



Krystian Kampa führt seit dem 11.07.2005 als Dauerpatient seine Therapien mit voller Hingabe in der REHA VITA durch.

Selbstbestimmt leben!

Das eigene Leben trotz einer Erkrankung selbstbewusst und selbstverantwortlich zu gestalten, ist für viele eine Herausforderung. Wir – die Reha Vita Cottbus – begleiten und unterstützen Sie dabei, Ihren persönlichen Weg zu finden.

Folgende Schritte sind dabei entscheidend:

1. Beschwerden durch aktive oder passive Therapien lindern bzw. vorbeugen

2. Umgang mit Einschränkungen lernen
3. Wissensvermittlung zur Erkrankung sowie Möglichkeiten zur Anpassung des Lebensstils.

„Nicht die Krankheit bestimmt wer man ist, sondern die persönliche Stärke und der Mut, damit umzugehen!“ sagt Fr. Dr. med. Wegener (Ärztliche Leiterin der Neurologie).

3 Top Themen

**Ambulante
neurologische
Rehabilitation**

**Wie geht es nach
der Reha weiter?
Die Heilmittelbe-
handlungen**

**REHA VITA
intern**



Unsere Reha in einer alten Villa
in der Feigestraße 1 in Cottbus.



Persönliche Betreuung durch
unser qualifiziertes Personal.



Speziell abgestimmte und indivi-
duelle Übungen.



Behandlung mit speziellen Geräten
– das Lokomotionslaufband.

Unsere Ambulante neurologische Rehabilitation

Neben der orthopädisch-chirurgischen Reha sind wir seit 2007 auch als ambulantes neurologisches Rehaszentrum zugelassen.

Folgende Vorteile bietet die Ambulante Rehabilitation:

- **im eigenen Bett schlafen,**
- **im vertrauten Umfeld sein,** täglicher Kontakt zur Familie, Freunden und Angehörigen,
- **freie Wochenenden,**
- **kostenloser Fahrdienst,** der Sie von der Haustür abholt und wieder absetzt,
- bei eigener Anreise werden die **Fahrtkosten erstattet,**
- wiedergewonnene Fertigkeiten können **direkt im häuslichen Alltag umgesetzt** werden,
- bereits **bestehende ambulante Angebote** wie Selbsthilfegruppen oder Psychotherapie können parallel **weiter genutzt werden,**
- vor- und nachbehandelnde Ärzte oder **Angehörige** können mit in den therapeutischen Prozess **eingebunden werden.**

Unser Team

Während Ihrer Ambulanten Rehabilitation betreut Sie ein Team aus Fachärzten, Psychologen, Krankenschwestern und Sozialarbeitern, Sport-, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Ernährungsberatern, Masseurinnen und Verwaltungsfachkräften.

Unsere Therapie

Nach ausführlichem ärztlichen Eingangsbefund wird unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Bedürfnisse und Beschwerden ein auf Sie abgestimmter Therapieplan entworfen.

Mögliche neurologische Krankheitsbilder

- Hirn akut: Schlaganfall, Schädel-Hirn-Verletzung, Z. n. Hirnoperation, Hirn-/Hirnhautentzündung,
- Hirn chronisch: Parkinson, Demenz, Normaldruckhydrozephalus,
- Zentrales Nervensystem: Verletzung, Erkrankung des Rückenmarks, Multiple Sklerose, Borreliose,
- Peripheres Nervensystem/Muskeln: Bandscheiben-Erkrankung, Spinale Enge mit neurologischen Ausfällen, Nerven-/Plexus-Verletzungen oder -Entzündungen, Polyneuropathien, neuromuskuläre Erkrankungen,
- Chronische neurogene Schmerzsyndrome,
- **NEU:** Post-COVID-Syndrom.

Beantragung

- Durch den Sozialdienst während eines Krankenhaus-aufenthaltes,
- Durch den Haus- oder Facharzt,
- Sie kontaktieren das Rehabüro der REHA VITA.

Wir wollen unseren Patienten den Alltag erleichtern!

