



Patienteninformation







Herzlich willkommen an der Ostsee – liebe Patientinnen und Patienten!

Wir möchten Sie ganz herzlich in Ihrem Zuhause für die nächsten Wochen willkommen heißen! Gern stehen wir Ihnen während Ihrer Anwesenheit jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.

Es ist uns bewusst, dass sich viele Fragen ergeben können und Sie nicht unbedingt wissen, was Sie während Ihrer Rehabilitationsmaßnahme erwartet. Sinn und Ziel der Heilbehandlung ist eine Verbesserung Ihrer Gesundheit. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter möchten Sie dabei nach Kräften unterstützen. Wir möchten gerne Wegweiser, Anreger und Helfer auf dem mitunter mühsamen Weg zur Genesung sein. Ganz wichtig für einen Therapieerfolg ist aber auch Ihre Bereitschaft, aktiv an diesem Ziel mitzuwirken.

Unser Behandlungsteam wird Ihnen verständnisvoll zeigen, wie Sie Ihre Lebensqualität positiv beeinflussen können. Wir denken dabei u.a. an gesunde Ernährung, an mehr Bewegung und den besseren Umgang mit Alltagsbelastungen.

Nutzen Sie die Zeit an der Ostsee auch für entspannende Momente. Unsere schöne Salzwiesenlandschaft, der Blick über das Meer und die frische Brise können ebenso wie wärmende Sonnenstrahlen Ihr Wohlbefinden fördern.

Das Team der Ostseeklinik Schönberg-Holm wünscht Ihnen einen schönen Aufenthalt und guten Behandlungserfolg.

Inhaltsverzeichnis

Wo finde ich was in der Ostseeklinik Schönberg-Holm.....	1
Abteilung Innere Medizin / Pneumologie.....	4
Abteilung Innere Medizin / Kardiologie.....	6
Abteilung Orthopädie.....	7
Pflegedienst.....	8
Bewegungstherapie.....	9
Physikalische Therapie.....	10
Ergotherapie.....	10
Psychologische Betreuung.....	11
Sozialdienst.....	11
„Selbsthilfe med. Bewegung e.V.“ – In Gemeinsamkeit stark.....	12
Speisesaal.....	13
Hausreinigung.....	15
Ostseeklinik Schönberg-Holm von A – Z.....	15
Impressum.....	20

Branchenverzeichnis

Liebe Leser! Hier finden sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.alles-deutschland.de.

Gesundheitsdienstleister.....	U 4
Kirche.....	2
Klinikum.....	7
Krankenhaus.....	U 4
Ostsee-Urlaub.....	2
Sanitätsfachgeschäft.....	8
Selbsthilfe med. Bewegung e. V.	12
Tourist-Service.....	2
Trockengymnastik.....	12
Warmwassergymnastik.....	12

U= Umschlagseite

Gute Erholung im Ostseebad Schönberg*



Für einen erfolgreichen Aufenthalt im Rahmen Ihrer Reha-Maßnahme bietet das Ostseebad Schönberg mit seinen Ortsteilen Holm, Kalifornien, Brasilien, Schönberger Strand reichlich gesunde Luft, Meeresklima, viel Ruhe und eine maritim-ländliche Umgebung.

Unsere Strände gehören zu den wahrscheinlich interessantesten Küstenabschnitten der Ostsee: immerhin fahren hier jährlich rd. 40.000 Schiffe vorbei – fast zum Greifen nah!

Ein umfangreiches Kultur- und Veranstaltungsprogramm sorgt für reichlich Abwechslung...

Die zentrale Zimmervermittlung besorgt Ihnen und Ihren Angehörigen gern eine Unterkunft im Ferienhaus oder in einer Ferienwohnung – auch mit Sicht auf's Meer!

www.schoenberg-buchen.de

Tourist-Service
Ostseebad Schönberg
Käptn's Gang 1
24217 Schönberger Strand
Tel. 0 43 44 / 41 41 -0
www.schoenberg.de
info@schoenberg.de

Büro Kalifornien:
An der Kuhbrücksau 2
24217 Schönberg-Kalifornien
Tel. 0 43 44 / 18 38



Vertrauen schaffen durch Informationen – zum Wohle der Patienten

Ihr Einblick in die Kliniken Deutschlands

www.klinikinfo.de

- Einblick in Ihre Klinik
- Medizinische Fachbegriffe
- Infos zum Klinikaufenthalt
- Infos zu vielen Gesundheitsthemen
- Patientenschutz
- Branchenverzeichnis der Geschäftspartner und Dienstleister im Einzugsgebiet Ihrer Klinik

KATH. KIRCHE ST. ANSGAR



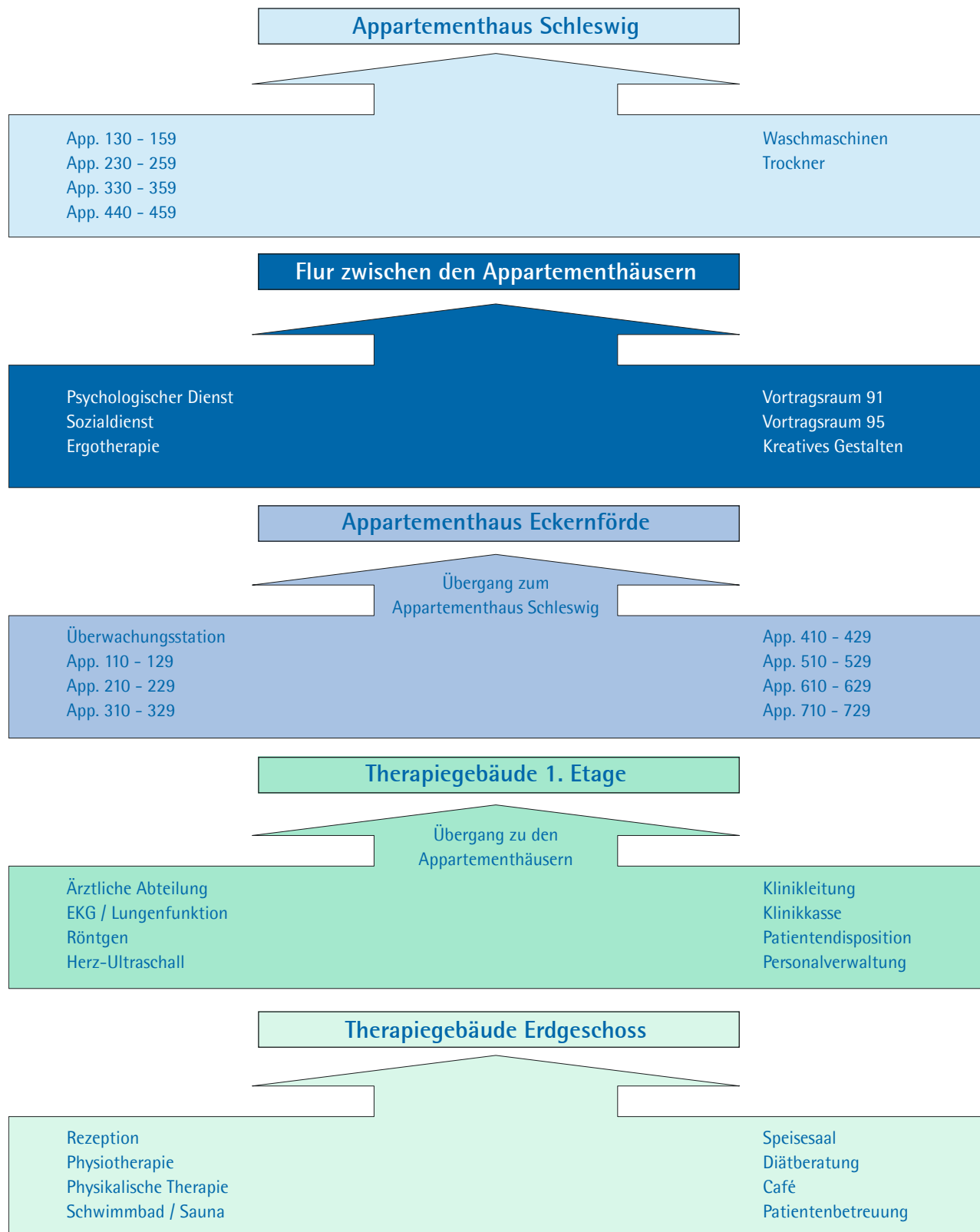
Hl. Messe sonntags 11:15 Uhr
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Tel.: 0 43 44/13 67
oder Pfarrbüro 04 31/70 97 90

24217 Schönberg
Kuhlenkamp 29



Wo finde ich was in der Ostseeklinik Schönberg-Holm



Abteilung Innere Medizin / Pneumologie/ Erkrankungen des Immunsystems – HIV – (Chefärztin: Frau Dr. Heike Buhr-Schinner)



Die Ostseeklinik Schönberg-Holm bietet für Atemwegspatienten ein multimodales ganzheitliches Rehabilitationsprogramm an. Nach einer eingehenden Aufnahmeuntersuchung wird in Absprache mit dem Patienten und unter Berücksichtigung der Therapieziele ein individuelles Therapieprogramm erstellt.

