Anforderungsprofil, wird in der Ergotherapie angestrebt. Die Ergotherapie findet nach Verordnung durch den Arzt statt. Der Behandlungsraum befindet sich im Bereich der Cafeteria.

## **Essenszeiten:**

Die Mahlzeiten werden in den Speisesälen eingenommen, nachdem Ihnen ein fester Sitzplatz an einem nummerierten Tisch zugewiesen wurde. Wir bitten Sie, zu den Mahlzeiten in angemessener Bekleidung zu erscheinen. Nicht wünschenswert ist das Tragen eines Bademantels. Frühstück und Abendessen werden an einem Buffet ausgegeben. Sollten Sie an einer Mahlzeit nicht teilnehmen können, melden Sie dieses bitte unverzüglich der Schwester und der Serviererin. Wenn Sie bettlägerig oder so geschwächt sind, dass Sie nicht in den Speisesaal gehen können, werden die Mahlzeiten auf Ihr Zimmer gebracht.

## **Fahrgeldrückerstattung:**

Wenn der Kostenträger Ihres Aufenthaltes die Deutsche Rentenversicherung ist, haben Sie Anspruch auf Fahrgeldrückerstattung. Geben Sie bitte die Fahrkarten, IC-Zuschlagskarten und die Quittung für den Koffertransport umgehend an der Rezeption ab. Berentete Patienten haben keinen Anspruch auf Erstattung des Koffergeldes. Die Auszahlung des Fahrgeldes erfolgt aufgrund der Belege an der Rezeption. Auf diesen Termin werden Sie durch eine Information in Ihrem Postfach oder durch Ausruf während der Essenszeiten aufmerksam gemacht.

## **Freizeitangebot:**

Ihnen stehen mehrere Aufenthaltsräume für Ihre Freizeit zur Verfügung, ein Lese- und Spielzimmer, ein Fernsehraum mit Sky Sport / Bundesliga-Empfang, eine Cafeteria und ein großer Aufenthaltsbereich. Im Park befinden sich eine Außenschachanlage und eine Bocciabahn. Alle Termine für das Freizeitangebot werden an Informationsständen im Eingangsbereich bekannt gegeben. Die Rezeption hält Gesellschaftsspiele für Sie bereit. Bitte erkundigen Sie sich dort auch nach den Bocciakugeln und den Schachfiguren für die Außenspielfelder.

## **Gästehaus Heinrich Schüchtermann:**

Es besteht die Möglichkeit, dass Sie Ihre Besucher und Angehörigen in unmittelbarer Kliniknähe unterbringen und Sie somit Ihren Aufenthalt in Bad Rothenfelde gemeinsam verbringen können. Wenn Sie hierzu noch weitere Auskünfte wünschen, können Sie sich unter der Telefonnummer 616 bei der Koordinatorin Hotellerie oder den Mitarbeitern des Empfangs erkundigen.

## **Gesundheitstraining:**

Das Team der Schüchtermann-Klinik bietet Ihnen in Vorträgen und Schulungen ein umfassendes Informationsprogramm. Die Kolleginnen und Kollegen aus den Bereichen Diätassistenten, Bewegungstherapie, Krankenpflege, Medizin und Psychologie wollen Ihnen im Gesundheitstraining Herz- und Gefäßerkrankungen und deren Risikofaktoren erklären, Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten darstellen und Möglichkeiten zur Vorbeugung von Herz- und Kreislaufkrankheiten zeigen. Die Veranstaltungen finden im Gesundheitstrainingssaal 170 statt. Sie werden ärztlich verordnet und

# Informationen A – Z

Sie sind zum Besuch verpflichtet, da diese Vorträge, Diskussionen und Beratungen Teil des Rehabilitationsprogramms sind.

## **Getränke:**

Auf jeder Station stehen Trinkwasserspender kostenlos zur Verfügung. Bitte benutzen Sie Ihre Wasserkaraffe, die Sie im Speisesaal für eine Leihgebühr von 5,- EUR erhalten. Insbesondere an warmen Tagen ist der Flüssigkeitsbedarf nach der Bewegungstherapie erhöht, und Sie sollten reichlich von diesem Getränkeangebot Gebrauch machen. Eingeschränkt werden muss die Trinkmenge allerdings bei Patienten, die unter einer Herzschwäche leiden und individuell beraten werden.

## **Gewichtsmessung:**

Bitte wiegen Sie sich laut ärztlicher Anordnung mit immer gleicher leichter Kleidung (Trainingsanzug) und tragen Sie die Werte bitte in Ihr Protokoll ein. Notieren Sie auch Ihr Ausgangsgewicht vor Beginn der aktuellen Krankheitsphase!

## **Gruppeneinteilung:**

Für die Durchführung der Bewegungstherapie werden Patienten mit vergleichbarer Belastbarkeit aus organisatorischen Gründen in Gruppen zusammengefasst. Die Abkürzungen TG (Trainingsgruppe) bzw. ÜG (Übungsgruppe) beinhalten, dass Sie an einem Programm mit Ergometertraining, Gymnastik, Schwimmen oder Wassergymnastik teilnehmen. In den Hockergruppen (HG) stehen funktionelle Gymnastik sowie regelmäßige Spaziergänge im Vordergrund, um das Herz-Kreislaufsystem zu stabilisieren. Daneben gibt es für alle Patienten ein umfangreiches Angebot balneo-physikalischer Behandlungen. Patienten mit Durchblutungs-

störungen der Beine (arterielle Verschlusskrankheit) erhalten ein besonderes Therapieprogramm in der AVK- Gruppe in Form von Gefäßgymnastik und Laufbandtraining.

## **Hausordnung:**

Im gesamten Klinikbereich ist das Rauchen verboten. Von 22.30 – 6.00 Uhr muss absolute Nachtruhe eingehalten werden, und jeder Patient sollte unaufgefordert sein Zimmer aufgesucht haben. Eine Verlängerung der Ausgehzeit ist nur bei besonderen Veranstaltungen im Ort ausnahmsweise möglich. Ein Verstoß gegen die Hausordnung kann einen Klinikverweis nach sich ziehen. Wir müssen darauf achten, dass durch undiszipliniertes Verhalten andere Patienten nicht gefährdet bzw. belästigt werden.

