

Vorsorge- und Rehabilitationskliniken
Fachklinik für Innere Medizin AHB/ARB

St. Georg

Hier gesunden Sie im
Einblang mit der Natur



Vorsorge- und Rehabilitationskliniken
Fachklinik für Innere Medizin AHB/ARB

St. Georg

Hier gesunden Sie im
Einblang mit der Natur





INHALT

06	Herzlich Willkommen
07	Wer wir sind
09	Über uns
13	Spezielle Therapieangebote
23	Pneumologie
29	Sarkoidose
33	Onkologie
41	Sport- und Bewegungstherapie
43	Prävention und Nachsorge
47	Physiotherapie
49	Gesunde Ernährung
51	Psychologie
53	Sozialberatung
57	Aktivitäten
59	Winter
64	Kontakt

„DU KANNST VIELLEICHT HEUTE
DEINE KRANKHEIT NICHT ÄNDERN,
ABER DEINE EINSTELLUNG DAZU.“

(EBO RAU, DEUTSCHER MEDIZINER)

HERZLICH WILLKOMMEN

IN DER FACHKLINIK ST. GEORG MIT DEN FACHBEREICHEN ONKOLOGIE/HÄMATOLOGIE UND PNEUMOLOGIE

Liebe Patientinnen und Patienten,

Bei unserem ganzheitlichen Therapieansatz stehen Sie als Mensch im Mittelpunkt. Wir entscheiden gemeinsam welche Rehabilitationsziele für Sie wichtig sind und stellen gemeinsam entsprechend den wissenschaftlichen Empfehlungen der modernen Rehabilitation einen Therapieplan zusammen. Für uns ist es wichtig, dass sich die Patienten bei uns von den Folgen einer Erkrankung erholen und einen adäquaten und selbstbestimmten Umgang mit der Erkrankung entwickeln.

Ein erfahrenes Ärzteteam bestehend aus Fachärzten verschiedener Fachrichtungen, hervorragend ausgebildete Therapeuten, Psychologen, Ernährungsberater und eine Sozialarbeiterin werden Sie dabei begleiten und tatkräftig unterstützen. Wir können nur gemeinsam erfolgreich sein und hoffen deswegen auf eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen.

Wie sagte bereits Henry Ford: „Zusammenkommen ist ein Beginn, Zusammenbleiben ein Fortschritt, Zusammenarbeiten ein Erfolg“

Im Namen aller Mitarbeiter der Fachklinik St. Georg



col Pat

Frank Porten
Inhaber und Geschäftsführer

Vorsorge- und Rehabilitationskliniken
Fachklinik für Innere Medizin AHB/ARB

St. Georg

*Heer gesunden Sie im
Einklang mit der Natur*



seit 1910



WER WIR SIND

HIER GESUNDEN SIE IM EINKLANG MIT DER NATUR

Unsere Fachklinik St. Georg ist eine Klinik für Innere Medizin mit den Fachbereichen Onkologie, Atemwegserkrankungen/Pneumologie, Herz-, Kreislauferkrankungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Der Schwerpunkt unserer Behandlung liegt auf der rehabilitativen Nachsorge von Tumor- und Atemwegspatienten. Dabei

werden unsere Ärzte und das medizinische Fachpersonal von dem milden Reizklima Höchenschwands und der wohlthuend idyllischen Lage im Naturpark Südschwarzwald unterstützt.

Genießen Sie die reine Luft auf über 1.000 Metern Höhe. Bei ruhigen Spaziergängen im Kurpark, beim Wandern, Nordic-Wal-

king, Tennis, Reiten, Golf oder zahlreichen weiteren Freizeitmöglichkeiten, die Höchenschwand Ihnen eröffnet. Alternativ können Sie auch einfach in der Wellnesslandschaft des Badeparadies Vitalis entspannen. Wir wünschen Ihnen, dass Sie sich bei uns bestens erholen und mit neuen Kräften nach Hause zurückkehren – dafür setzen wir uns mit allen unseren Kompetenzen ein.





ÜBER UNS

Die Fachklinik St. Georg ist eine Vorsorge- und Rehabilitationsklinik für Innere Medizin und wird in privater Trägerschaft von der Familie Porten geführt - bereits in der dritten Generation.

Unsere Klinik bietet optimale diagnostische und therapeutische Möglichkeiten zur Behandlung von Lymphomen und verfügt aufgrund jahrelanger Erfahrung über ein herausragendes Wissen in der Sarkoidose-Therapie.