In die Behandlung gehen auch die Befunde der weiteren Diagnostik wie z. B. Lungenfunktion, Blutgasanalyse, Diffusionsmessung, Allergie-Diagnostik, Farbdoppler-Echokardiographie sowie weitere Ultraschalluntersuchungen, Belastungs-EKG sowie 6-Minuten-Gehtest, Röntgenuntersuchungen und Untersuchungen auf Schlafapnoe mit ein. Im Bedarfsfall werden die Fachärzte der anderen Abteilungen selbstverständlich mit eingeschaltet. Die wesentlichen Therapieziele sind:

1. Die Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Verminderung der pneumologischen Funktionseinschränkung durch leistungsgerechtes körperliches Training und durch eine entsprechende Atemtherapie
2. Die leitliniengerechte medikamentöse Therapie, sowie die Überprüfung des richtigen Gebrauchs und Schulung der inhalativen medikamentösen Therapie

3. Krankheitsadäquate Patientenschulung
4. Förderung von Präventivmaßnahmen und ggf. Motivation zur Nikotinkarenz einschließlich der Teilnahme am Nichtrauchertraining und Erlernen von Maßnahmen zur Allergenvermeidung
5. Verbesserung der Krankheitsverarbeitung und psychischen Stabilisierung durch psychologische Betreuung
6. Sozialberatung sowie Unterstützung bei der Antragsstellung und Einleitung von berufsfördernden Maßnahmen
7. Ergotherapeutische Betreuung
8. Intensive Ernährungsberatung sowie Motivation zu einer fettreduzierten gesunden Vollkost, ggf. Einleitung einer langfristigen Gewichtsreduktion
9. Verordnung eines Inhaliergerätes bzw. einer Hilfe zur Sekretmobilisation ggf. Einleitung und Verordnung einer Sauerstofflangzeittherapie
10. Einleitung bzw. Überprüfung einer Therapie bei schlafbezogener Atmungsstörung mit entsprechender Patientenschulung sowie positive Beeinflussung der zugrundeliegenden Risikofaktoren
11. Betreuung und Schulung von Patienten mit ventilatorischer Insuffizienz unter nicht-invasiver Heimbeatmung

Die Therapie stützt sich auf mehrere Therapiesäulen. Bei der Sport- und Bewegungstherapie führen wir eine Atemgymnastik, körperliches Training sowie ein Patientenverhaltenstraining durch, in dem Atemschulung und Atemtechniken bei Atemnot und bei Belastung erklärt



Schlaflabor



werden. Es werden die Atmung erleichternden Körperstellungen demonstriert und geübt. Die Übungen finden auch im Bewegungsbad statt. Sehr förderlich sind auch die Entspannungstechniken wie Atementspannung, Muskelentspannung nach Jakobson oder Autogenes Training. Bewährt hat sich auch Tai Chi/Qigong.

Ergänzend zum milden Seereizklima finden hier Inhalationen statt. Dies kann gegebenenfalls mehrmals täglich im Appartement durchgeführt werden. Eine herausragende Rolle spielt die Patientenschulung, die jeweils krankheitsbezogen durchgeführt wird.

Inhalte sind hauptsächlich die Aufklärung über die Anatomie und Aufgaben und Funktionen der Lunge. Es werden die Krankheitsursachen sowie die Therapiemöglichkeiten, die Kontrolluntersuchungen und das Verhalten im Notfall besprochen.

Die medikamentöse Therapie wird möglichst auf das absolut Nötige begrenzt und sie wird gegebenenfalls entsprechend der bestehenden Leitlinien optimiert. Weitere Therapiesäulen sind die pflegerische Betreuung, die Betreuung durch die Psychologen, die Ergotherapie, die Ernährungsberatung einschl. Lehrküche sowie Sozialberatung.

Die Abteilung Innere Medizin/Pneumologie/ Erkrankungen des Immunsystems richtet sich vor allem an Patienten mit folgenden Erkrankungen:

1. Asthma bronchiale
2. Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung auch im fortgeschrittenen Stadium mit Ateminsuffizienz und Emphysem einschließlich nicht-invasiver Heimbeatmung
3. Zustand nach Lungenentzündung
4. Zustand nach Lungenoperationen
5. Interstitielle Lungenerkrankungen und Lungenfibrosen
6. Chronische Rhinitis und Sinusitis
7. Schlafbezogene Atemstörungen, insbesondere obstruktive Schlafapnoe einschließlich deren Behandlung durch eine druckgesteuerte Beatmung (nCPAP-Therapie)
8. Patienten mit Immunerkrankungen HIV

Unser Behandlungsprogramm ist auch geeignet für Patienten mit zusätzlichen internistischen oder orthopädischen Begleiterkrankungen wie z. B. Stoffwechselerkrankungen, Herzerkrankungen, Erkrankungen der Gelenke und des Rückens.



Einzelgespräch mit Ihrem Arzt

Bewegungstherapie



Abteilung Innere Medizin / Kardiologie (Chefarzt: Herr Diethelm Neetz)



Die Ostseeklinik Schönberg-Holm bietet für HerzpatientInnen ein umfassendes stationäres Rehabilitationsprogramm an. Dieses Programm wurde im Laufe von mehr als 30 Jahren kontinuierlich weiterentwickelt. Es soll PatientInnen nach einer Herz-Operation, nach einem Herzinfarkt oder mit anderen Herzkrankheiten helfen, sowohl körperlich wie seelisch wieder gesund zu werden bzw. mit den Krankheitssymptomen besser zu Recht zu kommen. Die PatientInnen erhalten hierbei von unserem Reha-Team auch Beratung und Unterstützung bei den vielfältigen Möglichkeiten, selbst aktiv dazu beizutragen, die Gesundheit langfristig zu erhalten bzw. zu verbessern.

Das Therapie-Programm ist modular gestaltet und umfasst verschiedene Therapiebereiche wie den ärztlichen Bereich (mit FachärztInnen für Innere Medizin, Kardiologie, Pneumologie, Orthopädie, Rehabilitative und Physikalische Medizin, Sozialmedizin, Geriatrie), je nach Bedarf auch mit Pflege, Krankengymnastik, Physikalischer Therapie, Ergotherapie,

Psychologie/Psychotherapie, Diätberatung, Sozialberatung, ggf. auch mit Seelsorge. Die therapeutischen Gruppen sind unterschiedlich leistungsstark, so dass sowohl leistungsschwache wie auch stärker belastbare PatientInnen ein adäquates Rehabilitationsprogramm erhalten.

- Das Rehabilitationsprogramm richtet sich besonders an PatientInnen mit folgenden Krankheiten: Patienten nach Herzinfarkt, mit oder ohne Ballondilatation (PTCA) bzw. Stent-Implantation
- PatientInnen nach aorto-koronaren Bypass-Operationen (ACB), Operationen an einer Herzklappe, nach anderen Herzoperationen oder nach Operationen an der Hauptschlagader (Aorta) sowie nach kombinierten herzchirurgischen Eingriffen.
- PatientInnen mit chronischen Herzerkrankungen, insbesondere mit chronischer Herzschwäche (Herzinsuffizienz) mit Ausnahme einer akut dekompensierten Herzinsuffizienz (NYHA Schweregrad IV)
- PatientInnen mit Koronarer Herzkrankheit mit stabiler Symptomatik (Angina pectoris)
- PatientInnen mit symptomatischen Herzrhythmusstörungen, auch nach komplizierten Verläufen nach Implantation eines Schrittmachersystems

einschließlich Defibrillator-System (AICD).

- PatientInnen mit ambulant schwer einstellbaren kardiovaskulären Risikofaktoren, wie z.B. arteriellem Bluthochdruck, Übergewicht, Fettstoffwechselstörung, Nikotinabhängigkeit.
- PatientInnen mit psychischen Problemen / Störungen bei der Verarbeitung ihrer Herzkrankheit (z.B. nach Reanimation oder nach schweren Krankheitsverläufen)
- Patienten mit peripherer Durchblutungsstörung (pAVK) nach gefäßchirurgischen Eingriffen oder Gefäßinterventionen (Ballondilatation bzw. Stent), auch an hirnversorgenden Gefäßen.
- PatientInnen mit Zustand nach Gefäßverschlüssen (Embolien) an großen Gefäßen einschließlich Lungenembolie.

Die Therapiemodule werden, angepasst an die persönlichen Bedürfnisse und medizinischen Gegebenheiten, zu einem individuellen und krankheitsspezifischen Rehabilitationsprogramm zusammengestellt. Bei Begleiterkrankungen werden diese im Rahmen des Möglichen mit behandelt, insbesondere im Bereich Lungenheilkunde und Orthopädie; bei HIV-positiven PatientInnen bieten wir ein speziell angepasstes Therapieprogramm an.

Herz-Echo





Abteilung Orthopädie (Chefarzt: Herr Eike Oltmanns)

In der Kompetenzlinie Muskuloskeletale Rehabilitation behandeln wir Patienten mit Krankheiten und Verletzungen des Bewegungsapparates – speziell nach orthopädischen Eingriffen wie Hüft-/Knieprothesen.

Ziel ist eine optimale Funktion und größtmögliche Selbstständigkeit für unsere Patienten – auch bei Begleiterkrankungen oder vorbestehender Behinderung soll durch ein umfassendes, multimodales Behandlungsprogramm die Rückkehr ins Alltagsleben ermöglicht werden. Patienten und Angehörige können durch Schulung und Beratung in die Sekundärprävention miteinbezogen werden. Fachlich sind wir mit weiteren Spezialisten des Lubinus-Clinicums wie auch mit unseren Zuweisern vernetzt.