## **Herzgruppe (Ambulante Herzgruppe):**

Nach der Rehabilitation in der Schüchtermann-Klinik sollten Sie eine ambulante Herzgruppe an ihrem Wohnort aufsuchen zur Fortsetzung der Bewegungstherapie und Gesundheitserziehung. Entsprechende Anschriften und Empfehlungen erhalten Sie von unseren Bewegungstherapeuten und betreuenden Ärzten, die auch einen Antrag ausfüllen für die Übernahme der Kosten durch die Krankenkassen oder Rentenversicherungsträger. Für Patienten aus Bad Rothenfelde, Dissen und Hilter sind mehrere Herzgruppen an der Schüchtermann-Klinik angesiedelt. Ansprechpartner für weitere Auskünfte ist unser Leitender Sportlehrer Herr Schlierkamp.

## **Herzkatheter:**

Sowohl von der Vene als auch von der Arterie aus können bei besonderen Fragestellungen Herzkatheteruntersuchungen notwendig sein, auf die die Schüchtermann-Klinik/Herzzentrum Osnabrück-Bad Rothenfelde spezialisiert ist. Es handelt sich dabei

## Informationen A – Z

um Eingriffe mit geringem Risiko. Über die Art der Katheteruntersuchung, über deren Notwendigkeit und Aussage und auch über mögliche Komplikationen klärt sie der Stationsarzt vorher gründlich auf. Erst nach dieser Aufklärung gibt der Patient sein mündliches und schriftliches Einverständnis zur Durchführung der Herzkatheteruntersuchung. Bei der Einschwemm-katheteruntersuchung handelt es sich um eine risikoarme Untersuchung von der Vene aus, um die Pumpfunktion des Herzens in Ruhe und bei Belastung zu beurteilen.

Bei der Herzkranzarteriendarstellung (Koronarangiographie) wird der Herzkatheter von einer Arterie aus eingeführt. Durch Kontrastmittelinjektion über den Katheter werden die Herzkranzarterien und die Herzkammern dargestellt. Die dabei angefertigten Aufnahmen zeigen genau, an welchen Stellen und in welchem Ausmaß Arterien eingeengt oder verschlossen sind, und wo Herzinfarktfolgen im Herzmuskel liegen. Diese Erkenntnisse sind unerlässlich für die Entscheidung zur Herzoperation oder Ballonaufweitung (PTCA). Diese Eingriffe werden auch in der Schüchtermann-Klinik durchgeführt. Nach der Untersuchung sind ein Druckverband für ca. 6 Stunden über dem Zugang an der Arterie und Bettruhe bis zum Folgetag unumgänglich.

### **Herzoperationen:**

In der Schüchtermann-Klinik/Herzzentrum Osnabrück-Bad Rothenfelde werden Herzoperationen durchgeführt. Nach der Behandlung auf der Herzchirurgischen Intensivstation und Überwachungsstation erfolgt die nahtlose Verlegung zur Rehabilitationsstation in die Anschlussheilbehandlung.

### **Herzschrittmacher/Herzdefibrillatoren:**

Die Einpflanzung dieser Aggregate wird in der Herzchirurgie und Kardiologie von Spezialisten gemeinsam

vorgenommen. Die Nachsorge erfolgt über unsere Ambulanz oder bei anderen Kardiologen in deren Praxis oder im Heimatkrankenhaus in festgelegten Zeitintervallen.

Die Entscheidung für diese komplexe Behandlung erfordert gründliche Voruntersuchungen und wird ausführlich mit dem Patienten besprochen ebenso wie besondere Verhaltensweisen nach der Implantation.

### **Informationstafeln:**

Auf allen Stationsfluren befinden sich Informationstafeln, die unter der Rubrik „Aktuelles“ wichtige Mitteilungen, z. B. Terminänderungen von Visiten, ankündigen. Informieren Sie sich täglich! Weitere Informationstafeln finden Sie im Eingangsbereich zum Speisesaal.

### **INR-Schulung:**

Für Patienten, die lebenslang Marcumar einnehmen müssen (wie z. B. nach operativem Einsetzen einer künstlichen Herzklappe), wird bei uns eine Schulung zur Selbstbestimmung des INR-Wertes angeboten. Der INR-Wert wird mit einem handlichen Gerät ermittelt, ähnlich wie die Blutzuckerbestimmung beim Diabetiker. Die Kosten für das Gerät werden in der Regel von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Interessierte Patienten melden sich bitte bei der Stationschwester bzw. beim Stationsarzt.

### **Intensivstation:**

Die Schüchtermann-Klinik verfügt über modern eingerichtete Intensiv- und Überwachungsstationen. Diese Einrichtungen werden Sie nur im Notfall oder nach einer Herzkatheteruntersuchung kennen lernen, wenn eine Überwachung Ihres Herzrhythmus und Ihres Kreislaufes durch Geräte vorübergehend notwendig ist. Dies wird dann auf den Stationen 1, 6 oder 7 durchgeführt.

# Informationen A – Z

## **Kurkarte:**

Patienten der Rehabilitationsabteilung finden in Ihrem Postfach am Tag nach der Anreise eine Kurkarte, die Ihnen freien Zugang gibt zu Kureinrichtungen wie Kurpark und Kurhaus. Sie erhalten außerdem eine Ermäßigung auf Veranstaltungen der Kurverwaltung.

## **Labor:**

Im klinisch-chemischen Labor werden alle Blutuntersuchungen durchgeführt. Gelegentlich müssen Sie zu bestimmten Untersuchungen direkt ins Labor gehen. Es befindet sich im Untergeschoss.

## **Langzeit-EKG / Langzeit-Blutdruckmessung:**

Auf einem Speicher werden über 24 Stunden die Herzstromkurven oder die Blutdruckwerte aufgezeichnet, um bedrohliche Rhythmusstörungen oder Blutdruckschwankungen aufzudecken und die medikamentöse Behandlung zu überprüfen. Sie sollten sich dabei normal körperlich belasten und auf den Begleitzettel eine Notiz schreiben, falls Sie sich besonders belasten, falls Sie sich nicht wohl fühlen oder falls Sie Störungen der Herzschlagfähigkeit bemerken. Das Anlegen der Messgeräte erfolgt in der EKG-Abteilung.

## **Lehrküche:**

Die Teilnahme an der Lehrküche wird im allgemeinen ärztlich verordnet. Interessierte Patienten können sich darüber hinaus bei den Diätassistentinnen melden, die bei Bedarf auch Partnerberatungen ermöglichen.

## **Lungenfunktion:**

Bei verschiedenen Erkrankungen der Lunge und der Bronchien kommt es zu einer Verschlechterung der Leistungsfähigkeit dieser Organe, was sich für den Patienten meistens in Form von Luftnot bemerkbar macht. Die Einschränkung der Leistungsfähigkeit

der Lunge und der Bronchien kann durch Atemtests (Lungenfunktionsprüfung) gemessen werden. Diese Untersuchung wird in der EKG-Abteilung durchgeführt.

