



Klinikinformation

ELBE-SAALE
KLINIK



Postakut- und Rehabilitationszentrum
Orthopädie • Kardiologie • Stoffwechsel

www.elbe-saale-klinik.de

Liebe Patientin, lieber Patient!



Dr. med. Henner Montanus

Ärztlicher Direktor
Facharzt Innere Medizin,
Kardiologie, Ernährungsmedizin
Sozialmedizin/Rehabilitationswesen

Auf Ihrem Weg zur Gesundheit haben Sie bereits ein gutes Stück Wegstrecke zurückgelegt. Eine schwere Erkrankung des Herzens, der Gefäße, des Stoffwechsels oder eine orthopädische Krankheit wurde bei Ihnen festgestellt und bereits akut behandelt. Nun geht es für Sie darum, in einer qualifizierten Anschlussrehabilitation die Krankheitsfolgen zu überwinden.

Die Qualität der Anschlussrehabilitation ist entscheidend dafür, wie schnell Sie wieder gesund werden – vor allem aber entscheidet sie darüber, ob und wie gut Sie Ihre Leistungsfähigkeit zurückgewinnen, um Ihren Alltag möglichst ohne Einschränkungen bewältigen zu können.

Mit der Elbe-Saale-Klinik haben Sie den richtigen Partner für dieses Ziel gefunden! Bei uns arbeiten Kardiologen, Internisten und Orthopäden mit Physio- und Ergotherapeuten, Psychologen und Sozialarbeitern fachübergreifend zusammen, um alle Ursachen und Beschwerden gezielt zu behandeln.

Dabei haben wir vor allem auch die Zeit nach der Rehabilitation im Blick. Wir besprechen Ihre individuelle Lebenssituation mit Ihnen und wie Sie Ihren Alltag gestalten können, um gesundheitliche Risikofaktoren zu meiden und Ihre Gesundheit langfristig zu erhalten.

Mein Team und ich freuen uns, Sie in unserer Klinik begrüßen zu dürfen und Sie auf Ihrem Weg zur Gesundheit zu begleiten.

Mit herzlichen Grüßen

Dr. med. Henner Montanus
Ärztlicher Direktor



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

Zertifikate und Anerkennungen der Elbe-Saale-Klinik

- Auszeichnung der umfassenden Betreuung in der kardiologischen Rehabilitation (Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen e.V.)
- Lehrklinik für Ernährungsmedizin und Zentrum für Ernährungstherapie DAEM (Deutsche Akademie für Ernährungsmedizin e.V., Freiburg)
- Strukturiertes Behandlungsprogramm koronarer Herzkrankheiten (Verträge zur integrierten Versorgung u. a. mit AOK, IKK, Bundesknappschaft)
- Medizinische Rehabilitation in geprüfter Qualität (Landesverband der Privatkrankenanstalten)
- Seniorenfreundliche Einrichtung (Kreisseniorenrat Schönebeck)



Philosophie/Team



Behandlung im Reha-Team

- Ärzte
- Psychologen
- Pflegekräfte
- Sporttherapeuten
- Physiotherapeuten
- Masseur
- Badehilfen
- Ergotherapeuten
- Logopäden
- Oekotrophologen
- Diätassistenten
- Sozialtherapeuten

Unser Team aus Ärzten, Therapeuten, Schwestern und vielen anderen stellt sich täglich der Herausforderung, alle Wurzeln Ihrer Erkrankung aufzuspüren und Ihnen in einem ganzheitlichen, aufeinander abgestimmten Therapiekonzept Ihre Leistungsfähigkeit und damit Ihre Lebensqualität zurückzugeben.

Um dies zu erreichen, basiert unser Therapiekonzept auf folgenden Grundsätzen:

■ „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.“ (Aristoteles)

Viele innere und äußere Einflüsse bestimmen die Gesundheit eines Menschen. Körperliche Einschränkungen, Alterserscheinungen und Krankheitsprozesse bedingen sich gegenseitig und werden durch persönliche Risikofaktoren verstärkt. Um eine Krankheit zu überwinden, müssen diese vielfältigen Einflüsse – also nicht nur körperliche, sondern auch psychische und soziale Beeinträchtigungen – beachtet und behandelt werden. Daher arbeiten bei uns Ärzte und Therapeuten fachübergreifend zusammen, um alle Aspekte Ihrer Erkrankungen behandeln zu können.

■ „Es gibt tausend Krankheiten, aber nur eine Gesundheit.“ (Arthur Schopenhauer)

Leider gibt es sogar noch viel mehr als tausend Krankheiten. Eine aufwendige und sorgfältige Diagnostik ist die Basis für eine erfolgreiche Therapie. Das Team der Elbe-Saale-Klinik legt daher großen Wert auf eine wissenschaftlich fundierte Erkennung von Krankheiten und Gesundheitsstörungen und verfügt über eine exzellente diagnostische Ausstattung, die weit über den Standard von Rehabilitationskliniken hinausgeht.

- **„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages viel Zeit für die Krankheit opfern.“
(Sebastian Kneipp)**

Gesundheit muss man trainieren. Sie können selbst etwas für Ihre Gesundheit tun. Wir zeigen Ihnen, wie. Im ersten Schritt verbessern wir Ihre Leistungsfähigkeit in einem auf Sie zugeschnittenen Trainingskonzept und erarbeiten einen Plan für die Zeit nach der Rehabilitation. Unser Ziel ist, dass Sie in Ihrem Alltag möglichst all die Dinge wieder unternehmen können, die Sie sich vornehmen, und damit wieder mehr Lebensqualität erfahren.

- **„Ein leidenschaftlicher Raucher, der immer von der Gefahr des Rauchens für die Gesundheit liest, hört meist auf – zu lesen.“
(Winston Churchill)**

Chronische Erkrankungen bringen zunehmend Beeinträchtigungen für den Patienten mit sich. Dieser Verlauf ist zum Teil auch abhängig vom Verhalten des Patienten. Ziel einer jeden Rehabilitation in unserer Klinik ist es daher auch, dass jeder Patient seine Risikofaktoren kennt und lernt, diese in seinem Alltag zu meiden. Wir helfen Ihnen, die Motivation zur Umstellung Ihres Lebensstils zu finden.

Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27



Dr. med. Wolfgang Michalski

Abteilungschefarzt
Facharzt für Orthopädie

Fachbereich Orthopädie



Dr. med. Jörg Hasemann

Leitender Oberarzt
Facharzt Allgemeinmedizin,
Diabetologie DDG
Naturheilkunde

Fachbereich Stoffwechsel



Dr. med. Uta Montanus

Leitende Oberärztin
Fachärztin Innere Medizin,
Kardiologie
Internistische Intensivmedizin

**Fachbereich Funktionsdiagnostik/
Intensiv-AHB**



Dr. med. Henner Montanus

Ärztlicher Direktor
Facharzt Innere Medizin,
Kardiologie, Ernährungsmedizin
Sozialmedizin/Rehabilitationswesen

Fachbereich Kardiologie

Indikationen



Verschiedene Fachbereiche unter einem Dach

- Orthopädische Erkrankungen
- Kardiologische Erkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen (Diabetes mellitus Typ 1 und 2)
- Geriatrische Erkrankungen
- Komplexe chronische oder psychosomatische Erkrankungen

Die meisten Krankheitsbilder sind komplexer und vielschichtiger, als das auf den ersten Blick scheinen mag. Herzerkrankungen beispielsweise entwickeln sich über einen langen Zeitraum hinweg. Stoffwechselstörungen wie zu hohe Blutfett- oder Blutzuckerwerte haben dabei fast immer eine Rolle gespielt. Bluthochdruck, Übergewicht, Stress und psychische Faktoren gehören ebenfalls zu den negativen Einflussfaktoren bei Herzerkrankungen.

Auch viele orthopädische Patienten leiden unter weiteren Gesundheitsstörungen, wie beispielsweise Übergewicht. Sich während der Rehabilitationsmaßnahme nur auf die Haupterkrankung und die Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit zu konzentrieren, brächte allenfalls eine kurzfristige Besserung. Nur wenn alle gesundheitlichen Risikofaktoren und Gesundheitsstörungen behandelt werden, kann ein langanhaltender Therapieerfolg erzielt werden.

Wir behandeln folgende Krankheitsbilder:

■ Orthopädie

- Wirbelsäulensyndrome
 - Mit radikulärer Symptomatik ohne Operationsindikation
 - Mit pseudoradikulärer Symptomatik
 - Schmerzsyndrome
 - Angeborene und erworbene Fehlstellungen
 - Postoperativ (z. B. Bandscheiben-OP)
- Gelenkerkrankungen
 - Konservative Arthrotherapie
 - Rehabilitation nach Gelenkersatzoperationen
 - Behandlung rheumatischer Gelenkmanifestationen
 - Reha n. Sportverletzungen
- Zustände nach Amputationen
- Osteoporose



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

■ Kardiologie

- Koronare Herzerkrankung
- Herzklappenerkrankungen
- Herzfehler im Erwachsenenalter m. und o. Zustand n. operativem oder interventionellem Eingriff
- Herzinsuffizienz
- Herzmuskelerkrankungen
- Entzündliche Herzerkrankungen (Perikarditis, Myokarditis)
- Zustand n. Herztransplantation
- Bradykarde und tachykarde Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruckerkrankung
- Schlaganfälle m. geringem neurologischem Defizit und vordringlicher Beseitigung d. auslösenden Faktoren
- Periphere arterielle Verschlusskrankheit
- Chronische venöse Insuffizienz
- Venöse Ulzera
- Zustand n. Lungenembolie
- Chronische Lymphödeme
- Vorbereitung f. geplante Operationen (speziell Herz und Gefäße) mit erhöhtem Risiko

■ Stoffwechsel

- Diabetes mellitus Typ 1 und 2
 - Neueinstellung
 - Therapieumstellung u. Schulung
 - Diätetik
 - Intensivierte Insulintherapie
 - Schulung und Einstellung für Patienten mit Insulinpumpen
 - Prävention und Behandlung von diabet. Spätkomplikationen (insbesondere: Gefäßschäden)

■ Spezialisierung

- Patienten mit reduziertem Barthel-Index; Postakuttherapie (Intensiv-AHB)
- Spezifische geriatrische Funktionsstörungen (z. B. Immobilität, Sturzsyndrom, geistiger Abbau)
- Wundheilungsstörungen
- Schwindelerkrankungen



Orthopädie



Dr. med. Wolfgang Michalski

Chefarzt

Facharzt für Orthopädie

Liebe Patientin, lieber Patient,

eine orthopädische Erkrankung ist für die Betroffenen zumeist nicht nur mit Schmerzen, sondern auch mit einer Einschränkung der Mobilität und damit der Lebensqualität verbunden. Unabhängig davon, ob Verschleißerscheinungen am Bewegungsapparat vorliegen, ein künstliches Gelenk eingesetzt werden musste oder unfallchirurgische Eingriffe nötig waren – die Qualität der Rehabilitation spielt nun die entscheidende Rolle, ob und wie schnell Sie wieder fit und mobil werden.

Dazu ist es wichtig, auch mögliche Begleiterkrankungen und Gesundheitsstörungen in den Therapieplan einzubeziehen. Abgesehen von Unfällen entwickeln sich die meisten orthopädischen Erkrankungen über einen längeren Zeitraum. Mangel- oder Überbelastung sowie Übergewicht haben bei der Krankheitsentstehung eine Rolle gespielt. In letzter Zeit konnten zudem viele Studien einen Zusammenhang zwischen Stress oder auch seelischen Belastungen und vor allem Rückenleiden belegen. Man vermutet hier, dass sich eine innere Anspannung auch in muskulären Verspannungen ausdrückt.

Diese gesundheitlichen Risikofaktoren begünstigen aber nicht nur die Entstehung von orthopädischen Erkrankungen, sondern erhöhen auch die Wahrscheinlichkeit, eine Stoffwechsel- oder Herz-Kreislauf-Erkrankung zu entwickeln. Um einen langanhaltenden Therapieerfolg zu erzielen, müssen also nicht nur die akuten Symptome, sondern auch alle krankheitsfördernden Faktoren mitbehandelt werden.

Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir einen individuellen Therapieplan. Dabei steht die aktive Behandlung im Mittelpunkt der Rehabilitation in der Elbe-Saale-Klinik. Ihr Vorteil als Patient: Sie lernen dabei, unter Beobachtung eines Physiotherapeuten eigenverantwortlich ein speziell auf Ihr Krankheitsbild ausgerichtetes Übungsprogramm durchzuführen.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

Arthrose – der häufigste Grund für Gelenkendoprothesen

Arthrose ist eine Volkskrankheit, die häufigste Gelenkerkrankung im Erwachsenenalter und gleichzeitig auch die häufigste Erkrankung des älteren Menschen. Bei mehr als 80 Prozent der 55-Jährigen finden sich im Röntgenbild Anzeichen des Knorpelabbaus.

Neben Alter und erbter Veranlagung spielen Faktoren des Lebensstils eine Rolle bei der Krankheitsentstehung. Übergewicht, Fehl- und Überbelastungen durch Beruf oder Sport, aber auch Bewegungsmangel sowie Verletzungen können degenerative Verschleißerscheinungen begünstigen.

Gelenkschmerzen und nachlassende Beweglichkeit sind die häufigsten Symptome. Oftmals bleibt nur der Gelenkersatz als langfristige Therapiemöglichkeit. In einer gezielten Rehabilitation können Patienten lernen, ihre Beweglichkeit und Belastbarkeit zurückzuerlangen.



Orthopädie



Experten für die Reha nach Amputationen

Die Elbe-Saale-Klinik ist international anerkannt für ihre Kompetenz in der Nachbehandlung von Amputationen. Wundversorgung, Stumpfanpassung, Prothesenversorgung und Gangschule sind Bestandteile der intensiven Rehabilitation. Ziel ist es, amputierten Patienten ihre körperliche Leistungsfähigkeit und Mobilität für den Alltag zurückzugeben.

Unser interdisziplinäres Ärzte- und Therapeutenteam erstellt einen auf Sie individuell zugeschnittenen Therapieplan. Die wesentlichen Bestandteile möchten wir Ihnen hier kurz erläutern:

■ Einzelkrankengymnastik

Es gibt keine orthopädische Erkrankung, die nicht einer gezielten Physiotherapie bedarf. An erster Stelle steht in der Elbe-Saale-Klinik die Einzelkrankengymnastik. Mit speziellen Anwendungen und Übungen, die ganz auf das Krankheitsbild des Einzelnen abgestimmt sind, können Beschwerden gelindert werden. Unser Ziel ist es, den vollen Bewegungsumfang der Gelenke wiederherzustellen.

■ Gruppengymnastik, Bewegungs- und Sporttherapie

Sportliche Aktivitäten – den individuellen Fähigkeiten angepasst – stärken die Muskeln und schützen damit die Gelenke. Gerade bei orthopädischen Erkrankungen ist es aber auch wichtig, eine Sportart zu finden, die eventuelle körperliche Risikofaktoren berücksichtigt und nicht eine zusätzliche Belastung, etwa für ein bereits vorgeschädigtes Gelenk, darstellt.

■ Balneo-physikalische Therapie

Ergänzt wird die Physiotherapie durch balneo-physikalische Anwendungen. Anwendungen wie Stangerbäder, Massagen oder Fangopackungen wirken muskelentspannend und schmerzlindernd. Vor allem die Wärme- und Kältetherapie werden therapeutisch genutzt. Kälte verengt die Blutgefäße und wirkt dadurch abschwellend, entzündungshemmend und schmerzlindernd. Wärme entspannt die Muskulatur, steigert die Durchblutung und regt den Stoffwechsel an.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

■ Ergotherapie

Bei vielen orthopädischen Patienten müssen Fehlbelastungen und Fehlhaltungen korrigiert werden. Besonders nach einer Endoprothesen-Operationen geht es darum, gelenkschonende Bewegungsabläufe einzuüben. Zur Ergotherapie zählen aber auch die Hilfsmittelberatung und das Hilfsmitteltraining.

■ Ernährungstherapie

Übergewicht gehört zu den stärksten Risikofaktoren für eine orthopädische Erkrankung. Eine ausgewogene und vollwertige Ernährung ist also nicht nur gut für die Gesundheit im Allgemeinen, sondern hilft auch, den während der Rehabilitation erzielten Therapieerfolg langfristig zu stabilisieren. In unserer Klinik treten wir den Beweis an, dass gesundes Essen auch sehr gut schmecken kann.



Kardiologie



Dr. med. Henner Montanus

Ärztlicher Direktor
Facharzt Innere Medizin,
Kardiologie, Ernährungsmedizin
Sozialmedizin/Rehabilitationswesen