In der Abteilung Orthopädie werden speziell folgende Krankheitsbilder behandelt:

- Zustand nach orthopädischen Eingriffen, speziell Gelenkprothetik
- Zustand nach Verletzungen, konservativ oder operativ behandelt
- Arthrose, entzündlich-rheumatischen, weichteilrheumatischen Erkrankungen,
- Osteoporose oder chronischen Schmerzzuständen des Bewegungsapparates.

Die Therapiemodule werden – den persönlichen Bedürfnissen und medizinisch-chirurgischen Gegebenheiten angepasst – zu einem individuellen und krankheitsspezifischen Rehabilitationsprogramm zusammengestellt.



LUBINUS
GRUPPE

CLINICUM

AMBULANT

AKTIV

AKADEMIE

SERVICE

KOOPERATION

LUBINUS CLINICUM Orthopädische Chirurgie

LUBINUS
CLINICUM

Endoprothetik:
Dr. Ph. Lubinus,
Tel. 0431/388-205

**Hand- und
Mikrochirurgie:**
Dr. Chr. Ranft,
Tel. 0431/388-209

Fußchirurgie:
Dr. T. Fischer,
Tel. 0431/388-205

**Unfall- und arthroskopische
Chirurgie, Sporttraumatologie**
Dr. H. Laprell,
Tel. 0431/388-204

**Wirbelsäulenchirurgie,
Kinder-, Rheuma- und
onkolog. Orthopädie:**
Prof. Dr. Ch. Hopf,
Tel. 0431/388-302

**Plastische, Rekonstruktive u.
Ästhetische Chirurgie**
Dr. D. Drücke
Tel. 0431/388-305

Gefäßchirurgie:
Dr. A. Marquardt,
Tel. 0431/388-284

Schmerztherapie:
Dr. W. Wabbel,
Tel. 0431/388-281

**Anästhesie und operative
Intensivmedizin:**
Dr. C. Hudemann,
Tel. 0431/388-260

LUBINUS
AMBULANT

**Ambulantes
Operationszentrum:**
Tel. 0431/388-281
**Notfallambulanz,
D-Arzt, BG**
Tel. 0431/388-226

Privatärztliche Behandlung:
Alle Fachbereiche
**Ermächtigung für
Hand- und Mikrochirurgie**
**Ermächtigung für
Wirbelsäulenchirurgie,
Kinder- und onkologische
Orthopädie**

LUBINUS
AKTIV

**Praxis für Physiotherapie
Ambulantes Rehazentrum
Zentrum für Prävention**

LUBINUS
AKADEMIE

**Johann Hermann Lubinus
Schule**
• Schule für Physiotherapie:
Tel. 0431/388-120

Lubinus Akademie
• Fort- und Weiterbildung

LUBINUS
SERVICE

**Lubinus-Sodexo
Dienstleistungs-GmbH**
(Gastronomie/Partyservice)

**Lubinus Sitex-Service
GmbH**
(Wäscheversorgung)

**Lubinus-Kuhnert
Dienstleistungs-GmbH**
(Gebäudereinigung)

**Lubinus-orgaMed
Sterilgut GmbH**

LUBINUS
KOOPERATION

Praxen für:
Orthopädie
Gefäßchirurgie
Chirurgie
Urologie
Dermatologie/Allergologie
Zahnmedizin
Labormedizin
Radiologie
Anästhesie/Schmerztherapie
Anästhesie
Innere Medizin
Frauenheilkunde

Apotheke
Orthopädie Technik
Klinik-Shop



LUBINUS
GRUPPE

LUBINUS GRUPPE
Steenbeker Weg 25
24106 Kiel
Telefon 0431/388-0
Telefax 0431/388-240
info@lubinus-clinicum.de
www.lubinus-clinicum.de

MEDIZINISCHES
MVZ
VERSORGUNGSZENTRUM
LUBINUS GmbH

Pflegedienst

Unsere 5 Pflegegrundsätze
(5 Funktionen):

Die Pflegepersonen

- fördern und unterstützen die PatientInnen, indem sie für das gezielte Aufarbeiten der Defizite von deren Stärken ausgehen. Angehörige oder andere wichtige Bezugspersonen werden als wichtige Ressource erkannt und wann immer möglich in den Behandlungs- und Betreuungsprozess einbezogen,
- hören den Patienten zu, nehmen ihre Anliegen ernst und sind auch in Krisensituationen für sie da. Während der Betreuungsaufgabe achten die Fachpersonen darauf, dass sowohl die Selbstständigkeit wie auch die Autonomie der PatientInnen gefördert werden,
- überwachen den Allgemeinzustand der PatientInnen und wirken im interdisziplinären Behandlungs- und Betreuungsteam mit,
- befähigen die PatientInnen, vorhandene Ressourcen einzusetzen, um mit realistischen und möglichst einfachen Maßnahmen die Lebensqualität zu steigern. Auf krankheitsspezifische Risiken und Gefahren werden die PatientInnen durch Schulungen und Instruktionen gezielt vorbereitet,
- überprüfen die Qualität ihrer Arbeit fortlaufend, verbessern erkannte Schwachstellen und achten auf wirksames und wirtschaftliches Handeln.



ASSMANN

Medizin-, Orthopädie- und Rehathechnik

Wir versorgen den Norden

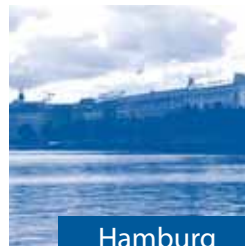


Kiel

Assmann GmbH Sanitätsfachgeschäft
Alter Markt 11 • 24103 Kiel
Tel. 04 31/7 75 73 50-60
Fax 04 31/7 75 73 40

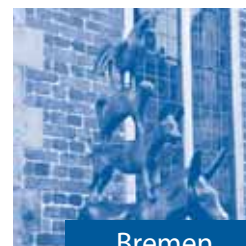
Assmann GmbH Sanitätsfachgeschäft
Sophienhof • 24103 Kiel
Tel. und Fax 04 31/7 75 73 19

Assmann GmbH
Technischer Kundendienst und Verwaltung
Tel. 04 31/7 75 73 20/21
Fax 04 31/7 75 73 41



Hamburg

Assmann GmbH Filiale Hamburg
Helbingstr. 53 • 22047 Hamburg
Tel. 0 40/41 35 61 09
Fax 0 40/41 35 61 10



Bremen

Assmann GmbH Filiale Bremen
Damaschkestr. 11 • 28307 Bremen
Tel. 04 21/2 76 23 13
Fax 04 21/2 76 23 14

e-mail: kontakt@assmann-kiel.de
www.assmann-kiel.de



Bewegungstherapie

Ziele der Bewegungstherapie

- Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit
- Verbesserung der Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination (Geschicklichkeit)
- Schulung des Alltagsverhaltens (z.B. rückengerechtes Verhalten)
- Linderung der Beschwerden / Schmerzreduzierung / Schmerzlösung
- Stärkung und Mobilisation des Bewegungsapparates (Muskeln, Gelenke, Knochen, Sehnen, Bänder)
- Verbesserung des Herz-Kreislauf- und Atmungssystems
- Senkung bzw. Stabilisierung des Blutdrucks
- Reduzierung oder Stabilisierung des Körpergewichtes
- Positive Beeinflussung des Blutzuckerspiegels (Altersdiabetes)
- Stärkung des Immunsystems
- Verbesserung der Körper- und Selbstwahrnehmung
- Verbesserung der Entspannungsfähigkeit
- Steigerung des Selbstvertrauens
- Steigerung der Mobilität
- Verbesserung der Lebensqualität

Unsere qualifizierten Physio- und Sporttherapeuten bieten zur Erreichung dieser Ziele folgende Anwendungen und Inhalte an:

Sport- und Gruppentherapie für Patienten mit Erkrankungen des Herzens und des Kreislaufs, der Atemwege, des Bewegungsapparates, des Stoffwechsels und des Immunsystems.

Die Gruppeneinteilung wird entsprechend der Erkrankung und der individuellen Belastbarkeit der Patienten durchgeführt.

- Gymnastik und Spiel
- Wassergymnastik
- Ausdauertraining als
 - Fahrradergometertraining
 - Lauftraining (Jogging)
 - Walking

- Nordic Walking
- Wanderung / Spaziergang (Terrain-training)
- Schwimmen
- Fahrradtour
- Rückenschule
- Rückengymnastik
- Medizinische Trainingstherapie (am Gerät)
- Atemtherapie /-schule
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen
- TaiChi und Qigong
- Bewegung nach Musik / Tanz
- (Rücken-) Schwimmkurs
- Fahrt mit dem Klinikbus zum Ostseestrand und Strandspaziergang (für minder belastbare Patienten)

Physiotherapeutische Einzeltherapie für Patienten mit den oben genannten

Erkrankungen, bei denen die eingeschränkte Belastbarkeit und / oder die Schwere der Erkrankung eine individuelle Therapie erfordern:

- Funktionelle Bewegungslehre (FBL)
- PNF
- Brügger-Therapie
- Medizinische Trainingstherapie (am Gerät)
- Manuelle Therapie
- Mc Kenzie
- Cranio-Sakrale Therapie
- Triggerpunkt-Therapie
- Cyriax
- Maitland
- Atemtherapie
- Skoliosebehandlung
- Schlingentisch
- Therapie nach Dorn/Breuss
- Mulligan-Konzept
- Mobilisation des Nervensystems (NOI)

Krankengymnastik / Koordinationstraining



Physikalische Therapie

Unsere Möglichkeiten für Ihre Gesundheit:

Die Physikalische Therapie der Ostseeklinik Schönberg-Holm bietet für alle Fachbereiche ganzheitliche und individuelle Möglichkeiten für Anwendungen und nimmt so einen bedeutenden Stellenwert ein.