Die Zielsetzungen einer Behandlung im Krankenhaus und in einer Rehaklinik unterscheiden sich grundlegend. In der Reha geht es primär nicht darum, anhand von Befunden eine Diagnose zu stellen. Wir versuchen, die Perspektive des Patienten einzunehmen und gemeinsam mit ihm Behandlungsziele zu erarbeiten. Im Mittelpunkt stehen die Linderung von Beschwerden und das Erlernen von Alltagsstrategien, um bei anhaltenden Einschränkungen das Leben trotzdem gut zu meistern.

Aus diesem Grund ist eine Rehabilitation auch bei chronischen Erkrankungen sinnvoll und wichtig.

Jeder bringt unterschiedliche Voraussetzungen, Einschränkungen und Bedürfnisse mit, was eine individuelle Herangehensweise erfordert. Beispielsweise:

- Für den Rentner – nach einem Schlaganfall – könnte das wichtigste Ziel der Reha sein, die Treppenstufen sicher zu meistern, um ohne Hilfe die eigene Wohnung zu verlassen.
- Für den jungen MS-Patienten stehen hingegen der Erhalt berufsspezifischer Fertigkeiten im Vordergrund, um weiterhin im Job erfolgreich mithalten zu können.

Dabei kann auch eine Beratung zu geeigneten Hilfsmitteln (vom Rollator bis zur ergonomischen Maus) erforderlich sein, um die gesetzten Ziele zu erreichen.

Hilfe zur Selbsthilfe

Ein wichtiger Bestandteil der Reha ist die Wissensvermittlung. Jeder Patient soll sich zum Abschluss der Reha mit seiner Erkrankung auskennen. Er sollte wissen, was es im Alltag zu beachten gibt und was er selbst zur eigenen Gesundheit beitragen kann. Vom Hausübungsprogramm, über Anbindung an Nachsorge- und Sportmöglichkeiten, Information zu Medikamenten und erforderlichen medizinischen oder therapeutischen Maßnahmen, bis zu Empfehlungen zur Anpassung des Arbeitsplatzes oder der Ernährung. Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

DAS REHABÜRO DER REHA VITA

Informationen zum Thema Rehabilitation sowie Hilfestellungen bei der Beantragung erhalten Sie in unserer Reha-Sprechstunde.

Terminvereinbarung unter:

Telefon: 0355 48551-15

E-Mail: rehabuero@reha-vita.de



Das **Neuroteam** der Reha Vita.



Fahrradfahren – Therapie an der
frischen Luft.



Treppen steigen – für mehr
Sicherheit im Alltag.



Arbeitsplatzbezogene Therapie
– für den Wiedereinstieg ins
Berufsleben.



Herr Detert und Frau Dr. Wegener



Mit Alina, unserer Logopädin, übt Herr Detert einzelne Wörter.



Beim Koordinationstraining ist Stabilität und Gedächtnis gefragt.

**Bobath-Behandlung**
Koordination von Bewegung und Sprachübungen.

Mit Motivation und Freude – ein Ziel vor Augen haben!

Im Gespräch mit Herrn Detert und Frau Dr. med. Wegener.

Was ist der Grund, dass Sie hier bei uns sind?

Herr Detert: Ich hatte am 25. August 2021 einen Schlaganfall. An diesem Morgen konnte ich einfach meine Hose nicht mehr anziehen.

Frau Dr. Wegener: Viele unserer Patienten sind nach einem Schlaganfall hier bei uns. Herrn Detert's Geschichte ist also kein Einzelfall. Aufgrund unseres breiten therapeutischen Spektrums und unserer Erfahrung sind wir in der Reha Vita sehr gut auf die Bedürfnisse von Schlaganfallpatienten eingerichtet.

Wie kamen Sie zu uns?

Herr Detert: Direkt über das Krankenhaus wurde die Reha eingeleitet und eine Woche später war ich dann auch schon hier.

Frau Dr. Wegener: Wie bei Herrn Detert läuft es häufig – die Reha wird bei akut erkrankten Patienten direkt vom Krankenhaus eingeleitet. Man hat aber auch die Möglichkeit, selbst einen Rehaantrag gemeinsam mit seinem Arzt zu stellen.

Was ist Ihnen wichtig und wo sehen Sie die besten Fortschritte?

Herr Detert: Für mich ist es schön, dass hier alles ganz ruhig ist und es einem einfach gemacht wird. Die Reha ist für jeden Patienten machbar und auf die speziellen Bedürfnisse abgestimmt. Meine Fortschritte sehe ich im Sprechen – mir wird es gezeigt und ich kann dann reden, wie ich das gerne möchte.