## **Magnetresonanztomographie (MRT) /**

### **Kernspintomographie:**

Mit der Magnetresonanztomographie werden Schnittbilder erzeugt. Das Verfahren basiert auf dem Prinzip der Magnetresonanz. Mit Hilfe eines starken Magnetfeldes werden Wasserstoffteilchen magnetisch ausgerichtet. Durch zusätzliches Einbringen von Hochfrequenzfeldern (die für die Klopf- und Brummgeräusche verantwortlich sind) können die verschiedenen Gewebe aufgrund ihrer unterschiedlichen magnetischen Wechselwirkungen differenziert werden. Die bei der MRT verwendete elektromagnetische Strahlung ist, ähnlich wie Radiowellen, viele Größenordnungen kleiner als Röntgenstrahlen, weshalb keine Strahlenbelastung entsteht. Da es sich um ein starkes Magnetfeld handelt, müssen alle metallischen Gegenstände vor der Untersuchung abgelegt werden. Patienten mit Herzschrittmacher sollen generell nicht untersucht werden. Patienten mit anderen eisenhaltigen Implantaten oder Verletzungen durch Metallsplitter sollten nur nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt untersucht werden.

Die Untersuchungsräume befinden sich im Untergeschoss.

## **Medikamente:**

Die Medikamente werden in Plastikschälchen mit 4 Fächern für die Einnahme „morgens, mittags, abends und nachts“ aufgestellt. Bitte nehmen Sie die Medikamente zu oder unmittelbar nach den Mahlzeiten ein, falls nicht anders vom Arzt verordnet. Marcumartabletten nehmen Sie so ein, wie es in Ihrem roten Ausweis vom Arzt notiert worden ist. In diesen

## Informationen A – Z

Ausweis werden auch die aktuellen Blutgerinnungswerte eingetragen.

Um Ihre Selbständigkeit in Bezug auf das Medikamentenmanagement zu fördern, werden Sie zu Beginn Ihres Aufenthaltes durch die Pflegekräfte geschult, Ihre Medikamente eigenverantwortlich zusammenzustellen und einzunehmen.

Die Medikamentenzusammenstellung wird Ihnen im Laufe des Aufenthalts vom Ärzteteam erklärt. Die in der Schüchtermann-Klinik am häufigsten verordneten Medikamente sind nach wichtigsten Wirkungen und Nebenwirkungen in dieser Broschüre aufgeführt (Medikamente – Wirkung und Nebenwirkung). Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an das Ärzteteam Ihrer Station.

### **Mittagsruhe:**

Von 13.00 – 14.00 Uhr ist Mittagsruhe. Gehen Sie bitte auf Ihr Zimmer und ruhen Sie sich aus. In dieser Zeit wird Ihr Arzt Sie zur Visite aufsuchen.

### **Nachtruhe:**

Ab 22.30 Uhr ist Nachtruhe. Bitte halten Sie sich dann nur noch auf dem eigenen Zimmer auf.

### **Nichtrauchertraining:**

Für Patienten, die zum Zeitpunkt der Aufnahme in die Klinik noch rauchen bzw. im Nichtrauchen noch nicht sicher sind, haben die Psychologen ein Nichtrauchertraining organisiert, das ärztlich verordnet wird. Die Teilnahme ist verpflichtend. In Ihrem Therapieplan werden die Zeiten für das Nichtrauchertraining eingetragen. Sie können sich auch selbst zu einem Trainingskurs bei den Psychologen anmelden, indem Sie dies auf dem von der psychologischen Abteilung ausgehändigten Fragebogen ankreuzen.

### **Parkplatz:**

Ihren PKW können Sie auf dem großen, beleuchteten Zentralparkplatz oder im Parkhaus an der Ulmenallee, ca. 200 m von der Klinik entfernt parken. Bitte beachten Sie, dass beide Parkplätze kostenpflichtig sind.

### **Patientenaufklärung:**

Sie werden im Rahmen der Visiten, bei Aufnahme- und Entlassungsgespräch vom Ärzteteam Ihrer Station über Untersuchungsergebnisse, Änderungen der Medikamente und andere Behandlungsempfehlungen informiert. Vor einer Herzkatheteruntersuchung, einer Ultraschalluntersuchung über die Speiseröhre, einer elektrischen Kardioversion mittels Stromstoß, einer Entlastungspunktion oder einer MRT-Untersuchung ist eine schriftliche und mündliche Aufklärung durch das Ärzteteam notwendig.

Erst wenn Sie ausreichend informiert wurden und einverstanden sind, sollten Sie dies durch Ihre Unterschrift auf dem Aufklärungsbogen zeigen.

### **Patientenfragebogen:**

Sie erhalten einen Patientenfragebogen eine Woche vor Ihrer Abreise. Es ist für uns sehr wichtig zu erfahren, welchen Eindruck Sie von unserer Klinik gewonnen haben. Aus diesem Grund bitten wir Sie, den Fragebogen einen Tag vor Ihrer Abreise ausgefüllt in den Briefkasten am Empfang einzuwerfen. Für eventuelle Anregungen und Verbesserungsvorschläge sind wir Ihnen dankbar. Ihre Daten werden nicht personenbezogen ausgewertet und auch nicht an Dritte weitergegeben.

### **Patientenfürsprecher**

Während des Klinikaufenthaltes können immer Fragen und Probleme auftreten. Für diese Anliegen haben wir ein offenes Ohr und freuen uns, wenn

## Informationen A – Z

Sie uns ansprechen. Unsere Leitung Services stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

Uns ist auch bewusst, dass es Situationen geben kann, in denen man lieber mit einer unabhängigen Person sprechen möchte. In diesem Fall wenden Sie sich gerne an unseren Patientenfürsprecher Hr. Wilms.

Der Patientenfürsprecher ist kein Angestellter der Schüchtermann-Klinik, unterliegt aber selbstverständlich der Schweigepflicht. Wenn Sie mit Hr. Wilms Kontakt aufnehmen möchten, können Sie das unter der Rufnummer 0163 1316030 tun.