Sie dient der Vorbeugung von Schäden des Körpers, dem Erhalt der Gesundheit, der schnellstmöglichen Genesung und der Wiedereingliederung in den Alltag und in das Berufsleben.

Das Team setzt sich aus erfahrenen MasseurlInnen und medizinischen BademeisterInnen zusammen, die zum großen Teil in zusätzlichen Spezialtherapien ausgebildet sind. Die Mitarbeiter erbringen die medizinischen Leistungen in den spezi-

ellen Therapieräumen der Physikalischen Therapie und auf den Stationen.

Ziele der Therapie sind:

- Rückgewinnung der Normalfunktion
- Verminderung bzw. Befreiung von Schmerzen
- Verbesserung der Mobilität
- Verbesserung der Lebensqualität.

Um diese Ziele erreichen zu können, steht uns in der Ostseeklinik Schönberg-Holm das gesamte Leistungsspektrum der Physikalischen Therapie zur Verfügung:

- Mechanotherapie
- Elektrotherapie
- Thermotherapie
- Hydrotherapie
- Inhalationstherapie
- Heliotherapie



Kältebehandlung gegen den Schmerz

Ergotherapie

Ergotherapie gehört in der Ostseeklinik Schönberg-Holm zu den rehabilitativen Behandlungsangeboten und ist eine eigenständige, vom Arzt verordnete Therapieform.

In unserer Klinik sind eine Ergotherapeutin und ein Ergotherapeut angestellt, die Sie während Ihrer ergotherapeutischen Behandlung betreuen.

Aus dem griechischen stammend, meint „ergo“ soviel wie „tun, handeln, arbeiten“. Ergotherapeutische Behandlungen sind

immer ein Appell an die selbstständige Handlungsfähigkeit des Patienten.

Unter therapeutischer Anleitung soll der Patient neue oder verloren gegangene Fähigkeiten erfahren, erkennen und erlernen.

Das Behandlungsangebot in der Ostseeklinik Schönberg-Holm umfasst:

- die Arbeitsplatzberatung für PC-Arbeitsplätze
- die Handtherapie

- das Training der Aktivitäten des täglichen Lebens
- das Hirnleistungstraining
- die Frühmobilisation und
- andere motorisch-funktionelle Behandlungen.

Zu den Aufgaben der Ergotherapie gehört auch die Hilfsmittelberatung, um die größtmögliche Selbstständigkeit im Alltag zu ermöglichen. Die ergotherapeutische Abteilung finden Sie im Raum 96, gleich neben dem großen Vortragsraum.



Psychologische Betreuung

Liebe Patientin, lieber Patient,

im Rahmen der ganzheitlichen Betreuung bieten wir Ihnen die folgenden psychologischen Therapieverfahren an:

- Das **Autogene Training**, mit dem Sie eine Entspannungsmethode zur besseren Erholung, Harmonisierung und Stabilisierung kennen, die Sie auch zu Hause für sich weiter anwenden können. Bitte klären Sie die Teilnahmemöglichkeit im Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt. Kursbeginn ist jeweils donnerstags um 14.00 Uhr im Raum 24.
- Die **Stressbewältigungsgruppen**, in denen Sie die Möglichkeit haben, in einer Gruppe mit anderen PatientInnen über die für Sie bedeutsamen Belastungssituationen zu sprechen und gemeinsam nach praktikablen Lösungsansätze zu suchen. Für diese Gruppen ist es notwendig, dass Sie sich vor Beginn während unserer Sprechzeiten anmelden.
- Die **psychologische Schmerztherapie** ist ein Angebot für PatientInnen mit chronischen Schmerzen. Im Gruppengespräch werden Strategien zur Entlastung im Umgang mit den Schmerzen erarbeitet. Entspannungs- und Visualisierungsübungen dienen der Erfahrung und Einübung zur Schmerzbeeinflussung. Die Empfehlung erfolgt über den behandelnden Arzt.

- Die **psychologische Gesprächsgruppe für PatientInnen mit bestehender HIV-Erkrankung** bietet allen Betroffenen die Gelegenheit, sich unter psychologischer Moderation mit der Erkrankung auseinander zu setzen. Die Empfehlung erfolgt über den behandelnden Arzt.
- Die **Nichtraucher**kurse, in denen Sie Gelegenheit haben, sich mit der Frage zu beschäftigen, was das Rauchen für Sie bedeutet und ob Sie für sich die Entscheidung zum Nichtrauchen treffen wollen und können. Zur Teilnahme melden Sie sich bitte rechtzeitig innerhalb der psychologischen Sprechstunden an.
- Die **Gesprächsgruppe Übergewicht** bietet allen Betroffenen eine Unterstützung für die Gewichtsreduktion zur Förderung eines gesundheitsbewussten Ernährungsverhaltens und Lebensstils. Gewohnheiten und eine Vielzahl von Problemsituationen führen im Alltag häufig dazu, dass Abnehmen und/oder Gewicht halten sehr schwierig werden können. Gemeinsam soll eine langfristige günstige Gestaltung des Essverhaltens erarbeitet werden. Bitte melden Sie sich nach ärztlicher Absprache für die Teilnahme persönlich innerhalb der psychologischen Sprechzeiten an.
- Für sehr individuelle Probleme besteht auch die Möglichkeit, **beratende oder psychotherapeutische Einzelgespräche** auf Anregung bzw. nach vorheri-

ger Abstimmung mit Ihrer behandelnden Ärztin/Ihrem behandelndem Arzt zu vereinbaren. Für eine persönliche Terminvereinbarung stehen wir Ihnen während unserer Sprechzeiten zur Verfügung.

Sprechzeiten:

Mittwoch:	8.30 Uhr bis 9.45 Uhr
Tina Eggers / Raum 92	
Donnerstag:	8.30 Uhr bis 9.45 Uhr
Gudrun Zepter / Raum 90a	
Freitag:	8.30 Uhr bis 9.45 Uhr
Dr. Jürgen Bernien / Raum 94	

Während dieser Zeiten können Sie sich zu den Gruppen anmelden, Termine für Einzelgespräche vereinbaren und Fragen bezüglich der passenden Angebote für Sie klären. Außerplanmäßige Änderungen entnehmen Sie bitte den Aushängen an den entsprechenden Zimmertüren.

Gruppengespräch



Sozialdienst

Auf unserem eigenen individuellen Lebensweg gibt es Situationen, in denen wir Beratung und Hilfe in Anspruch nehmen möchten.

Die Grundaufgabe des Sozialdienstes besteht darin, Menschen bei der Bewältigung sozialer Probleme zu unterstützen.

Wir informieren und beraten Sie bei sozialen Fragen.

- Schwerbehindertenrecht
- Berufliche Rehabilitation
- Soziale Rehabilitation
- Rentenangelegenheiten
- Sozialrecht
- Wirtschaftliche Hilfen
- Pflegeversicherung
- Ambulante Hilfen
- Wohnungsfragen / Wohnen im Alter
- Kontakte und Infos zu Selbsthilfegruppen

Die Vermittlung von Hilfen durch ambulante Dienste und Beratungsstellen gehört ebenso wie die Hilfestellung beim Umgang mit Behörden, Krankenkassen und bei Antragstellungen zu unserem Aufgabengebiet.

Wir werden auf Ihren Wunsch und durch Vermittlung Ihres Stationsarztes oder die Therapieplanung tätig.

„Selbsthilfe med. Bewegung e.V.“ – In Gemeinsamkeit stark

Ein Verein – gegründet am 17.05.2004 – mit der Zielsetzung bezahlbare, qualifizierte Gymnastik anzubieten für Personen mit Problemen des Bewegungsapparates.

Zweck des Vereins ist die Organisation als Selbsthilfeverband für Gelenkerkrankungen und Förderung der Schmerzbekämpfung von Erkrankungen mit dem Ziel der eigenverantwortlichen Gesundheitsvorsorge. Zur Erreichung dieser Ziele bedient sich der Verein nachstehender Möglichkeiten.

- Die Pflege und Förderung des Rehabilitationssports und Funktionstrainings
- Die Rheumabekämpfung zu fördern
- Die Rheumakranken aufzuklären und zu beraten
- Die Rheumaphylaxe zu unterstützen
- Funktionstraining und Rehabilitationssport umfassen Übungen, die in der Gruppe im Rahmen regelmäßiger Übungsveranstaltungen durchgeführt werden
- Der Verein verfolgt ausschließlich gemeinnützige Zwecke

- Mittel des Vereins dürfen nur für die satzungsmäßigen Zwecke verwendet werden

Pro Woche werden in kleinen Gruppen 30 Minuten Warmwassergymnastik und auch Trockengymnastik unter Leitung qualifizierter und lizenzierter Physiotherapeuten angeboten.