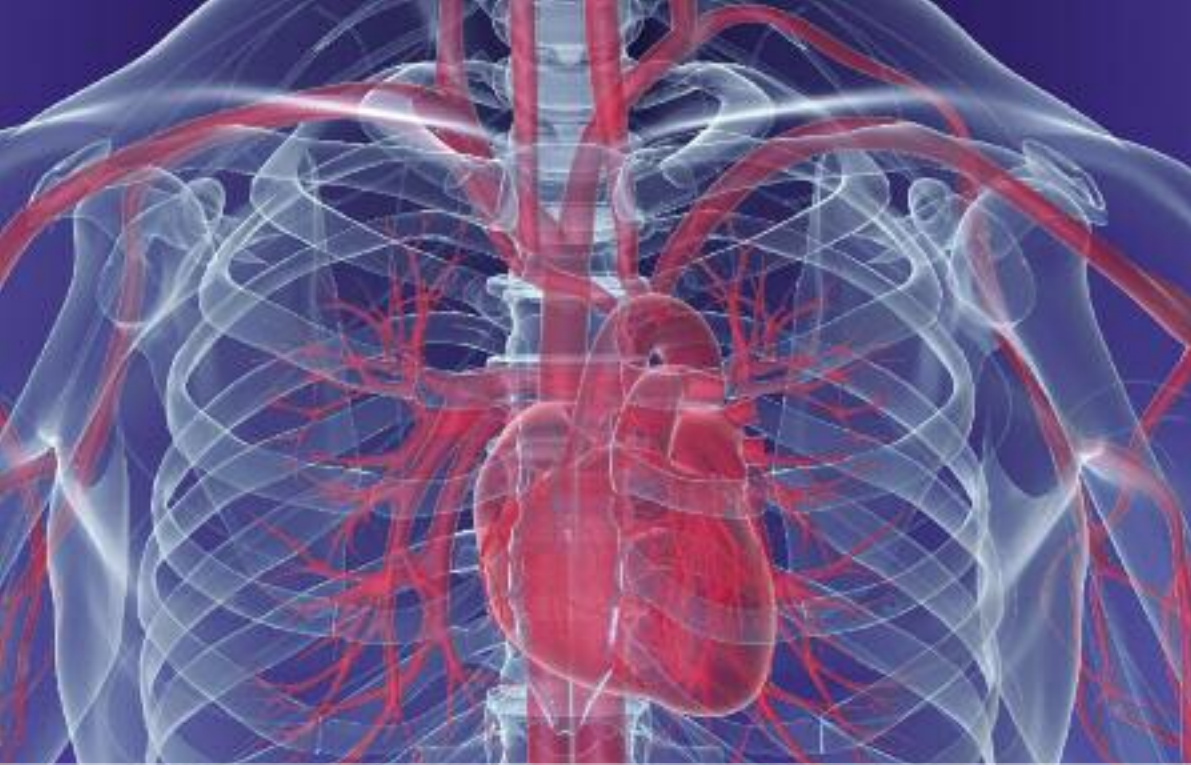
Liebe Patientin, lieber Patient,

Herzerkrankungen wie der Infarkt und andere Herz-Kreislauf-Störungen gehören zu den häufigsten Erkrankungen in den westlichen Industrieländern. Ursache ist zumeist die sogenannte Arteriosklerose, eine Gefäßerkrankung, die auch die Herzkranzgefäße betreffen kann und zu einer chronischen Durchblutungsstörung führt. In der Folge wird der Herzmuskel nicht mehr ausreichend versorgt, was zu einer gefährlichen Herzmuskelschwäche (Herzinsuffizienz) oder sogar zum Herzinfarkt führen kann.

Durch zahlreiche Studien konnten die Faktoren, welche die Arteriosklerose begünstigen, sehr genau benannt werden. Neben Erbanlagen und Alter ist vor allem die Lebensweise entscheidend. Bewegungsmangel, Übergewicht, kalorien- und fettreiche Ernährung, Rauchen, Diabetes, Bluthochdruck und Stress zählen zu den Risikofaktoren.

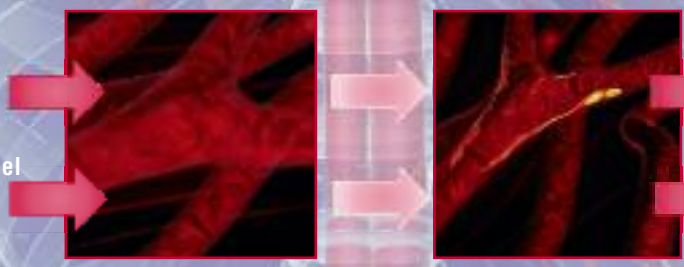
Daher kann es bei Patienten mit einer durch Arteriosklerose verursachten Herz-Kreislauf-Erkrankung nicht nur darum gehen, den Schaden am Gefäßsystem oder an der Herzmuskulatur akutmedizinisch zu behandeln. Vielmehr müssen nun geeignete Maßnahmen ergriffen werden, um ein weiteres Fortschreiten Ihrer Erkrankung zu verhindern und neue Komplikationen und Rückschläge zu vermeiden.

Die Therapie wird begleitet durch ein umfassendes Gesundheitstraining, das Sie in die Lage versetzen soll, auch nach der Rückkehr in den Alltag gesund zu bleiben. In Vorträgen und Schulungen geben wir Ihnen dazu alle nötigen Informationen.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

Blutfettwerte
Bluthochdruck
Diabetes
Übergewicht
Bewegungsmangel
Rauchen
Stress



Herzinfarkt
Schlaganfall
Periphere arterielle Verschlusskrankheit

Gesundheitliche Risikofaktoren und ihre Folgen

Bei der Arteriosklerose, umgangssprachlich auch Arterienverkalkung genannt, lagert sich immer mehr Fett in die Wände der Blutgefäße ein. Sie verlieren dadurch ihre Elastizität und der Gefäßdurchmesser verengt sich zunehmend. In der Folge kann das Blut nicht mehr ungehindert fließen. Dadurch steigt die Gefahr, dass sich die Arterien verschließen und es zu einem Schlaganfall, Herzinfarkt oder zu Durchblutungsstörungen der Beine kommt.

Zwar gehört die Arteriosklerose zum natürlichen Alterungsprozess, doch ein ungesunder Lebensstil kann die Entstehung ganz erheblich beschleunigen. Daher legen wir in der Elbe-Saale-Klinik besonderen Wert auf ein intensives Gesundheitstraining.



Kardiologie



Raumfahrttechnik in der Reha-Klinik

Ein Vibrationsmuskeltraining für Astronauten zum Schutz vor Muskel- und Knochenabbau hilft auch geschwächten Patienten. Mit dem speziell entwickelten Vibrationsmuskeltrainingsgerät „Galileo-Space“ kann etwa die für einen 10 000-Meter-Lauf erforderliche Anzahl von Muskelkontraktionen in nur drei Minuten erreicht werden.

Alle Bestandteile Ihres Therapieplans werden in einem fachübergreifenden Ärzte- und Therapeutenteam erörtert und auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt. In unserer Übersicht finden Sie die wichtigsten Behandlungsmethoden.

■ Ärztliche Therapie

Aufbauend auf den Ergebnissen der Funktionsdiagnostik wird die funktionelle Therapie auf die verbliebene und zu erreichende individuelle Belastbarkeit ausgerichtet. Neben der Kontrolle der Vitalparameter und der Medikation arbeiten Ärzte aus verschiedenen Fachbereichen zusammen, um alle Faktoren, die bei der Erkrankung eine Rolle spielen, zu erfassen und gezielt zu behandeln.