### **Personenaufzug:**

Beim Schließvorgang der Aufzugstür vermeiden Sie bitte, durch Einwirkung mit Fuß, Hand oder Gegenständen den Aufzug zu stoppen, weil hierdurch erhebliche Schäden und Sicherheitsrisiken entstehen. Sollte trotzdem der Personenaufzug einmal stehen bleiben, verhalten Sie sich bitte ruhig und drücken Sie die Notklingel. Sie werden dann kurzfristig von der technischen Bereitschaft des Hauses befreit. Der Aufzug am Ende Ihres Stationsflures führt über alle Stationen bis in die Therapieabteilung.

### **Physiotherapie:**

Die Physiotherapie findet nach Verordnung des Arztes in der Therapieabteilung statt. Bei Bettlägerigkeit kommt der/die Physiotherapeut/in zu Ihnen auf das Zimmer.

### **Postfach:**

An Ihrem Schlüsselbund befindet sich der Schlüssel zu Ihrem Postfach. Die Postfachnummer ist identisch mit Ihrer Zimmernummer. Die täglich eintreffende Post und Ihre Zeitung werden in Ihr Postfach sortiert. Freitags ab 18.00 Uhr finden Sie hier den Behandlungsplan der kommenden Woche. Außerdem finden

Sie in diesem Fach hausinterne Mitteilungen. Bitte überprüfen Sie täglich den Inhalt Ihres Postfaches. Benutzen Sie dieses Fach nicht zur Aufbewahrung von Wertgegenständen. Ausgehende Post können Sie beim Empfang abgeben.

### **Psychologische Abteilung:**

Einzel- und Gruppengespräche, Autogenes Training, Entspannungstraining, Raucherentwöhnung, Verhaltenstraining für Übergewichtige und Gesprächsgruppen zur Stressbewältigung werden durch die Psychologen durchgeführt. Die Psychologische Abteilung mit Räumen für Gruppentherapien und Gesundheitstraining befindet sich im Anbau auf der Höhe des 1. Obergeschosses (Station 1), erreichbar mit dem Fahrstuhl, der von jeder Station auch zur Therapieabteilung führt. Bitte den Ausschilderungen mit dem Logo Gesundheitstraining auf den Wegweisern folgen! Informationen und Beratungsgespräche bei beruflichen Problemen, zu Fragen der Berentung und zum Schwerbehindertenausweis erhalten Sie vom Sozialdienst, der sich ebenfalls in der Psychologischen Abteilung befindet (s. Stichwort Sozialdienst). Terminvereinbarungen für den Sozialdienst erfolgen direkt bei den Sozialarbeitern, Tel. 530/534, oder über die Psychologische Assistentin, Tel. 617, die auch Anmeldungen zu psychologischen Einzelgesprächen und Gruppen von montags bis freitags 11.00 – 11.30 Uhr entgegennimmt.

### **Rauchverbot:**

Im gesamten Klinikbereich gilt ein **absolutes Rauchverbot**. Hierzu gehören auch die Cafeteria mit Terrasse, die Außen- und Parkanlagen, die Patientenzimmer und die Treppenzone vor dem Klinikhaupteingang. Nichtbeachtung dieser Vorschrift kann zur vorzeitigen Entlassung des Patienten aus disziplinarischen Gründen führen wegen Verstoßes gegen die Hausordnung.

# Informationen A – Z

## **Reinigung:**

Ihr Zimmer wird werktags gereinigt. Handtücher werden zweimal wöchentlich gewechselt, die Bettwäsche wöchentlich.

## **Röntgen:**

Röntgenbilder vom Brustraum zur Beurteilung von Herz und Lunge werden in der Röntgenabteilung angefertigt.

Die Röntgenabteilung befindet sich im Erdgeschoss.

## **Rollstuhlfahrer:**

Am Haupteingang der Klinik befindet sich außen ein Fahrstuhl für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrer. Ein Fahrstuhl am Ende des Stationsflures führt von der Station direkt in die Therapieabteilung. Außerdem erreichen Sie die Aufenthaltszone über einen Rollstuhlaufzug. Von der Aufenthaltszone aus gelangen Sie ebenerdig in den Klinikpark und auf die Straße.

## **Schlaflabor:**

Man weiß, dass ca. 50 % – insbesondere der männlichen – Bevölkerung im Schlaf schnarchen. Man schätzt, dass ein kleiner Anteil hiervon, insbesondere Männer zwischen dem 30. und 60. Lebensjahr, an einer begleitenden schlafbezogenen Atmungsstörung (Schlafapnoe) leidet, welche zu nächtlichen Atemstillständen während des Schlafes mit Auswirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem führt. Die Verdachtsdiagnose kann gestellt werden mit einem Messsystem, welches ähnlich wie ein Langzeit-EKG mittels Klebeelektroden am Körper befestigt wird. Das Aufzeichnungsgerät in Größe eines Taschenbuches schränkt die Bewegungsfreiheit nicht nennenswert ein. Die Aufzeichnung geschieht automatisch während des Nachtschlafes. Das Anlegen des Messgerätes erfolgt in der EKG-Abteilung.

## **Schlüsselbund/Transponder:**

Auf dem Schlüsselanhänger steht die Zimmernummer. Mit dem Transponder können Sie Ihre Zimmertür öffnen. Ein Schlüssel gehört zu Ihrem Postfach. Die Zimmernummer und Ihre Postfachnummer sind identisch.

## **Schmerzmessung**

Um festzustellen, ob Ihre medikamentöse Schmerztherapie ausreichend ist, werden Sie von den Pflegekräften angeleitet, Ihre Schmerzintensität 3-mal täglich anhand einer Skala von 0 (für keine Schmerzen) bis 10 (für stärkst vorstellbare Schmerzen) zu beurteilen und auf dem Schmerzprotokoll zu dokumentieren. In Abhängigkeit von den Ergebnissen wird Ihre medikamentöse Therapie angepasst.

## **Schüchtermann:**

Die Klinik ist benannt nach Heinrich Schüchtermann, der 1839 in Recklinghausen geboren wurde und das Uhrmacherhandwerk erlernte. Als bedeutender Industrieller des Bergbaus in Dortmund hatte er bereits zu Lebenszeiten einen Ruf als Förderer und Wohltäter. Er gründete die „Bad Rothenfelder Solbad- und Saline-AG“, aus der 1973 die Schüchtermann-Klinik ihren Ursprung nahm.

## **Schweigepflichtentbindung:**

Alle Ärzte und Mitarbeiter der Schüchtermann-Klinik unterliegen der Schweigepflicht und dem Datenschutz. Sie können die Ärzte von Ihrer Schweigepflicht entbinden durch Unterzeichnung einer entsprechenden Erklärung, die Ihnen von der Schwester vorgelegt wird.