Mit 2 Warmwasser-Therapiegruppen ist der Verein gestartet, gegenwärtig bestehen 12 Warmwasser – und 2 Trockengymnastiktherapiegruppen.

Mit 17 Personen wurde der Verein gegründet und ist auf circa 180 Mitglieder angewachsen.

Damit unsere Mitglieder von Krankenkassen gefördert werden können, wurde der Verein Mitglied beim „Rehabilitations- und Behindertensportverband Schleswig-Holstein e.V.“ des Landessportverbandes. Die Gruppen werden von Physiotherapeu-

ten mit einer Reha – Lizenz geleitet. Der Ablauf der Therapien wird vom Behindertensportverband überwacht.

In den Verein kann jeder eintreten, egal ob bereits von Schmerzen befallen oder als Präventionsmaßnahme. Die Übungen werden von den Physiotherapeuten auf die einzelnen Krankheitsbilder abgestimmt. Nur durch Kontinuität wird das Ziel (bessere Beweglichkeit und weniger Schmerzen) erreicht.

Durch die ehrenamtliche Führung des Vereins können die Beiträge gering gehalten werden.

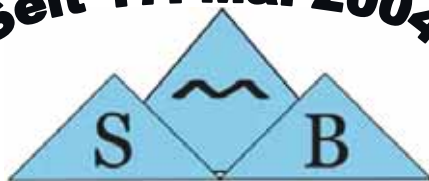
Neben den Sportkursen sind auch gemeinsame Aktivitäten wichtig. Es werden Radtouren, Weihnachtsfeiern und Bustouren organisiert. Gerne sitzen unsere Mitglieder auch nach der Therapie im Café der Ostseeklinik Schönberg-Holm zusammen.

Die Therapien finden nachmittags von Dienstag bis Freitags in der Ostseeklinik Schönberg-Holm statt.

Nähere Auskünfte erteilen gerne:

1. Vorsitzender: Fritz Knels
Tel. 04385 599636
2. Vorsitzender: Norbert Martensen
Tel. 04344 3256

seit 17. Mai 2004



Selbsthilfe med. Bewegung e.V.

Mitglied im Rehabilitations- und Behindertensportverband Schleswig - Holsten e.V.

Unter Leitung von med. qualifizierten Physiotherapeuten bieten wir in vertrauten Selbsthilfegruppen

- Warmwassergymnastik
- Trockengymnastik

Weitere Info unter:

1. Vorsitzender: Fritz Knels Tel. 04385 /599636
2. Vorsitzender: Norbert Martensen 04344/3256

Selbsthilfe med. Bewegung e.V.





Speisesaal

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

gern möchten wir Ihnen einige Informationen zu unserem Speisesaal geben.

Zum Frühstück und Abendessen bedienen Sie sich bitte an unseren Buffets. Gerne können Sie sich ein Stück Obst als Zwischenmahlzeit mit auf Ihr Zimmer nehmen. Das Mittagessen wird Ihnen von unserem Serviceteam an Ihrem Platz serviert. Zusätzlich können Sie sich an unserem Buffet einen Beilagensalat zusammenstellen oder eine Suppe nehmen. Das Dessert steht schon an Ihrem Platz für Sie bereit.

Im Zugangsbereich unseres Speisesaals finden Sie eine Tee-Station. Hier können Sie sich den ganzen Tag kalten und warmen Früchtetee einschenken. Für die Mitnahme auf Ihr Zimmer haben Sie die Möglichkeit, in unserem Café eine Thermoskanne zu leihen. Diese wird Ihnen dann morgens von unseren Servicekräften aufgefüllt. Stellen Sie hierfür Ihre leere Kanne auf dem Tisch gegenüber dem Speisesaaleingang ab. Nach dem Frühstück können Sie die Kanne gefüllt wieder mitnehmen.

Essenzeiten

in der Ostseeklinik Schönberg-Holm

Frühstück:	7.00 Uhr – 9.00 Uhr
Mittagessen:	11.45 Uhr – 12.45 Uhr
Abendessen:	17.30 Uhr – 18.30 Uhr

Sollten Sie an einer Mahlzeit nicht teilnehmen, bitten wir Sie sich abzumelden. Für die **Abmeldung zum Mittagessen**, legen Sie Ihre Platzkarte bitte auf den Rücken (mit der Schrift nach oben). Möchten Sie nicht am Mittagessen und am Abend-

essen teilnehmen, legen Sie Ihre Platzkarte bitte mit der Schrift nach unten. Zum **Frühstück** melden Sie sich ab, indem Sie die Platzkarte nach dem Abendessen mit der Schrift nach unten legen.

Sollten Sie schon morgens eine Untersuchung haben, zu der Sie nüchtern erscheinen müssen, sprechen Sie bitte mit Ihrer Servicekraft, damit Ihnen ein Frühstück zurück gestellt wird.

Letztlich möchten wir Sie bitten, die Essenzeiten einzuhalten und aus hygienischen Gründen keine Speisen und Getränke mit in den Speisesaal zu bringen.

Für persönliche Gespräche nach den Mahlzeiten oder ein Treffen in gemüthlicher Runde steht Ihnen unser Café zur Verfügung.

Diätassistentinnen

Nach Ihrer Ankunft nehmen Sie vorerst automatisch an der Vollkost teil. Wir sind nach dem ärztlichen Aufnahmegespräch für Sie da, um mit Ihnen die verordnete Kostform – im Rahmen der Gemeinschaftsverpflegung – zu besprechen. Individuelle Extras sind nur möglich, wenn

sie medizinisch notwendig und verordnet sind. Alle Kostformen der Ostseeklinik Schönberg-Holm richten sich nach den 10 Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für ein vollwertiges Essen und Trinken:

1. Vielseitig Essen
Genießen Sie die Lebensmittelvielfalt. Merkmale einer ausgewogenen Ernährung sind abwechslungsreiche Auswahl, geeignete Kombination und angemessene Menge nährstoffreicher und energiearmer Lebensmittel
2. Reichlich Getreideprodukte und Kartoffeln
3. Gemüse und Obst – „5 am Tag“
4. Täglich Milch und Milchprodukte; ein bis zweimal in der Woche Fisch; Fleisch, Wurstwaren sowie Eier in Maßen
5. Wenig Fett und fettreiche Lebensmittel
6. Zucker und Salz in Maßen
7. Reichlich Flüssigkeit
8. Schmackhaft und schonend zubereiten
9. Nehmen Sie sich Zeit, genießen Sie Ihr Essen
10. Achten Sie auf Ihr Gewicht und bleiben Sie in Bewegung



Lernen Sie mit unseren Diätassistentinnen die gesunde Küche kennen

Sie finden uns in Raum 30a zu den dort angegebenen Sprechzeiten. Zusätzlich sind wir während der Frühstückszeit im Speisesaal für Sie da, um Fragen zu beantworten.

Küche

Die Speisen bereiten wir Ihnen in unserer hauseigenen Küche frisch zu. Da wir eine Gemeinschaftsverpflegung haben, werden alle Gerichte neutral gewürzt. Gern können Sie sich Ihr Essen mit den im Speisesaal zur Verfügung stehenden Gewürzen nach Belieben verfeinern. Sollten Sie nicht mit Ihrer Kostform zurechtkommen, wenden Sie sich bitte an die Diätassisten-

tinnen. Wir müssen uns an die Kostformverordnung Ihres Arztes und der Diätassistentinnen halten.

Service

Gern stehen wir Ihnen bei den Mahlzeiten zur Seite. Wir helfen Ihnen, wenn Sie sich aus gesundheitlichen Gründen nicht selbst am Buffet bedienen können und sind Ansprechpartner für die Sitzordnung im Speisesaal.

Auch Besucher sind in unserem Speisesaal herzlich willkommen. Sollten Sie an einem Tag Besuch empfangen, der an unseren Mahlzeiten teilnehmen möchte,

sagen Sie uns bitte schon beim Frühstück (spätestens bis 10.00 Uhr), wie viele Personen es sein werden.

Wir ermöglichen dann, dass Sie zusammen an einem Tisch sitzen können. Sollten Sie erst nach 10.00 Uhr von Ihrem Besuch Kenntnis erlangen, fragen Sie bitte an der Rezeption nach, ob die Teilnahme am Mittagessen noch möglich ist.

An der Rezeption erwerben Sie auch die Essenmarken für Ihre Besucher. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis, dass wir nur bei Abgabe der Essenmarken Speisen an Besucher ausgeben.





Hausreinigung

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

Um Ihnen den Aufenthalt in der Ostseeklinik Schönberg-Holm so angenehm wie möglich zu gestalten, führen wir die Reinigung Ihres Appartements Montag bis Freitag in der Zeit von 7.30 Uhr bis 13.00 Uhr durch.

Sollten Sie einmal ungestört sein wollen, möchten wir Sie bitten das „Bitte-nicht-stören-Schild“ außen an Ihre Tür zu hängen; gern leeren wir den Müll trotzdem,

stellen Sie den Mülleimer einfach vor die Tür. Um uns Ihre Wünsche mitzuteilen, verwenden Sie bitte das kleine Kärtchen und lassen dieses gut sichtbar auf dem Tisch liegen. Selbstverständlich können Sie uns auch jederzeit persönlich ansprechen.