■ Bewegungstherapie und Training

Die Bewegungstherapie ist ein wesentlicher Bestandteil der nicht medikamentösen Weiterbehandlung. Ziel ist es, Sie wieder mobil zu machen und Ihre Kondition zu verbessern, so dass Sie wieder Vertrauen in Ihren Körper fassen. Die Sport- und Bewegungstherapie mit Muskelaufbau und Rekonditionierung nimmt dabei einen breiten Raum ein. Das Team der Elbe-Saale-Klinik hat mit Universitätskliniken und Sportwissenschaftlern ein spezielles Herzinsuffizienz- und Trainingsprogramm erarbeitet, um die Belastbarkeit herzinsuffizienter Patienten deutlich zu verbessern.

■ Ernährungsberatung

Die Ernährung spielt bei der Arteriosklerose eine wichtige Rolle. Durch eine Ernährungsumstellung können oftmals Risikofaktoren wie ein zu hoher Cholesterin- oder Zuckerspiegel gesenkt sowie ein Übergewicht reduziert werden. Daher werden Sie schon während Ihres Aufenthaltes zu einer Kostumstellung angeleitet und motiviert.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

■ Psychologische Therapie

Eine Herzerkrankung ist auch eine große seelische Belastung. Eine psychologische Begleitung kann helfen, mit Ängsten besser zurechtzukommen. Auch Entspannungstherapien wie das autogene Training helfen, die seelische Balance wiederzufinden und Stress abzubauen.

■ Sozialtherapie

Eine schwere Herzerkrankung kann zu einer Einschränkung im Arbeitsalltag führen. Ärzte und Sozialtherapeuten in der Elbe-Saale-Klinik analysieren Ihre persönlichen beruflichen Belastungen und erstellen Ihr zukünftiges Leistungsprofil.

■ Gesundheitstraining

Die Therapie wird begleitet durch ein umfassendes Gesundheitstraining, das Sie in die Lage versetzen soll, auch nach der Rückkehr in Ihren Alltag Ihre individuellen Gesundheitsrisiken und Einschränkungen zu beachten und gesund zu bleiben. In Vorträgen und Schulungen geben wir Ihnen alle dazu nötigen Informationen.



Stoffwechsel/Diabetes



Dr. med. Jörg Hasemann

*Facharzt Allgemeinmedizin,
Diabetologie DDG
Naturheilkunde*

Liebe Patientin, lieber Patient,

der Stoffwechsel ist der Motor für alle lebenswichtigen Vorgänge im menschlichen Körper. Störungen in diesem Bereich haben nicht selten schwerwiegende Auswirkungen auf unsere Gesundheit. In den westlichen Industrieländern haben Stoffwechselerkrankungen in den letzten Jahren drastisch zugenommen.

Rund fünf Millionen Menschen sind in Deutschland an Diabetes erkrankt – mit steigender Tendenz. Immer mehr Menschen haben einen zu hohen Cholesterinspiegel oder leiden unter dem sogenannten metabolischen Syndrom – einem gefährlichen Zusammentreffen von Übergewicht, ersten Anzeichen einer Insulinresistenz, Fettstoffwechselstörungen und einem zu hohen Blutdruck. Gefährlich ist das metabolische Syndrom vor allem deshalb, weil es das Risiko erheblich erhöht, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden.

Die Ursachen für die meisten Stoffwechselleiden liegen neben einer erblichen Neigung oftmals im Lebensstil. Daher ist es neben einer medikamentösen Therapie besonders wichtig, durch Veränderungen im Alltag – insbesondere durch eine gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung – Verbesserungen zu erzielen.

Wir haben deshalb in der Elbe-Saale-Klinik ein spezielles Behandlungsprogramm entwickelt, das aus vier Komponenten besteht:

- medikamentöser Einstellung
- speziell für übergewichtige Patienten ausgearbeiteter Bewegungstherapie
- Schulungs- und Übungsprogramm zur Ernährungsumstellung
- psychologischer und sozialmedizinischer Betreuung



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

Diabetische Folgeerkrankungen

Diabetes wird vor allem durch mögliche Folgeerkrankungen zum Gesundheitsrisiko. Bei schlecht eingestellten Zuckerwerten kommt es verstärkt zu Ablagerungen in den Gefäßen. Dadurch nimmt das Risiko für akute Durchblutungsstörungen zu und damit das Risiko, einen Schlaganfall, einen Herzinfarkt oder eine arterielle Verschlusskrankheit zu erleiden. Kleine Gefäße reagieren dabei besonders empfindlich auf eine erhöhte Blutzuckerkonzentration. Daher sind häufig auch die Nieren oder die Netzhaut des Augenhintergrundes von Folgeschäden betroffen.

Auf Dauer werden zudem die Nerven beeinträchtigt. Zum einen geschieht dies durch die mangelnde Sauerstoffversorgung der Nerven aufgrund der geschädigten Blutgefäße. Zum anderen zerstören die Glukose und ihre Abbauprodukte aber auch die Nervenstränge selbst. Besonders die langen Nervenstränge, die beispielsweise Unterschenkel und Füße versorgen, sind davon betroffen. Das Krankheitsbild des diabetischen Fußes zeugt von einem jahrelang schlecht eingestellten Blutzuckerspiegel.



Stoffwechsel/Diabetes



Adipositas

Übergewicht ist inzwischen ein häufiges Problem in Deutschland. Die Elbe-Saale-Klinik hat nicht nur ein erfolgreiches Therapiekonzept entwickelt, das auf eine langfristige Ernährungsumstellung abzielt, sondern auch die Innenausstattung auf die Bedürfnisse dieser Patienten abgestimmt – angefangen von bequemen, stabilen Betten über extragroße Stühle bis hin zur großzügigen Badausstattung.