Frau Dr. Wegener: Wir haben glücklicherweise die Möglichkeit unsere Patienten sehr persönlich und eng zu betreuen. Therapien erfolgen in kleinen Gruppen oder einzeln, so dass auf individuelle Probleme eingegangen werden kann.

Was würden Sie anderen Schlaganfallpatienten raten?

Herr Detert: Das ist schwierig zu sagen, denn jedem geht es nach einem Schlaganfall anders. Aber das Wichtigste ist, sich mit seinen Problemen nicht zu verstecken. Mir fällt das Sprechen schwer, aber ich bin trotzdem hier und führe ein Interview :-).

Frau Dr. Wegener: Werden Sie Experte für Ihre Erkrankung. Setzen Sie sich mit der Diagnose auseinander: Was gibt es für Therapiemöglichkeiten, was kann man im Alltag ändern. Und ganz wichtig – ziehen Sie sich nicht zurück, sondern gehen Sie offen mit der Erkrankung um. Reden Sie mit Ihrer Familie, Freunden oder Therapeuten über Ihre Ängste und Sorgen.

Was ist Ihr Ziel? Was ist Ihr Wunsch für die Zukunft?

Herr Detert: Für mich ist wichtig, dass ich wieder richtig sprechen kann, damit ich wie früher in meinem Heimatverband Führungen für Touristen durchführen und auch mit diesen über politische Themen diskutieren kann. Das schaffe ich nur mit viel Übung!

Frau Dr. Wegener: Unser Ziel ist immer die bestmögliche Behandlung unserer Patienten – in einem geschützten und familiären Rahmen zum Wohlfühlen und Vertrauen.

Und wie geht es nach der Reha weiter? Die Heilmittelbehandlungen

Nach einer dreiwöchigen ambulanten Rehabilitation sind die Patienten leider nicht vollständig geheilt. Um allerdings das Therapieziel zu erhalten oder vielmehr das Erlernte zu verbessern, gibt es die Möglichkeit sich über den behandelnden Arzt eine Heilmittelverordnung ausstellen zu lassen. Diese Verordnungen ermöglichen dem Patienten in regelmäßigen wöchentlichen Terminen weiterhin, mit den gewohnten Therapeuten (Physio-, Ergotherapie, Logopädie etc.), an seinen Zielen zu arbeiten.

Herr Krystian Kampa ein Dauerpatient bei uns! Er erzählt uns seine Geschichte...

Durch einen Verkehrsunfall am 20.06.2003 – begann mein 2. Leben. Schwerste Unfallschäden an meinem Körper und Gehirn waren die Folge. Nachdem ich aus dem Koma erwacht bin – begann die eigentliche Arbeit für mich. Alles, was ich erlernt und im Leben erreicht hatte, musste ich von gestern auf heute neu erlernen.

Nach vorangegangener Reha begann am 11.07.2005 meine Zeit bei der REHA VITA. Meine Therapien sind für mich lebensnotwendig geworden. Ich muss diese durchführen, um meinen Zustand zu halten. Wenn ich aufhöre, geht es rapide abwärts. Das spürte ich schon bei längeren Therapieauszeiten. Logopädie, Krankengymnastik und Gymnastik im Bewegungsbad sowie Ergotherapien stehen seit dem mehrmals wöchentlich auf meinem Terminezettel und werden strikt, mit voller Hingabe, durchgeführt. Diese sind für mich eine Unterstützung und sorgen für weitere Verbesserung meines Gesundheitszustandes. Es wird ein Leben lang so bleiben. Bei mir wird sich nichts Gravierendes mehr ändern, dazu bin ich zu sehr Realist. Oft gibt es auch schwerere Zeiten und Stunden, wo ich mit mir und der kompletten Umwelt hadere und mich frage, was mache ich hier überhaupt. Aber dann kommt er immer wieder – mein eingebrauntes WILLE! Ich sammle neuen Mut, drehe mich um, klatsche ab, stehe auf und mache weiter. Mit der REHA VITA habe ich einen zuverlässigen Partner voller Unterstützung und mit vielfältigen therapeutischen Möglichkeiten gefunden. Hier bin ich angekommen. Meine Therapeutinnen kann ich mit meinen Fragen und Problemen löchern und nerven :-). Denn ich möchte, will und muss meinen geschädigten Gehirnzellen immer wieder Paroli bieten. **Die Medizin macht nicht alles – man muss selbst was tun!**

P.S.: Ich bin noch lange nicht fertig mit mir! Danke, das KK 566



Krystian Kampa ist seit 11.07.2005 Patient in der Reha Vita.