## **Schwerbehindertenausweis:**

Antragsformulare und Beratungen zum Schwerbehindertenausweis erhalten Sie beim Sozialdienst in



# Informationen A – Z

der Psychologischen Abteilung. Die Sprechzeiten zur Schwerbehinderten-Beratung sind mittwochs und freitags in der Zeit von 15.30 – 16.15 Uhr im Raum 166.

## **Schwimmbad:**

Die Erlaubnis zur Benutzung des Schwimmbades wird vom Arzt verordnet. Während der Therapiezeiten stehen Ihnen das Schwimmbad und alle anderen Therapieeinrichtungen nur unter Aufsicht des Personals zur Verfügung. Darüber hinaus können gut belastbare Patienten am Wochenende von 8.00 – 12.00 Uhr das Schwimmbad unter DLRG-Aufsicht benutzen. In diesen Fällen befindet sich auf dem Therapieplan ein entsprechender Hinweis. Da das Schwimmen eine erhebliche körperliche Belastung darstellt und das Herz überfordern kann, werden viele Patienten nicht am Schwimmtraining teilnehmen.

## **Sozialdienst:**

Die Sozialarbeiter haben ihr Büro in der psychologischen Abteilung.

Ein Schwerpunkt des Sozialdienstes sind Informationen und Beratungen zum Problemfeld „Erkrankung – Arbeitsplatz“. Darüber hinaus können Fragen zur Berentung angesprochen werden. Des Weiteren sind Ihnen die Sozialarbeiter behilflich bei der Erlangung von ambulanten Hilfen nach Abschluss der Heilmaßnahme. Der Sozialdienst hat eine offene Sprechstunde mittwochs und freitags von 15.30 – 16.15 Uhr im Raum 166 (Psychologische Abteilung).

## **Spiroergometrie:**

Die Spiroergometrie ist ein Belastungstest (auf dem Fahrradergometer oder Laufband) zur Bestimmung der körperlichen Leistungsfähigkeit. Neben der Aufzeichnung von Puls, Blutdruck und EKG werden über eine Atemmaske auch die Sauerstoffaufnahme

und Kohlendioxidabgabe gemessen. Es lassen sich somit Einschränkungen der Herz-Kreislauf-Arbeit und der Atemfunktion erkennen. Die gewonnenen Daten dienen zusätzlich der Steuerung Ihres Trainingsprogramms. Diese Untersuchung wird im Therapiebereich in der Abteilung Sportmedizin durchgeführt.

## **Sprechzeiten:**

Sollten sich in begründeten Fällen Fragen oder Probleme ergeben, die nicht im Rahmen der Stationsvisiten zu klären sind, haben Sie die Möglichkeit, unsere leitenden Mitarbeiter persönlich zu sprechen. Zur Terminabstimmung melden Sie sich bitte am Empfang der Therapieabteilung und schildern Sie dort in groben Zügen Ihr Anliegen, damit sich Ihr gewünschter Gesprächspartner entsprechend vorbereiten kann.

## **Station:**

Die Stationen 2, 3, 4 und 5 werden jeweils geführt von Stationsärzten, einem Oberarzt und mehreren Pflegekräften. Die Namen der Mitarbeiter entnehmen Sie bitte der Tafel neben dem Stationsarztzimmer und dem Schwesternzimmer. Alle Mitarbeiter der Schüchtermann-Klinik tragen ein Namensschild. Der Stationsarzt ist werktags 8.00 – 16.30 Uhr in der Klinik zu erreichen. Danach, an Wochenenden und Feiertagen wird er durch den diensthabenden Arzt vertreten. Zwei Ärzte sind immer in Dienstbereitschaft in der Klinik anwesend. Die diensthabenden Krankenschwestern/-pfleger sind immer zu erreichen durch den Schwesternruf (Klingel) an Ihrem Bett. Ein weiterer Schwesternruf befindet sich in Ihrer Nasszelle und im Flur. An Werktagen sind die Stationen 2, 3, 4, und 5 von 6.00 – 20.00 Uhr besetzt. Von 18.00 – 20.00 Uhr befindet sich die diensthabende Pflegekraft auf Station 3 und 4.

# Informationen A – Z

## **Stimm- und Sprachtherapie:**

Für Patienten mit Sprachbehinderungen oder Lähmungen (z. B. nach Schlaganfall) erteilt eine Logopädin Unterricht. Die Sprechtherapie wird auf dem Patientenzimmer durchgeführt. Die jeweiligen Termine finden Sie in Ihrem Therapieplan und müssen vorrangig wahrgenommen werden, da Ausweichtermine nicht zur Verfügung stehen.

## **Telefon:**

Im Erdgeschossbereich befindet sich ein Münzfernsprecher. Weitere Informationen zum Telefon finden Sie in dieser Broschüre.

## **Therapieabteilung:**

Die Therapieabteilung im Untergeschoss kann erreicht werden über einen Aufzug, der von jeder Station direkt in die Abteilung führt, und über eine Treppe am Eingang zur Therapieabteilung, wo sich auch die Anmeldung befindet. Zu den Behandlungen in der Therapieabteilung gehen Sie bitte im Trainingsanzug oder im Bademantel. Handtücher sind vorhanden und brauchen nur zum Schwimmen mitgebracht zu werden. Bitte nehmen Sie Platz vor den Therapieräumen und warten Sie, bis Sie zu den Behandlungen aufgerufen werden. Bitte informieren Sie das Therapieplanungsbüro oder Ihren Therapeuten, wenn Sie Termine nicht einhalten können oder Behandlungen ausfallen müssen. Ihr Therapeut wird sich um eine Terminverlegung bemühen. Terminänderungen werden in der Anmeldung der Therapieabteilung vorgenommen. Bitte gehen Sie nach der Soleinhalation für etwa eine halbe Stunde nicht nach draußen. Halten Sie auch auf jeden Fall die nach den Anwendungen vorgeschriebenen Ruhezeiten ein. Die Therapiezeiten sind Montag bis Freitag von 7.00 – 12.00 Uhr und von 14.00 – 17.00 Uhr.

Oft wird von Patienten der Wunsch geäußert, Termine nur auf den Vormittag oder Nachmittag zu legen. Diesem Wunsch kann aus therapeutischen und organisatorischen Gründen nicht entsprochen werden.

## **Therapieplan:**

Dem Therapieplan können Sie Ihre Gruppeneinteilung, die vorgesehenen Therapiemaßnahmen und Therapiezeiten entnehmen. Dieser Plan ist nicht starr, er wird Ihren Bedürfnissen und Befunden angepasst. So können auch Behandlungen, die Sie offensichtlich nicht vertragen oder Sie überlasten, durch den Stationsarzt gestrichen oder ersetzt werden.