Stoffwechselerkrankungen sind chronisch. Alle in der Elbe-Saale-Klinik durchgeführten Therapien sollten daher auch nach der Rehabilitation fortgeführt werden. Daher besprechen wir mit Ihnen Ihren Therapieplan. Die wichtigsten Bestandteile haben wir hier für Sie zusammengestellt.

■ Individueller Therapieplan

Nach einer ausführlichen Diagnostik erstellt unser Ärzteteam einen individuellen Therapieplan. Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes sind chronisch. Betroffene müssen einen Weg finden, sich auf diese Erkrankung einzustellen und ihr Leben entsprechend zu gestalten. Unsere Aufgabe ist es, gemeinsam mit dem Patienten praktikable Strategien für den Alltag zu erarbeiten.

■ Medikamentöse Therapie

Ziel jeder Therapie ist es, die Stoffwechselwerte dauerhaft zu normalisieren. Für die Behandlung steht eine Reihe von Medikamenten zur Verfügung. Die Wirksamkeit wird während der Rehabilitation regelmäßig überprüft und gegebenenfalls angepasst.

■ Ernährungsberatung

Eine Ernährungsumstellung gehört zu den wichtigsten Therapiemaßnahmen bei Diabetes und anderen Stoffwechselerkrankungen. Aber genau dies bereitet vielen Patienten die meisten Probleme. Daher liegt ein Schwerpunkt auf umfangreicher Information zur gesunden Ernährung in Form von Schulungen und Vorträgen. Bei der Ernährungsberatung wird das erworbene Wissen in Kochkursen in unserer klinikeigenen Lehrküche in die Praxis umgesetzt.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27



■ Sport- und Bewegungstherapie

Bewegung senkt die Blutzuckerwerte, normalisiert generell Stoffwechselwerte und erleichtert das Abnehmen. Es geht dabei nicht um körperliche Höchstleistungen. Es gilt, eine Sportart zu finden, die der Patient auch nach der Beendigung seines Aufenthaltes in der Elbe-Saale-Klinik ausüben kann und möchte.

■ Psychologische Therapie

Zu einer gesünderen Lebensweise gehört auch der richtige Umgang mit Stress und Konflikten. Die Psychologen der Elbe-Saale-Klinik vermitteln in Schulungen entsprechende Entspannungstechniken und unterstützen Patienten in Einzel- und Gruppengesprächen.



Spezialindikationen



Dr. med. Uta Montanus

*Oberärztin
Fachärztin Innere Medizin,
Kardiologie
Internistische Intensivmedizin*

Liebe Patientin, lieber Patient,

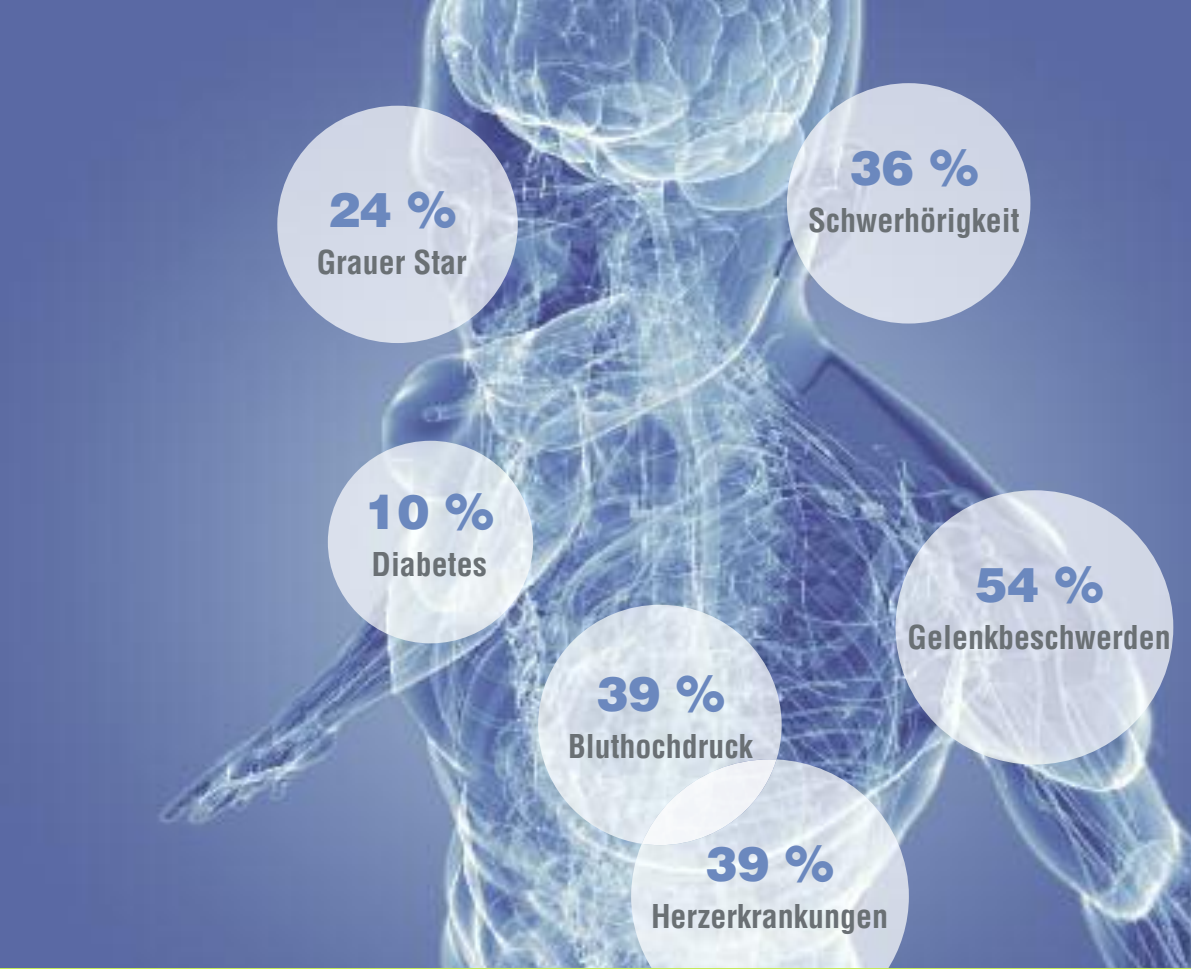
nur wenige Rehabilitationskliniken sind in der Lage, eine komplexe Akuttherapie weiterzuführen und mit der Rehabilitation schon in einem sehr frühen Stadium einer schweren Erkrankung zu beginnen. Die Heilungserfolge sind jedoch umso größer, je früher die rehabilitative Therapie einsetzt.