Unsere Logopädin Nicole und Verwaltungskraft Sabrina sind seit vielen Jahren an seiner Seite.



So kennen ihn viele – wenn er mit seinem Buch auf dem Hof seine Runden dreht.



Eine unserer drei PV-Anlagen.



Der Heim- und Hausbesuchsfuhrpark der Reha Vita.



Das Heim- und Hausbesuchsfahrrad für unsere Mitarbeiter.



Ab sofort neue Trinkflaschen für unsere Patienten.

REHA VITA intern

Wie grün ist REHA VITA?

Wir sind im Jahr 2021 und die Themen Nachhaltigkeit und umweltfreundlich leben sind in aller Munde. Auch wir haben uns in den letzten Jahren und Monaten Gedanken darüber gemacht. Im Folgenden zeigen wir Ihnen, in welchen Bereichen die Reha Vita umweltbewusst arbeitet:

Photovoltaikanlagen

Vor 10 Jahren haben wir schon angefangen, nach und nach die Dächer der einzelnen Häuser – Feigestraße und Gesundheitszentrum Ostrow – mit Photovoltaikanlagen auszustatten. Mittlerweile können wir stolz drei Anlagen mit insgesamt 35 KWP unser Eigen nennen. Im Jahr produzieren sie zusammen 35.000 kW. Das entspricht ungefähr dem Verbrauch eines Einfamilienhauses mit fünf Personen.

Unsere neuen Elektroautos

Seit Anfang des Jahres können wir zwei E-Ups unser Eigen nennen. Im September kam das dritte Elektroauto dazu und verstärkt somit unseren Fuhrpark für unsere Heim- und Hausbesuche. Auf den Parkplätzen zwischen Feigestraße und Ostrower Platz wurden dafür extra drei Parkplätze mit Elektroladesäulen geschaffen.

Unser neues Hausbesuchsfahrrad

Seit diesem Sommer wurde unser Fuhrpark für unsere Heim- und Hausbesuche um ein Gefährt erweitert. Unser neues Hausbesuchsfahrrad kann sich sehen lassen und bringt unsere Therapeuten manchmal einfacher und schneller als ein Auto von A nach B.

Neue Trinkflaschen für Patienten

Seit Juli 2021 gibt es in unserem Reha Vita Sortiment neue Trinkflaschen für unsere Patienten. Die alten aus Plastik wurden ersetzt durch eine 400 ml Aluminium Flasche mit kleinem Karabinerhaken.

Wasserspender

Seit mehreren Jahren haben wir im Haupthaus und seit 2019 auch im Gesundheitszentrum Ostrow Wasserspender an zentraler Stelle in den Fluren installiert. Die dafür vorgesehenen Plastikbecher wurden abgeschafft und nun können unsere Patienten und Mitglieder ihre mitgebrachten bzw. unsere neuen Alu-Trinkflaschen mit frischem Wasser befüllen.

UNSER PSY-RENA PROGRAMM

Startet ab November. Für weitere Informationen oder für eine Terminvereinbarung melden Sie sich bitte unter:

Telefon: 0355 48551-0

E-Mail: termine@reha-vita.de

REHA VITA intern

Gesund leben - Ein Artikel über unsere Ambulante Kinder- und Jugendlichenreha.

Anfang August hatten wir ganz besonderen Besuch. Eine freie Journalistin und eine freie Fotografin haben einen ganzen Tag die Kinder und Eltern der 7. Gruppe unserer Ambulanten Kinder- und Jugendlichenreha begleitet.