Die Änderungen werden im Planbüro der Therapieabteilung vorgenommen. Den geänderten Plan erhalten Sie kurzfristig auf der Station ausgehändigt oder er liegt in Ihrem Postfach. Bringen Sie bitte zu allen Therapieanwendungen Ihren Therapieplan mit, auch zur psychologischen Therapie, zur Rehaberatung und zum Gesundheitstraining, da Ihre Teilnahme testiert wird. Halten Sie bitte die Termine pünktlich ein. Verspätungen können nicht ausgeglichen werden. Überschneidungen mit anderen Terminen sind manchmal unvermeidbar. Die Therapieabteilung wird sich in solchen Fällen bemühen, Termine zu verlegen. Arztvisiten, Untersuchungen und Gesundheitstraining haben Vorrang vor Therapien. Ihren ersten Therapieplan bekommen Sie bei der Visite vom Stationsarzt ausgehändigt.

## **Trainingsherzfrequenz:**

Allen gut belastbaren Patienten wird am Ende des Reha-Aufenthaltes ihre persönliche Trainingsherzfrequenz mitgeteilt. Diese wird während des Belastungs-EKGs ermittelt und stellt das ideale Belastungsniveau dar. Sie sollten ihre Trainingsfrequenz 4 bis 5 mal wöchentlich beim Ausdauertraining durch Gehen, Walking, Radfahren, Schwimmen etc. erreichen.

# Informationen A – Z

## **Unfall:**

Bei einem Unfall auch mit leichteren Verletzungen melden Sie sich bitte sofort bei der diensthabenden Schwester oder beim diensthabenden Arzt. Sie genießen bei Unfällen in der Klinik und im Rahmen der Therapie einen Unfallversicherungsschutz.

## **Verwaltung:**

Die Verwaltung befindet sich im Erdgeschoss. Sie ist zuständig für alle Fragen der Abrechnung, der Auszahlung des Fahrgeldes und für die Zimmerzuteilung. Bescheinigungen über die Aufenthaltsdauer werden Ihnen von den Mitarbeiterinnen der Patientenaufnahme ausgestellt.

## **Visiten:**

Täglich erfolgt eine Visite durch den Stationsarzt werktags in der Zeit zwischen 13.00 und 14.00 Uhr. Wöchentlich kommt der Oberarzt, gelegentlich auch der Chefarzt, zur Visite. Die Termine für die Oberarztvisite entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan. Zur Visite sollten Sie nur leicht bekleidet sein, da Sie oftmals durch den Arzt untersucht werden müssen. Sie können sich zur Visite auf einem Zettel Stichworte zu Fragen notieren, die Sie gerne von den Ärzten beantwortet haben möchten. Im Rahmen der Visite werden Sie vom Arzt über die Untersuchungsbefunde aufgeklärt und es wird Ihnen die Behandlung erläutert. Bei der letzten Visite vor Ihrer Abreise wird die Frage der künftigen Arbeitsfähigkeit und Belastbarkeit angesprochen und entschieden.

## **Wann melde ich mich sofort bei der Schwester oder beim Arzt?**

Immer dann, wenn es Ihnen plötzlich schlecht geht, wenn z. B. Druck hinter dem Brustbein auftritt oder sich Kurzatmigkeit einstellt in Ruhe oder bei körperlicher Belastung, wenn Sie Herzstolpern und -rasen

verspüren, wenn plötzlich Schwindel oder Kollaps auftreten. Eine Rufanlage können Sie von Ihrem Bett aus oder in Ihrer Nasszelle betätigen.

## **Waschmaschine und Trockner:**

Für die Benutzung der Waschmaschine und des Trockners können Sie, gegen eine Gebühr, den Schlüssel für den Waschraum an der Rezeption erhalten. Die Nutzung der Waschmaschine und des Trockners kann in der Zeit von 8.00 – 18.00 Uhr erfolgen. Der Waschraum befindet sich auf der Station 5 in Raum 527.

## **Wertgegenstände:**

Ihre Wertgegenstände sollten Sie im Safe des Empfangs deponieren. Für Gegenstände, die aus Ihrem Zimmer entwendet werden, kann der Klinikträger keine Haftung übernehmen.

## **Wie bereiten Sie Ihre Abreise vor?**

Vor der Abreise erfolgen noch einige Abschlussuntersuchungen (laut Therapieplan) und ein Abschlussgespräch mit Ihrem Stationsarzt. Diesen Termin können Sie einem Aushang an der Info-Tafel auf dem Stationsflur entnehmen.

Der Stationsarzt wird mit Ihnen besprechen, ob und ggf. zu welchem Zeitpunkt Sie Ihre berufliche Tätigkeit wieder aufnehmen können, welche Medikamente Sie in Zukunft weiter einnehmen müssen und ob Sie die Bewegungstherapie in einer ambulanten Herzgruppe fortführen sollen. Die wichtigsten Informationen wird Ihnen der Stationsarzt in einem kurzgefassten vorläufigen Bericht an Ihren Hausarzt mitgeben. Der ausführliche Entlassungsbericht wird Ihrem Hausarzt etwas später zugehen. Die mitgebrachten Befunde fordern Sie bitte bei Ihrem Stationsarzt oder bei Ihrer Stationschwester zurück. Vor der Abreise geben Sie bitte Ihren Therapieplan und alle Messprotokolle im Schwestern-

# Informationen A – Z

zimmer Ihrer Station ab. Wenn Sie mit der Bahn nach Hause fahren, setzen sie sich bitte einige Tage vorher mit der Rezeption in Verbindung zur Regelung der Kofferausgabe und weiterer Formalitäten. Bitte räumen Sie Ihr Zimmer am Abreisetag bis ca. 8.00 Uhr. Ihren Zimmerschlüssel geben Sie bitte bei der Rezeption ab.

## **Wochenendregelung:**

Der Samstag und Sonntag steht Ihnen zur freien Verfügung. Sie werden allerdings wie an jedem anderen Tag um 7.00 Uhr durch die Schwester geweckt und wir bitten Sie, die vorgeschriebenen Zeiten für die Mahlzeiten einzuhalten. Im Ausnahmefall melden Sie sich von einer Mahlzeit rechtzeitig bei der Schwester und bei der Serviererin ab.