Die Elbe-Saale-Klinik gehört zu den wenigen Einrichtungen, die über die technische Ausstattung und die fachlichen Qualifikationen der Mitarbeiter verfügen, auch bei schwer kranken Patienten frühzeitig mit einer zielgerichteten Rehabilitation zu beginnen und therapeutische Sicherheit zu gewährleisten.

Von enormer Bedeutung ist dies vor allem bei älteren Patienten, die zumeist unter mehreren Gesundheitsstörungen an verschiedenen Organsystemen leiden. Anders als bei jüngeren Menschen kann hier nicht auf standardisierte Therapieprogramme zurückgegriffen werden – auch, weil ein älterer Patient ein Zuviel oder ein Zuwenig an Belastung nicht mehr so gut kompensieren kann.

Zudem gestaltet sich die Diagnostik schwieriger, da die Symptomatik häufig atypisch ist und Gesundheitsstörungen daher häufig nicht oder erst spät erkannt werden.

Auch chronisch kranke Menschen werden in unserem Gesundheitssystem nicht immer erfolgreich behandelt. Schwer oder nicht einstellbare Bluthochdruckerkrankungen, Herzrhythmusstörungen, spezifische Rückenschmerzen sowie Erschöpfungszustände und Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind nur einige dieser schwierigen Krankheitsbilder.



24 %
Grauer Star

36 %
Schwerhörigkeit

10 %
Diabetes

54 %
Gelenkbeschwerden

39 %
Bluthochdruck

39 %
Herzerkrankungen

Die häufigsten Begleiterkrankungen bei älteren Menschen

Bei älteren Menschen liegt häufig eine ganze Reihe von Gesundheitsbeeinträchtigungen parallel vor. Eine Rehabilitation wird aber nur dann erfolgreich sein, wenn alle Risikofaktoren und Begleiterkrankungen erfasst, individuell berücksichtigt und fachübergreifend behandelt werden.

Mit der medizinischen Kompetenz in den Bereichen Herz-Kreislauf, Stoffwechsel und Orthopädie gewährleistet die Elbe-Saale-Klinik eine optimale Behandlung der Haupt- und Begleiterkrankungen durch einen fachübergreifenden und individuell auf den Einzelnen zugeschnittenen Therapieplan. Auf diese Weise werden die besten Voraussetzungen für einen langanhaltenden Therapieerfolg geschaffen.

Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27



Spezialindikationen



Posturographie

Gleichgewichtsstörungen und Schwindel werden in der Elbe-Saale-Klinik mit modernster Computertechnik behandelt.

Nachfolgend finden Sie einige unserer Spezialisierungen. Auch hier ist es wichtig, die Anwendungen individuell auf die Fähigkeiten und Bedürfnisse unserer Patienten abzustimmen.

■ Wundmanagement

Postoperative Wunden nach schweren operativen Eingriffen, aber auch chronische Wunden und Wundheilungsstörungen, beispielsweise bei Diabetes mellitus, werden in der Elbe-Saale-Klinik einem intensiven Wundmanagement unterzogen und nach modernsten Therapieprinzipien behandelt.

Wie in vielen medizinischen Fachbereichen wurden auch in der Wundbehandlung in den letzten Jahren enorme Fortschritte erzielt. So konnte die traditionelle trockene Wundversorgung mit Mullbinden und Pflasterverbänden durch das Prinzip der idealfeuchten Wundbehandlung mit Spezialmaterialien abgelöst werden. In der Elbe-Saale-Klinik wird die Qualität der Wundversorgung durch eine ausführliche computergestützte, photometrische Wunddokumentation und die Umsetzung aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse gesichert.

Die Heilungsverzögerungen und Komplikationen bei der Wundheilung sind aber oftmals nur eine Folge grundlegender Gesundheitsstörungen. Diese bedürfen neben dem Wundmanagement eines individuellen Therapieplans.

■ Posturographie/Schwindeltraining

Schwindel ist eine Erkrankung, die häufig in fortgeschrittenem Lebensalter, nach Operationen, bei Durchblutungsstörungen, internistischen Erkrankungen, Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus und einer Vielzahl von organischen und psychischen Störungen auftreten kann.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

Die Elbe-Saale-Klinik verfügt über spezielle Diagnose- und Therapiemöglichkeiten, wie sie in dieser Qualität nur wenige Einrichtungen anbieten. Die außerordentlich gute Diagnostik ermöglicht uns, Schwindel und seine Auswirkungen auf Nervensystem, Gangbild, Sinnesorgane und Psyche zu messen. Auf der Basis dieser Ergebnisse können die zum Schwindel führenden Störfaktoren gezielt behandelt und kann im Schwindeltraining dem Teufelskreis von Schwindel, Unsicherheit und daraus resultierenden Einschränkungen im Alltag begegnet werden.

■ **Polyneuropathien**

Polyneuropathien mit motorischen Störungen, Missempfinden oder Schmerzen können nicht nur infolge eines Diabetes mellitus auftreten. Auch Infektionskrankungen wie beispielsweise die durch Zecken übertragene Borreliose oder Autoimmunerkrankungen können das sogenannte periphere Nervensystem angreifen.

Die Elbe-Saale-Klinik hat ein patientenindividuelles Therapiekonzept entwickelt, bei dem durch die Kombination von physikalischer Therapie, Krankengymnastik und medikamentöser Behandlung des Grundleidens eine deutliche Verbesserung erzielt werden kann.



Die Klinik



In der Elbe-Saale-Klinik sind Sie gut aufgehoben. Das moderne Rehabilitationszentrum wurde 1995 harmonisch in einen Park in der Nähe des Elbufers integriert. Das weitläufige, flache Gartengelände ist besonders für gehbehinderte Menschen und Rollstuhlfahrer geeignet.