Grund des Besuches war die Corona-Pandemie und die Einschränkungen, welche seit ungefähr 1,5 Jahren unser Leben begleiten. Vereine, Fitnessstudios, Fußballplätze, Schwimmhallen waren teilweise geschlossen, das Treffen mit Freunden kaum oder wenig möglich. Ein Leben in Isolation lässt Kinder aus Langeweile viel mehr essen. Selbst eine kürzlich veröffentlichte Studie in der „Zeit“ zeigt auf, dass die Krankenhauseinweisungen bei Kindern und Jugendlichen mit Essstörungen/Adipositas um 60% seit der Corona-Pandemie angestiegen sind.

Über einen kurzen Bericht im rbb ist Constanze Löffler, freie Redakteurin, auf unsere Ambulante Kinder- und Jugendlichenrehabilitation in Cottbus aufmerksam geworden.

Nach ein paar Vorgesprächen kam Frau Löffler Anfang August mit einer Fotografin zu uns und begleitete den ganzen Tag die Kinder und Eltern in den jeweiligen Therapien. Sozialkompetenztraining mit unserer Psychologin, Kochen mit unserem Profikoch, Lebensmittelkunde mit unserer Ernährungsberaterin, Sporteinheiten und Übungen im Wasser mit unseren Physio- und Sporttherapeuten. Neben dem kompletten Ablauf der Reha wurden zwei Kinder (ein Junge und ein Mädchen) der Gruppe und Anni, die im Januar 2021 die 5. Gruppe besuchte und bereits 7 Kilo abgenommen hat, in den Fokus gerückt und in separaten Interviews befragt.

Mitte September war es soweit. Wir waren in der Ausgabe der bundesweiten Zeitung „Gesund leben“ mit einem 8-seitigen Bericht über unsere Ambulante Kinder- und Jugendlichenrehabilitation.

Mit dem Titel und Thema:

„Zusammen schafft ihr das“ – Millionen Kinder in Deutschland haben Übergewicht – seit Corona ist die Zahl weiter gewachsen. Ihre Eltern sind oft hilflos. In einer Spezialklinik in Cottbus lernen Familien, wie sie das Problem am besten anpacken. Ein Bericht von Constanze Löffler, Fotos: Lena Giovanazzi

Den gesamten Artikel finden Sie auf unserer Webseite in der Rubrik „Aktuelles“.



Die Kinder beim Sozialkompetenztraining mit unserer Psychologin.



In den Pausen toben die Kinder gerne draußen und spielen „Ochs am Berg bleib stehn“.



Die Ausgabe des Magazins „Gesund leben“ von Hirschhausen vom 15. September 2021.



Ein 8-seitiger Artikel über unsere Kinder- und Jugendlichenreha.



REHA VITA

Kompetenz in Gesundheit. Ein Team.

WIR SIND FÜR SIE DA!

Unser gesamtes Leistungsspektrum:

Ambulante Rehabilitation

Orthopädische Rehabilitation
Neurologische Rehabilitation
Kinder- und Jugendlichenrehabilitation

Reha-Nachsorge

IRENA
T-RENA
Psy-RENA

Rezeptbehandlungen

Physiotherapie
Ergotherapie
Logopädie
Haus- und Heimbesuche
Ernährungsberatung

Sonstige Leistungen

RV Fit Programm der DRV
Rehasport/Funktionstraining
Gesundheitskurse der Krankenkassen
Babyschwimmen/Wasserkurse
Kochschule mit Kochkursen und
-veranstaltungen
Fitnesstraining

Ausstattung u.a.

Bewegungsbad
Gymnastikräume
Kneipp Tretbecken
Med. Trainingstherapie
Kurs- und Seminarräume
Kochschule mit Dachterrasse

RV Fit Programm der DRV!

Sichern Sie sich
jetzt Ihren Platz!



Klinik für Gesundheit und Sport Feigestraße 1 | 03046 Cottbus

Gesundheitszentrum Ostrow Ostrower Platz 18 | 03046 Cottbus

Physiotherapie am OSP Hermann-Löns-Straße 1-5 | 03050 Cottbus

Kontakt Telefon: 0355 48551-0 | **E-Mail:** das.team@reha-vita.de

Impressum

Herausgeber: REHA VITA GmbH | **Redaktion:** REHA VITA GmbH

Fotos: © REHA VITA GmbH; © Harry Müller, codiarts; © Lena Giovanazzi;

Satz/Layout: REHA VITA GmbH