Wir danken für Ihr Verständnis, dass wir nur auf dem Fußboden liegende Frottiertaschen austauschen und keine zusätzlichen Hand- und Duschtücher zur Verfügung stellen können.

Ostseeklinik Schönberg-Holm von A – Z

A

Abreise

Ihre Abreise erfolgt bitte bis spätestens 9.00 Uhr. Bitte denken Sie daran, Ihren Appartementschlüssel an der Rezeption abzugeben. Geliehene Bücher, Wolldecken, Thermoskannen, Wäschestücke und medizinische Geräte wie Peak-Flow-Meter, Blutdruckmessgeräte, Witschi-Kissen, Inhalationsgeräte etc. geben Sie bitte ebenfalls rechtzeitig zurück.

Unsere Zivildienstleistenden sind Ihnen beim Koffertransport gerne behilflich. Teilen Sie dies bitte bei Bedarf Ihrer zuständigen Stationschwester oder der Rezeption mit. Vergessen Sie am Entlassungstag nicht, Ihren Entlassungsschein an der Rezeption abzuholen. Diesen benötigen Sie zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse oder bei Ihrem Arbeitgeber.

Anwendungen

Bringen Sie bitte zu jeder Behandlung die Therapiekarte mit.

Ärztliche Eingangsuntersuchung

Am Anfang der Rehabilitationsbehandlung steht eine gründliche ärztliche Untersuchung durch Ihre Stationsärztin oder Ihren Stationsarzt. Den Termin für diese Untersuchung bekommen Sie von Ihrer Stationschwester. Bitte bringen Sie zu diesem Termin Ihre medizinischen Unterlagen und ggf. Röntgenbilder etc. mit.

Ausflüge

Die Ostseeklinik Schönberg-Holm befindet sich in einer landschaftlich und kulturell reizvollen Gegend in Schleswig-Holstein. Ausflugsfahrten zu Sehenswürdigkeiten unseres Landes werden jeweils am Sonntag veranstaltet. Beachten Sie bitte den wöchentlich erscheinenden Veranstaltungskalender sowie das Informationsblatt an der Rezeption.

Auto

Für Patienten, Besucher und Mitarbeiter stehen nur wenige Meter von der Klinik entfernt Parkplätze zur Verfügung. Bitte

parken Sie nur auf den ausgeschilderten Parkplätzen. Das Aussteigen von gehbehinderten Patienten oder Ausladen von Gepäck direkt vor dem Haupteingang ist selbstverständlich möglich. Im Übrigen gilt auf dem Gelände der Ostseeklinik Schönberg-Holm die Straßenverkehrsordnung mit Parkverbotszonen. Bitte fahren Sie langsam!

B

Behandlung

Für Ihre Behandlung stellen unsere Ärzte einen Therapieplan auf. Um den Heilungsverlauf nicht zu gefährden ist es wichtig, dass Sie alle Verordnungen einhalten und die Anweisungen der medizinischen und pflegerischen Mitarbeiter befolgen. Gern beantwortet Ihr/e Arzt/Ärztin Ihnen und Ihren Angehörigen Fragen zur Krankheit und Behandlung.

Begleitperson/Besuch

Sollten Sie während Ihres Aufenthaltes Besuch von Ihren Angehörigen bekom-

men, so können diese kostenpflichtig mit in Ihrem Appartement untergebracht werden. Bitte melden Sie Ihre Angehörigen bis zum Vorabend der Anreise an der Rezeption an.

Begrüßung durch den Chefarzt

An jedem Freitag von 15.00 bis 16.00 Uhr werden Sie in der Anreiseweche von einem unserer Chefarzte begrüßt (Raum 95).

Begrüßung durch den Patientenservice

An jedem Mittwoch um 15.30 Uhr erhalten neu angereiste Patienten in der Empfangshalle nützliche Informationen und eine kurze Führung durch die Therapieabteilung.

Blutdruck-Messgeräte

Die Messgeräte zur Selbstmessung finden Sie am Ende jedes zweiten Flures im Haus „Eckernförde“ und „Schleswig“.

Briefe

Die Brief- und Postzustellung erfolgt zwischen 11.00 Uhr und 13.00 Uhr durch Einlegen in Ihre Postfächer und Ausgabe durch die Rezeption. Das Einsortieren geschieht schneller und reibungsloser mit dem Vermerk Ihrer Appartementnummer auf allen eingehenden Postsendungen. Ihre ausgehende Post können Sie in den öffentlichen Briefkasten auf der Brücke (zwischen Hauptgebäude und Appartementhaus „Eckernförde“) einstecken. Der Briefkasten wird werktags um ca. 11.00 Uhr geleert. Die nächste Postagentur befindet sich in Schönberg.

Bücherverleih

Falls Sie gern lesen und selbst keine Lektüre mitgebracht haben, können Sie im Cafe gebührenfrei Bücher entleihen. Denken Sie bitte an die Rückgabe vor Ihrer

Abreise! Aktuelle Tageszeitungen stehen dort ebenfalls für Sie zur Verfügung.

Büffetschulung

Montag sowie Mittwoch bis Freitag steht Ihnen im Speisesaal eine Diätassistentin von 7.45 Uhr bis 8.30 Uhr für Fragen zum Buffet und für Ernährungsfragen zur Verfügung.

Bügeln

Leihbügelleisen erhalten Sie an der Rezeption. Im Wasch- und Bügelraum im Erdgeschoss des Appartementhauses „Schleswig“ steht Ihnen ein Bügelbrett zur Verfügung.

C

Café

Ein behaglicher und zentraler Treffpunkt für Patienten und Besucher ist unser Café. Hier können Sie die aktuellen Tageszeitungen lesen und käuflich Zeitschriften erwerben.

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

von

8.15 – 22.15 Uhr

Samstag und Sonntag

von

9.30 – 22.15 Uhr

E

Ernährungsberatung

Damit Sie die Ihnen verordnete Kostform baldmöglichst erhalten, nehmen Sie bitte zu den Sprechzeiten im Raum 30a (Durchgang zum Speisesaal) Kontakt mit unseren Diätassistentinnen auf.

Sprechzeiten:

Montag – Freitag 9.00 Uhr – 11.00 Uhr

Freitag 13.00 Uhr – 14.00 Uhr

Bitte bringen Sie die Kostverordnung sowie Ihren Therapieplan mit.

F

Fahrradfahren – Fahrräder

Mitgebrachte Fahrräder können kostenlos im Fahrradunterstand im Haus „Eckernförde“ untergestellt werden.

Falls Sie kein eigenes Fahrrad mitgebracht haben, können Sie eines beim ortsansässigen Verleih mieten. Für mitgebrachte Fahrräder übernimmt die Ostseeklinik Schönberg-Holm keine Haftung.

Fahrpläne

Ein Fahrplan mit Zug- und Busverbindungen sowie mit den Fahrzeiten der Förderschiffe hängt neben der Rezeption aus.

Fernsehen – Radio

Um die Wünsche unserer Patienten zu erfüllen, haben wir einen Fernsehraum im Freizeitbereich zwischen den Appartementshäusern „Eckernförde“ und „Schleswig“ eingerichtet.

Für besondere Anlässe steht ein weiteres Fernsehgerät im Billardraum des Cafés zur Verfügung. Außerdem können Sie Ihr Fernsehgerät auf dem Appartement an der Rezeption gegen eine Gebühr von € 1,70 pro Tag freischalten lassen.

Entspannung im Wintergarten





Freiwillige Aktivitäten

Bringen Sie Ihre Anwendungskarte bitte auch zu den freiwilligen Aktivitäten mit. Therapeutische Anwendungen haben Vorrang vor den zusätzlichen freiwilligen Aktivitäten (z.B. Fahrradtour, Wanderungen, Bewegung nach Musik).

Fundsachen

Bitte an der Rezeption abgeben bzw. dort nachfragen.

G

Geld/Wertsachen

Geld und kleinere Wertsachen (z.B. Schmuck) können Sie in der Verwaltung (Zi. 81) hinterlegen.

Geldinstitute in Schönberg

Postagentur, Knüllgasse 3;
Raiffeisenbank im Kreis Plön eG,
Bahnhofstraße 11;
Förde Sparkasse, Knüll 6;
Vereins- und Westbank AG,
Bahnhofstraße 7.

Getränke

Getränke erhalten Sie im Café. Das Leergut bitte dort wieder abgeben. Auf Wunsch kann Mineralwasser kistenweise gegen geringes Entgelt jeweils montags, mittwochs und freitags auf Ihr Appartement gebracht bzw. Leergut abgeholt werden. Anmeldung über das Café möglich.

Gottesdienste, Kirchen, Seelsorge

Die Gottesdienstzeiten finden Sie in den Aushängen an der Infotafel der Rezeption. Wenn Sie es wünschen, werden wir auch gern den Besuch eines Seelsorgers bei Ihnen veranlassen. Bitte melden Sie sich bei Ihrer Stationschwester oder nutzen Sie den schwarzen Briefkasten am Ende der Brücke.

Grüne Damen

Die Grünen Damen sind dienstags und freitags von 9.00 – 13.00 Uhr im Haus. Sie können sie über die Schwestern (Nr. 127) erreichen.

H

Handys

Bitte denken Sie daran, während der Vorträge, in den medizinischen und therapeutischen Bereichen sowie während der Mahlzeiten Ihr Handy auszuschalten.