Blutentnahmen, Blutdruckmessungen, EKG-Schreibungen und Verbandwechsel erfolgen an Sonn- und Feiertagen durch die Schwestern auf der Station 3 und 4 zu folgenden Zeiten:

Blutabnahmen	7.15 – 7.45 Uhr
Verbandwechsel	9.30 – 11.00 Uhr
EKG schreiben und Blutdruck messen	9.30 – 12.00 Uhr
Spritzen	7.00 – 17.00 Uhr

# Erläuterungen zur Therapiekarte

## Bewegungstherapie

### **Ergometertraining:**

Hierunter versteht man das Radfahren als Ausdauertraining auf einem modernen Standfahrrad. Die Pulsfrequenz und das EKG werden ständig kontrolliert und notiert. Der Patient sollte dabei seinen Trainingspuls erreichen und den individuell eingestellten Widerstand (Wattleistung) 15 Minuten einhalten. Die positiven Veränderungen am Herz-Kreislauf-System zeigen sich in einer Leistungssteigerung, Puls- und Blutdrucksenkung und in einer Linderung von Atem- und Herzbeschwerden.

### **Gymnastik:**

Für alle Gruppen bietet die Schüchtermann-Klinik ein individuell abgestimmtes Gymnastikprogramm. Besondere Schwerpunkte sind die Gymnastik für herzoperierte Patienten und für Patienten mit Durchblutungsstörungen der Beine. Für Patienten mit Herzschwäche wird die Hockergymnastik durchgeführt. Neben dieser Funktionsgymnastik zur verbesserten Beweglichkeit des Körpers, was Herz und Kreislauf entlastet, werden Sie auch noch spielerische Übungen mitmachen, die keinen Wettkampfcharakter haben.

### **Physiotherapie:**

Die Physiotherapie erfolgt nach Verordnung des Arztes bei zusätzlichen Erkrankungen der Gefäße, der Atemwege, bei neurologischen Erkrankungen sowie Erkrankungen des Bewegungsapparates. Die Einzeltherapie ermöglicht eine individuell auf den Patienten und sein Krankheitsbild abgestimmte Behandlung.

Hier werden in Einzelgymnastik durch Anleitung und Hilfe eines Physiotherapeuten Bewegungen zur Überwindung einer körperlichen Einschränkung wieder eingeübt. Diese Übungen sollten Sie möglichst häufig

alleine weiterführen. Der Erfolg hängt gerade hier von Ihrer Mitarbeit ab.

### **Muskelaufbautraining an medizinischen Trainingstherapiegeräten (MTT):**

Das Muskelaufbautraining an medizinischen Trainingstherapiegeräten stellt oftmals eine sinnvolle Ergänzung zu dem bewegungstherapeutischen und physiotherapeutischen Übungsprogramm dar. Durch Verwendung spezieller Geräte soll eine Verbesserung der Kraftausdauer bzw. ein Muskelaufbau erzielt werden.

### **Laufbandtraining:**

Für Patienten mit Durchblutungsstörungen der Beine bieten wir neben einem speziellen Gymnastikprogramm ein Gehtraining auf dem Laufband an. Es ist erwiesen, dass regelmäßiges Gehtraining die schmerzfreie Gehstrecke bei Patienten mit arterieller Verschlusskrankheit verlängert.

### **Schwimmen:**

Schwimmen bedeutet je nach Gruppenzugehörigkeit Ausdauerschwimmen oder Gymnastik im Wasser (Bewegungsbad). Der Aufenthalt im Wasser unseres 28 Grad warmen Schwimmbades ist nur in Anwesenheit eines Therapeuten erlaubt.

Sie dürfen auf keinen Fall in das Schwimmbecken springen (Wassertiefe nur 1,30 m) und im Wasser tauchen.

### **Terraintraining:**

Für das Terraintraining treffen Sie sich in wetterfester Kleidung im Aufenthaltsbereich vor den Postfächern, um mit der Gruppe die Umgebung der Klinik unter der Führung des Bewegungstherapeuten zu erwandern.

# Erläuterungen zur Therapiekarte

## **Nordic Walking:**

Nordic Walking ist eine spezielle Art des sportlichen Wanderns. Unter Zuhilfenahme spezieller Nordic-Walking-Stöcke wird die Belastung gleichmäßig auf den gesamten Körper verteilt, da die Bauch-, Brust- und Armmuskulatur stärker als beim „normalen“ Walking eingesetzt wird.

## **Ergotherapie:**

Die Ergotherapie unterstützt Sie in der Wiedererlangung der größtmöglichen Selbständigkeit im Alltag und in der beruflichen Reintegration. In Einzel- und Gruppentherapien findet ein alltagsnahes Training der verloren gegangenen Fähigkeiten statt.

Das Therapieangebot beinhaltet unter anderem:

- Arbeitsplatztraining
- Rückenschule in Theorie und Praxis
- Handtherapie
- Mobilität
- Sturzprophylaxe
- Hirnleistungstraining
- Hilfsmittelberatung

Die ergotherapeutischen Maßnahmen finden in der Regel im Behandlungsraum im Bereich der Cafeteria statt. Gelegentlich finden die Therapiemaßnahmen

auch in Ihrem Zimmer statt. Bitte beachten Sie die Angabe zur Räumlichkeit auf Ihrem Therapieplan.

## **Physikalische Therapie:**

Die physikalische Therapie soll mit ihren angebotenen Maßnahmen der Muskelentspannung und der Schmerzbewältigung dienen. Besonderes Augenmerk gilt unter anderem der Stabilisierung des Kreislaufes, der Aktivierung von verschiedensten Körperfunktionen, der Förderung der Wundheilung und der Blut- und Lymphzirkulation. Das Therapieangebot beinhaltet folgende Anwendungen die indikationsgerecht vom Arzt verordnet werden:

- Hydrotherapie
- Elektrotherapie
- Moorpackungen
- Massagen
- Lymphdrainage und maschinelle Entstauungstherapie
- Kneipp'sche Anwendungen
- medizinische Wannenbäder
- Inhalationen
- Bestrahlungen
- Hydrojet



# Häufig verordnete Medikamente

## **Vorbemerkung:**

**Es gibt die so genannten Generika (chemische Inhaltsstoffe) und die registrierten Handelsmarken (Originalpräparate<sup>®</sup>) mit Fantasienamen der Firmen (Beispiel Amiodaron = Cordarex<sup>®</sup>)**