Für eine besondere Atmosphäre sorgen die historischen Bauten, wie zum Beispiel die großzügige Sporthalle im restaurierten Stallgebäude. Im Klinikgebäude laden in freundlichen und hellen Räumlichkeiten gemütliche Sitzgruppen und Aufenthaltsmöglichkeiten zur Geselligkeit ein. Brettspiele, Tageszeitungen und Illustrierte werden kostenfrei zur Verfügung gestellt. Durch die ausgewogene Belegung mit Patienten aller Altersgruppen ergibt sich hier ganz ungezwungen ein anregender Kontakt zwischen den Generationen.

Zu den Annehmlichkeiten des Hauses zählen Cafeteria, Kegelbahn, Sauna, Solarium, Fahrradverleih und ein Schwimmbad. Unsere Patienten wohnen in 145 modern und gemütlich eingerichteten Einzelzimmern oder auf Wunsch auch mit ihrem Partner in einem der 46 Zweibettzimmer.

Alle Zimmer sind AHB-/behindertengeeignet und rollstuhltauglich. Sie verfügen über eine Schwesternnotrufanlage an der Tür, am Bett und im Badezimmer. Die Einrichtung mit Kleiderschrank, Schreibtisch, Stuhl, Sessel, Leselampe, Farbfernseher (kostenlos), Telefon (preisgünstig) und elektrischen Außenjalousien sorgt dafür, dass Sie sich hier gleich zu Hause fühlen, ebenso das eigene helle Bad mit Dusche, Toilette, Waschbecken und beheiztem Handtuchhalter.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27



Die Mahlzeiten werden im großzügigen und hellen Speisesaal eingenommen. Die am Buffet angebotenen Gerichte sind bezüglich Cholesteringehalt, Fettanteil und Broteinheiten gekennzeichnet. Für das Mittagessen haben Sie die Auswahl aus drei Menüs: herzgesunde Vollkost, cholesterin- und fettarm oder vegetarisch.

Damit Sie mal auf andere Gedanken kommen, finden im großen Fest- und Vortragssaal mit moderner Multimediatechnik regelmäßig Konzertabende, Theateraufführungen, Kabarett- und Comedy-Aufführungen statt.



Ihr Weg zu uns



Sie finden uns im Internet unter:
www.elbe-saale-klinik.de

Unsere Klinik befindet sich in Barby, einer reizenden Kleinstadt mit sehenswerten Kirchen und einem Barockschloss im Elbe-Saale-Winkel, etwa 25 Kilometer südlich von Magdeburg inmitten des Biosphärenreservats „Mittlere Elbe“. Diese 43 000 Hektar große Kulturlandschaft bietet einzigartige Auenwälder und seltene Tier- und Pflanzenarten. Ebene Wanderwege führen direkt von der Klinik in die wunderschönen Elbauen und den idyllischen Schlossgarten.

Charakteristisch ist das föhnfreie und reizarme Klima der Magdeburger Börde, das sich durch wenig Niederschläge und einen hohen Sonnenanteil auszeichnet. Hier können deshalb auch wetterempfindliche Menschen und Patienten mit labilem Kreislauf ohne Risiko behandelt und rehabilitiert werden.

Der flache Landschaftsverlauf eignet sich besonders für die Rehabilitation sowohl von Herzpatienten als auch von Menschen mit eingeschränkter Bewegungsfähigkeit. Hier laufen Rollstühle ebenso leicht wie Fahrräder, und Wandern macht Spaß.

Das Stadtzentrum von Barby ist in fünf bis zehn Minuten bequem zu Fuß zu erreichen. Außerdem kann ein kostenloser Transfer durch klinikeigene Fahrzeuge zu lokalen Sehenswürdigkeiten oder Besuchen in den nahen Städten Magdeburg, Halle oder Dessau genutzt werden.

Damit Sie mal etwas anderes sehen, bietet unsere Freizeitbetreuerin und Animateurin Ausflüge zu den Sehenswürdigkeiten der Kulturlandschaft „Mittlere Elbe“ und der norddeutschen Romanik an.



Vorwort	2-3
Philosophie/Team	4-5
Indikationen	6-7
Orthopädie	8-11
Kardiologie	12-15
Stoffwechsel	16-19
Spezialindikationen	20-23
Die Klinik	24-25
Ihr Weg zu uns	26-27

Auch in Zeiten knapper Kassen im Gesundheitswesen haben Sie Anspruch auf eine qualifizierte Rehabilitation, wenn Ihr behandelnder Arzt dies als medizinisch notwendig erachtet. Ihr Arzt muss die entsprechenden Formulare Ihres Kostenträgers unter genauer Angabe Ihres Krankheitsbildes beantragen.

Die Elbe-Saale-Klinik ist von allen relevanten Kosten- und Leistungsträgern anerkannt:

- gesetzlicher Krankenversicherung, Rentenversicherung, privater Krankenversicherung, Beihilfestellen

Sie können die Leistungen unserer Klinik im Rahmen von unterschiedlichen Behandlungs- und Heilverfahren in Anspruch nehmen:

- Anschlussheilbehandlungen (AHB), stationärer Rehabilitation/stationären Heilverfahren, berufsgenossenschaftlicher stationärer Weiterbehandlung

Um den einweisenden Arzt zu entlasten und die Antragstellung auch für den Patienten unkompliziert zu gestalten, unterstützen und beraten wir Sie gerne:

Rufen Sie uns kostenfrei an: 0800/100 55 09

oder schreiben Sie uns eine E-Mail: info@elbe-saale-klinik.de



ELBE-SAALE KLINIK



Postakut- und Rehabilitationszentrum
Orthopädie • Kardiologie • Stoffwechsel

Elbe-Saale-Klinik

Postakut- und Rehabilitationszentrum
Orthopädie, Kardiologie, Stoffwechsel

Schloßstraße 42
39249 Barby (Elbe)

info@elbe-saale-klinik.de
www.elbe-saale-klinik.de

Rufen Sie uns an:
Tel.: 03 92 98/61-501
Fax: 03 92 98/61-611