Hausordnung

Muss leider sein und dient dem Interesse aller Patienten. Bitte beherzigen Sie die Regeln der Hausordnung.

Hausöffnung – Mittagsruhe – Nachtruhe

Der Erfolg Ihrer Heilbehandlung hängt wesentlich davon ab, ob Sie in unserem Hause Ruhe und Entspannung finden können. Wir bitten deshalb alle Patienten, die Hausordnung einzuhalten und in größtmöglichem Umfang Rücksicht aufeinander zu nehmen. Während der Mittagsstunden von 13.00 bis 15.00 Uhr sollte im Hause soweit wie möglich Ruhe herrschen.

In der Zeit von 22.30 bis 6.00 Uhr ist Nachtruhe. Die Haupteingangstür wird um 21.00 Uhr verschlossen. Bitte betreten Sie das Haus ab dieser Zeit über die Nebeneingänge der Appartementshäuser. Diese Türen werden um 23.00 Uhr verschlossen. Ab 6.00 Uhr werden die Türen wieder geöffnet. Ein verlängerter Ausgang, z. B. bei Sonderveranstaltungen, ist möglich, bedarf jedoch der Genehmigung durch den behandelnden Arzt. Bitte unterrichten Sie die zuständige Stationschwester, wann Sie an dem betreffenden Tag in die Klinik zurückkehren werden.

I

Informationen

Wenn Sie Fragen haben, Tipps oder Auskünfte benötigen: An der Rezeption hilft man Ihnen gerne weiter.

Internet

Im Café stehen Ihnen gegen Gebühr zwei PC's mit Internetzugang zur Verfügung. Zudem haben Sie hier die Möglichkeit, mit Ihrem eigenen Laptop über W-LAN das Internet zu nutzen.

K

Kleiderbügel

Erhalten Sie bei zusätzlichem Bedarf von Ihrer Reinigungsdame.

Kulturelle Veranstaltungen

Werden regelmäßig in der Klinik durchgeführt. Zeit und Ort entnehmen Sie bitte dem wöchentlich erscheinenden Veranstaltungskalender sowie der Info-Tafel an der Rezeption. Eintritt frei! Veranstaltungen außerhalb des Hauses wie Theater und Konzerte werden rechtzeitig bekannt gemacht.

Kunst in der Klinik

Das gesamte Jahr über stellen wir im gesamten Klinikgebäude Bilder und Objekte zeitgenössischer Künstler der Umgebung aus. Wenn Sie mehr darüber wissen möchten – über den Künstler, die Dauer der Ausstellung oder ob die Bilder und Objekte käuflich zu erwerben sind – informiert Sie unsere Patientenbetreuung in Zimmer 30.

Kritik und Lob, Beschwerden und Anregungen

Wir sind für Kritik und Anregungen jeglicher Art dankbar. Kommen Sie bitte zu

unserer 14-tägig stattfindenden Aussprachestunde „Der Patient hat das Wort“. Der Qualitätsmanager, ein Chefarzt, die Küchenleitung und die Hausreinigung stehen Ihnen gern für konstruktive Gespräche zur Verfügung. Teilen Sie uns doch bitte auch Ihr Urteil über unsere Klinik und einzelne Aspekte der Betreuung in unserem Hause auf dem Beurteilungsbogen mit, der Ihnen bei der Aufnahme von der Stationschwester ausgehändigt wird.

L

Liegestühle/Sonnenliegen

Stehen Ihnen zur freien Benutzung bei entsprechendem Wetter in den Sommermonaten im Außenbereich zwischen Café und Turnhalle zur Verfügung. Bitte halten Sie die Liegestühle aus Rücksicht zu Ihren Mitpatienten nicht unnötig besetzt.

Lehrküche

Die Lehrküche gehört zu den Therapien bei Übergewicht und ernährungsabhängigen Erkrankungen. Sie wird Ihnen vom Arzt verordnet. Wenn keine medizinische Notwendigkeit besteht, wenden Sie sich bei Interesse bitte an die Diätassistentin in Zimmer 30 a.

M

Medikamente

Die im Therapieplan verordneten Medikamente werden Ihnen werktags in der Zeit von 11.00 Uhr – 12.00 Uhr und 16.00 Uhr – 17.00 Uhr auf der Überwachungsstation (Zimmer 126) gegen Vorlage des Therapieplans ausgehändigt. Mitgebrachte Medikamente können auf der Station im Kühlschrank gelagert werden.

N

Nachtdienst

Nachts können Sie die Nachtschwes-tern und den jeweils diensthabenden Arzt unter der Telefon-Nr. 127 erreichen.

Notruf

Im Falle eines dringenden medizinischen Notfalls sind Sie mit der Telefonnummer 99 direkt mit der Überwachungsstation verbunden. Diese Verbindung wird automatisch auch bereits dadurch hergestellt, dass Sie den Telefonhörer von der Gabel nehmen, ohne gleich zu wählen. Bitte wählen Sie die Nummer 99 nur, wenn ein wirklich dringender Notfall besteht, z. B. wenn Sie zu Hause 112 wählen würden. In anderen Fällen bitten wir darum, die Überwachungsstation über die Nr. 127 anzurufen und den Notruf freizuhalten.

Das Anschließen eines technischen Gerätes (z.B. Laptop) an die Telefondose ist nicht gestattet, da hierdurch der Notruf außer Betrieb gesetzt wird.

Auch in den Therapieräumen sind zu Ihrer Sicherheit Notrufeinrichtungen installiert. Hier lösen Sie einen Notruf aus indem Sie an den sich dort befindenden Notruf-schnüren ziehen oder einen der roten Tas-ter mit dem Schwesternsymbol betätigen.

P

Parkplätze für Patienten und Besucher

Die Klinik ist bemüht, den mit Pkw anrei-senden Patienten ausreichend Parkmög-lichkeiten auf dem Klinikgelände zur Ver-fügung zu stellen. Ausschließlich für Patienten und Besucher sind deshalb die ausgeschilderten Parkplätze an der Straße „Osterwisch“ reserviert. Achten Sie dar-auf, dass die Parkplätze 1 – 10 Behinder-

tenparkplätze sind! Für diese Stellplätze erhalten Sie, nach Vorlage des Schwer-behindertenausweises an der Rezeption, Parkausweise.

Patientenausweis

Bei Ihrer Ankunft erhalten Sie einen Pati-entenausweis, der auch als Kurkarte dient. Tragen Sie diesen Patientenausweis aus Sicherheitsgründen bitte bei sich, wenn Sie das Haus verlassen. Begleitpersonen kön-nen mit dem „Patientenausweis“ bei der Schwimmbadaufsicht ihre Berechtigung zur Schwimmbadbenutzung nachweisen.

Patientenbetreuerin

Unsere Patientenbetreuerin ist für alle Fra-gen und Wünsche bezüglich Ihres Aufent-haltes und Ihres Appartements zuständig. Erreichbar werktags von 8.00 – 12.00 Uhr in Zimmer Nr. 30.

Postdienste

Briefmarken und Telefonkarten sind an der Rezeption erhältlich.

Psychologische Betreuung

Wünschen Sie psychologische Betreuung, wenden Sie sich bitte an die/den Sta-tions-Ärztin/Arzt.

R

Reinigung

Das Appartement wird von montags bis freitags in der Zeit von 7.30 bis 12.00 Uhr vom Etagedienst gereinigt.

Reisegepäck

Die Anlieferung Ihres Reisegepäcks auf Ihr Appartement erfolgt sofort nach Ein-gang durch unseren Gepäckservice. Wir bitten Sie, am Tag der Abholung Ihr Rei-segepäck mit Gepäckschein spätestens bis 9.00 Uhr an den markierten Sammelstel-



len der Häuser „Eckernförde“ und „Schleswig“ bereitzustellen. Zur Weiterbeförderung übergeben wir dann Ihr Reisegepäck der Fa. Hermes Kurierdienst.

Falls unser Gepäckservice Ihr Gepäck vom Appartement abholen soll, melden Sie sich bitte einen Tag vor der Abreise an der Rezeption.

Reisekosten und Zuzahlungsbeträge

Die Erstattung der Reisekosten für Patienten der DRV-Bund und der Bundesknappschaft erfolgt im Auftrag und nach deren Richtlinien. Die von den Patienten der DRV-Bund zu entrichtenden Zuzahlungsbeträge werden mit der Reisekostenerstattung abgerechnet. Melden Sie sich dienstags oder donnerstags von 10.00 – 12.00 Uhr im Zimmer 82.

Patienten, die über die Krankenkasse zu uns kommen, erhalten eine gesonderte Zahlungsaufforderung über das Postfach an der Rezeption. Wenn im laufenden Kalenderjahr schon Zuzahlungen geleistet wurden, melden Sie sich bitte in Zimmer 82.

Gymnastik am Strand



S

Schwimmen und Sauna

Benutzen Sie das Schwimmbad zum freien Schwimmen nur dann, wenn Ihnen Ihr Stationsarzt die Erlaubnis dazu gegeben hat. Bitte geben Sie den Therapieplan bei der Schwimmbadaufsicht oder dem anwesenden Therapeuten ab, wenn Sie zum Schwimmen oder in die Sauna gehen.