## **Wirkung (W) und Nebenwirkung (NW)**

### **Antiarrhythmika:**

z. B. Amiodaron,  
Cordarex<sup>®</sup>, Flecainid,  
Tambocor<sup>®</sup>

W: Unterdrückung von Unregelmäßigkeiten des Herzschlages

NW: Übelkeit, Schwindel, Zittern, Unruhe, zu langsamer Puls  
Funktionsstörungen an Leber, Lunge, Schilddrüse, Auge (besonders bei Amiodaron)

### **Antikoagulantien:**

z. B. Marcumar,  
Heparin, (Clexane z. B.)  
Xarelto<sup>®</sup>  
Pradaxa<sup>®</sup>  
Eliquis<sup>®</sup>

W: Verhinderung der Blutgerinnung in den Gefäßen, an Herzklappen und in Herzhöhlen durch Hemmung der Bildung von Blutgerinnungsstoffen in der Leber

NW: Blutungsgefahr bei Verletzungen, in die Blase (roter Urin) und im Magen-Darm-Trakt (schwarzer Stuhl), Nasenbluten, Hirnbluten (selten).  
Nach ärztlicher Anordnung vor geplanten Eingriffen absetzen.

### **Aggregationshemmer:**

z. B. ASS, Aspirin<sup>®</sup>,  
Plavix<sup>®</sup> und Iscover<sup>®</sup>  
= Clopidogrel  
Efient<sup>®</sup>, Brilique<sup>®</sup>

W: Verminderung der Blutgerinnung in Gefäßen und Bypässen durch Hemmung der Funktion der Blutplättchen

NW: Magenbeschwerden, innere und äußere Blutungen

### **Beta-Blocker:**

z. B. Beloc<sup>®</sup> = Metoprolol  
Concor (Bisoprolol)  
Dilatrend<sup>®</sup> = Carvedilol,  
Nebilet<sup>®</sup>

W: Schonung von Herz und Kreislauf durch Puls- und Blutdrucksenkung, Ökonomisierung der Herzarbeit

NW: Zu langsamer Puls, Müdigkeit, niedriger Blutdruck, Depression, Atemnot (Vorsicht bei Asthma), kalte Füße und Hände

# Häufig verordnete Medikamente

## Ca-Antagonisten:

z. B. Norvasc® = Amlodipin  
Carmen®

W: Gefäßerweiterung, Blutdrucksenkung, Vermeidung von  
Herzschmerz

NW: Druck im Kopf, Wasser in den Beinen, Rotanlaufen des  
Gesichtes, niedriger Blutdruck, Verstopfung

## Cholesterinsenker:

z. B. Zocor® = Simvastatin,  
Sortis = Atorvastatin,  
Pravasin®, LOCOL®,  
Crestor®

W: Hemmt die Cholesterinbildung in der Leber, senkt das  
schlechte (LDL-) Cholesterin

NW: selten: Muskelschmerzen, Anstieg der Leberwerte

## Digitalis:

z. B. Lanitop,  
Novodigal, Digimerck

W: Stärkung der Herzkraft bei Herzschwäche und  
Herzvergrößerung mit gleichzeitigem Vorhofflimmern

NW: Appetitlosigkeit, Übelkeit, Sehstörungen bei Überdosierung

NW: Herzrhythmusstörungen können bei Überdosierung verstärkt werden

## Diuretika:

z. B. Lasix®, Torem®  
Arelix®, Dytide H®,  
Osyrol®  
Inspra®

W: Entwässerung und Blutdrucksenkung bei Herzschwäche und  
hohem Blutdruck

NW: Muskelschwäche, Appetitlosigkeit, trockener Mund,  
Störung des Salzhaushaltes, Nierenfunktionsverschlechterung

## Fettsenker:

z. B. Ezetrol

W: Senkt die Blutfette (vermindert die Aufnahme aus dem Darm)

NW: selten: Muskelschmerzen, Anstieg der Leberwerte

## Koronarmittel:

W: Vermeidung von Herzschmerz (evtl. 10 – 20 Min. vor einer Belastung  
einnehmen), Gefäßerweiterung

### a) Langzeitpräparate:

Nitrate = z. B. Isoket®,  
Ismo®, Corangin®,  
Mono Mack®,  
Corvaton®, Rocornal®  
Ranexa® = Ranolazin

NW: Kopfschmerzen, Blutdruckabfall

NW: Übelkeit, Kopfschmerzen

---



# Häufig verordnete Medikamente

b) kurz wirkend für den Notfall

z. B. Nitro-Spray,  
Nitrolingual-Kapsel

W: Als Spray oder Kapsel (auf der Zunge zergehen lassen)  
Befreiung von Herzschmerz und Luftnot nach 3 – 4 Min.,  
Gefäßerweiterung  
NW: Kopfschmerz, Blutdruckabfall

Sonstige:

Procoralan®

W: Herzfrequenzsenkung, Ökonomisierung der Herzarbeit bei Herzschwäche  
NW: Lichtblitze im Auge (vorübergehend)  
W: lindert Schmerzen

**Schmerzmittel:**

z. B. Diclofenac,  
Novalgin,  
Tramal, Valoron,  
Paracetamol

NW: Magenbeschwerden, Nierenfunktionsstörungen  
Blutdruckabfall, Müdigkeit, Schwindel, Konzentrationsschwäche,  
Wassereinlagerung  
Diclofenac ist bei koronarer Herzkrankheit und Herz- und Nierenschwäche zu meiden.

**Vasodilantien:**

Gruppe ACE-Hemmer:

a) z. B.  
Xanef® (Enalapril),  
Delix® (Ramipril),  
Fosinorm®

W: Gefäßerweiterung zur Herzentlastung und Blutdrucksenkung  
NW: Schwindel, Kollapsneigung, Husten

Gruppe AT-Antagonisten (= Sartane):

b) z. B. Blopress®  
= Candesartan,  
Diovan®, Lorzaar®,  
Micardis® = Telmisartan

W: Gefäßerweiterung zur Herzentlastung und Blutdrucksenkung  
NW: Blutdrucksenkung mit Kollapsneigung

**Broncholytica:**

a) Betawirkung:

Bronchospray®,  
Oxis®, Berotec®

W: Erweiterung der Bronchien (Atemwege)  
NW: Unruhe, schneller Herzschlag

b) Anticholinwirkung:

Atrovent®,  
Spiriva®, Seebri®

W: Erweiterung der Bronchien (Atemwege)  
NW: trockener Mund

---

# Häufig verordnete Medikamente

c) Cortisonwirkung:

Junik®, Pulmicord®

W: Erweiterung der Bronchien (Atemwege)

NW: weißliche Beläge im Mund (Pilzinfekt)

---