Öffnungszeiten Schwimmbad:

Montag	07.20 – 07.50 Uhr 09.00 – 11.00 Uhr 14.00 – 16.00 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr
Dienstag	07.20 – 07.50 Uhr 09.00 – 11.00 Uhr 14.00 – 15.00 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr
Mittwoch	07.20 – 07.50 Uhr 09.00 – 11.00 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr
Donnerstag	07.20 – 07.50 Uhr 09.00 – 11.00 Uhr 14.00 – 15.00 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr
Freitag	07.20 – 07.50 Uhr 09.00 – 11.00 Uhr 14.00 – 16.00 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr
Samstag	09.00 – 12.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Sonntag	09.00 – 12.00 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr

Öffnungszeiten Sauna:

Damen:	
Montag und Donnerstag	14.00 – 16.00 Uhr
Dienstag und Freitag	19.00 – 21.00 Uhr
Herren:	
Montag und Donnerstag	19.00 – 21.00 Uhr
Dienstag und Freitag	14.00 – 16.00 Uhr
Damen und Herren:	
Mittwoch	19.00 – 21.00 Uhr

Samstag	09.30 – 12.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Sonntag	19.00 – 21.00 Uhr

Sozialdienst

Die Grundaufgabe des Sozialdienstes besteht darin, Menschen bei der Bewältigung sozialer Probleme zu unterstützen. Über den Stationsarzt erhalten Sie einen Termin.

Speisesaal – Mahlzeiten

Unser Speisesaal ist für Sie geöffnet:
Frühstück : Von 07.00 – 09.00 Uhr
Mittagessen : Von 11.45 – 12.45 Uhr
Abendessen : Von 17.30 – 18.30 Uhr
Fehlen Sie bei einer Mahlzeit ohne Abmeldung, muss die Klinik sofort Nachforschungen einleiten, um festzustellen, ob Ihnen etwas zugestoßen ist.

Spiele

Unterhaltungsspiele können Sie im Klinik-Café leihen.

Sprechstunden der Ärzte

Die Ärztesprechstunden finden werktags von 11.30 – 12.00 Uhr in den jeweiligen Räumen der Ärzte statt.

Stationsschwester

Die für Ihre Station zuständige Stationschwester ist Ihre erste Ansprechpartnerin für alle Probleme. Sie ist zuständig für Terminabsprachen der medizinischen Abteilung und die regelmäßigen Blutdruck- und Gewichtskontrollen.

Weiterhin versorgt Sie die Stationschwester mit den für Sie verordneten Geräten (Inhalationsgerät, Peak-Flow-Meter) und übt mit Ihnen deren Handhabung. Ihre Stationschwester ist montags bis freitags in der Zeit zwischen 7.00 – 8.00 Uhr in ihrem Stationszimmer erreichbar.

T

Taxi

Auskünfte erhalten Sie an der Rezeption.

Technik

Bei technischen Störungen melden Sie sich bitte an der Rezeption oder bei Ihrer Stationschwester.

Telefax

Ankommende Telefaxe erhalten Sie über Ihr Postfach an der Rezeption.

Telefon

Für jeden Patienten steht ein Telefon im Appartement zur Verfügung. Gegen eine Vorauszahlung in Höhe von 20,00 €, die Sie bitte an der Rezeption hinterlegen, wird das Telefon freigeschaltet. Sie haben dann die Möglichkeit, nationale sowie internationale Gespräche zu führen. Die Gebühr beträgt für die ersten 14 Tage € 1,00 pro Tag zzgl. Verbindungsentgelt. Ab dem 15. Tag wird Ihnen ausschließlich das Verbindungsentgelt in Rechnung gestellt. Der Minutenpreis national beträgt € 0,06 (ausgenommen sind Sonderrufnummern). Die Abrechnung der Telefongebühren erfolgt spätestens einen Tag vor Abreise. Die Rechnung ist dann direkt an der Rezeption zu begleichen.

Nach der Telefonfreischaltung können Sie von außerhalb auch direkt angerufen werden. Die Durchwahl-Nummer endet mit Ihrer Appartementnummer (Vorwahl 04344, Telefon-Nummer 37 – und Ihre dreistellige Appartementnummer). Der

Gebrauch eines Handys ist im Speisesaal sowie in den Therapieräumen untersagt.

Thermoskannen

Thermoskannen erhalten Sie gegen Pfand im Café. Diese können Sie sich während der Frühstücks- und Abend-Essenszeiten von den Servicekräften im Speisesaal mit Früchtetee befüllen lassen.

U

Unfall

Melden Sie sich bitte sofort bei der Stationschwester bzw. bei der diensthabenden Schwester, wenn Sie einen Unfall erleiden. Da Unfälle im Haus und bei der Therapie durch die Berufsgenossenschaft versichert sind, müssen wir unter Umständen eine Unfallmeldung an die zuständige Berufsgenossenschaft machen.

Überwachungsstation

Außerhalb der Dienstzeiten Ihrer Stationschwester ist die Überwachungsstation unserer Klinik der Anlaufpunkt für Sie. Die Überwachungsstation ist 24 Stunden besetzt und telefonisch unter der Nummer 127 erreichbar.

Urlaub

Eine Beurlaubung während der Rehabilitationsbehandlung ist nur in dringenden Fällen (z. B. Todesfall in der Familie) auf eigene Kosten und eigenes Risiko nach Rücksprache mit Ihrem Stationsarzt möglich.

W

Waschmaschine und Trockner

Zum Waschen steht Ihnen in der Zeit von 7.00 Uhr bis 19.30 Uhr im Erdgeschoss des Hauses Schleswig zur Verfügung.

Chips für Waschmaschine und Trockner erhalten Sie gegen Entgelt an der Rezeption. Bitte beachten Sie die im Waschmaschinenraum ausgehängten Bedienungsanweisungen.

Wäschewechsel

Wenn Sie den Wechsel der Frottierwäsche wünschen, so legen Sie diese bitte auf dem Fußboden des Badezimmers ab. An den Wochenenden findet kein Wäschewechsel statt.

Nach 10 – 12 Tagen Ihrer Anwesenheit erneuern wir die Bettwäsche.

Wichtige Telefonnummern

Notruf	99
Rezeption	80
Überwachungsstation	127
Grüne Damen	127

Z

Zahnarzt

Adressen sind bei der Stationschwester bzw. der Rezeption zu erfragen.

Zimmerschlüssel

Bitte lassen Sie den Zimmerschlüssel niemals unbeaufsichtigt.

IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Trägerschaft. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen sind – auch

auszugsweise – nicht gestattet. Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, ob Fotokopie, Mikrofilm, Datenerfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Quellenverweis:

Fotos: ide stampe (Oliver Franke)
Archiv: ide stampe

24217052/7. Auflage/2009



mediaprint
WEKA info verlag

www.alles-deutschland.de
WEKA info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering
Tel. +49(0)8233 384-0
Fax +49(0)8233 384-103
info@weka-info.de · www.weka-info.de





HERZliche Nachbarschaft

Gute Nachbarschaft ist Gold wert – das gilt auch für die Herzmedizin: Die unmittelbare Nachbarschaft des Albertinen-Herzzentrums zur HERZ-Reha Hamburg der Ostseeklinik Schönberg Holm am Standort Albertinen-Krankenhaus gewährleistet die bestmögliche Versorgung unserer Patienten – von der Diagnostik über die interventionelle Kardiologie, die Herzchirurgie mit spezieller Kardioanästhesie bis hin zur Rehabilitation.

Der große Vorteil: Nach einem herzchirurgischen Eingriff behandeln wir unsere Patienten in Hamburgs einziger stationärer Herz-Reha direkt vor Ort weiter. Der operierende Arzt kennt die Krankheitsgeschichte des Patienten bereits sehr gut und begleitet ihn auch während der Rehabilitation. Ein Kardiologie und Herzchirurg stehen dank der räumlichen Nähe rund um die Uhr zur Verfügung. Und für den Fall der Fälle ist auch eine schnelle Rückverlegung ins Albertinen-Zentrum möglich – was glücklicherweise aber nur sehr selten vorkommt. Auf gute Nachbarschaft setzen wir auch bei der Betreuung von Patienten mit schwerer Herzinsuffizienz. In Kooperation mit Herz InForm und der Ostseeklinik Schönberg-Holm wird ihnen in einer speziellen Herzgruppe ein ausgewähltes moderates Bewegungstraining angeboten.

Übrigens gehört das Albertinen-Herzzentrum bundesweit zu den führenden Zentren bei Operationen ohne Herz-Lungen-Maschine, eine gerade für ältere Menschen besonders schonende Operationsmethode. Auch bei der komplett arteriellen koronaren Bypassversorgung belegt das Albertinen-Herzzentrum eine bundesweite Spitzenposition. Gut für unsere Patienten, denn die sogenannte Langzeit-Offenheitsrate der arteriellen Bypässe ist viel höher als die von Venenbypässen. Eine weitere Spezialität unseres Zentrums ist die Klappenchirurgie, hier insbesondere die Rekonstruktion von Herzklappen sowie die große Aorten-Aneurysma-Chirurgie. Das Albertinen-Herzzentrum ist Mitglied im Norddeutschen Herznetz und der Deutschen Herzstiftung.

www.albertinen-herzzentrum.de



Albertinen-Krankenhaus

Süntelstraße 11 a
22457 Hamburg
Tel.: 0 40 / 55 88-1
Fax: 0 40 / 55 88-22 09
www.albertinen.de

albertinen[†]

in besten Händen