Wichtig ist uns der interdisziplinäre Blick. Die Besetzung mit entsprechenden Spezialisten ermöglicht den fachübergreifenden Austausch von Ärzten und Therapeuten. Dadurch erschließen sich Therapiekonzepte im Sinne einer ganzheitlichen Behandlung, so dass wir

auch Begleiterkrankungen unserer Patienten sinnvoll mitbehandeln können.

In der Fachklinik St. Georg sind sowohl Kassenpatienten als auch Selbstzahler von Herzen willkommen. Die Fachklinik St. Georg ist für zahlreiche Kostenträger zugelassen, darunter Renten- und Krankenversicherungen und die Beihilfe. Es besteht ein Versorgungsvertrag nach § 111 SGB V.

Da wir zudem eine Zulassung zur Erbringung ambulanter Heilmittel besitzen, können Sie in unseren ambulanten Therapieeinrichtungen auch Rezepte Ihres Hausarztes einlösen. Diese sowie unsere Präventionsangebote sind selbstverständlich auch Selbstzahlern zugänglich.

UNSERE SERVICELEISTUNGEN FÜR IHR WOHLBEFINDEN

- Gebührenfreie Servicenummer (Free Call) für Ihre Fragen: 0800 4114110
- Therapieprogramm auch am Samstag (nach Verordnung)
- Fallbezogene Information, Aufklärung und Beratung des Patienten und der Familienangehörigen durch Fachärzte und Psychologen
- Spezialisierte psychologische Betreuung in Einzel- und Gruppentherapie bei seelischen und psychosomatischen Beschwerden





IM MITTELPUNKT UNSERER BEMÜHUNGEN STEHT DER "GANZE MENSCH".

In Diagnostik und Therapien orientieren wir uns an den Leitlinien der wissenschaftlichen medizinischen Fachgesellschaften. Darüber hinaus bieten wir ein Spektrum begleitender Therapieverfahren an, die in der Deutschen Kurortmedizin begründet und im Heilmittelkatalog aufgeführt sind. Wir orientieren uns hierbei an den individuellen Erfordernissen und Wünschen in Ihrer spezifischen Lebenssituation. Ihre persönlichen Ziele sind dabei der Leitfaden unseres Bemühens. Mit Ihnen zusammen möchten wir Wege finden, Schmerzen zu lindern, aus Depressionen und Ängsten heraus zu kommen, Lebensfreude neu zu entdecken, ihre Körperfunktionen zu verbessern und ihre Leistungsfähigkeit zu steigern; kurz: sich selber wieder neu erleben.



SPEZIELLE THERAPIEANGEBOTE UND BESONDERE MERKMALE DER KLINIK

- Interdisziplinäre fachärztliche Betreuung
- Darüber hinaus Kooperationen mit einer Urologischen und einer Hämatologisch/Onkologischen Praxis
- Entsprechend den geltenden wissenschaftlichen Empfehlungen und an die aktuelle Leistungsfähigkeit des Patienten angepasste medizinische Trainingstherapie (Nordic Walking, Walking, Ergometertraining kontinuierlich und Intervall, Krafttraining, Inspirationsmuskeltraining und Galileo-Training)
- Spezielles Modul für die Behandlung der (arzneimittelinduzierten) Polyneuropathie nach Chemotherapie
- Qualifizierte manuelle und apparative Lymphdrainage durch erfahrene TherapeutInnen
- Stomaschulung und -versorgung sowie Wundversorgung durch qualifizierte Pflegekräfte
- Spezialisierte und umfassende Hilfestellung bei der Tabakentwöhnung
- Umfassende und spezialisierte Schulungsprogramme
- Ergotherapie, einschließlich ATL-Training und bei Bedarf Hilfsmittelberatung und Versorgung, Gedächtnistraining.
- MBOR (medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation) mit einem speziellen Modul für Berufskraftfahrer.
- Nutzung der klimatischen Faktoren (Allergen- und Schadstoffvermeidung)



UNSERE PHYSIKALISCHE ABTEILUNG BIETET AN:

- Diverse Massagetechniken
- Gefäß- und Gelenktherapie
- Bäder-, Wärmetherapie
- Komplexe physikalische Entstauungstherapie mit Lymphdrainage und Kompressionsbehandlung
- Hydro- und Balneotherapie
- Elektrotherapie
- Hydrojet

PSYCHOSOZIALE BETREUUNG DURCH ZWEI ERFAHRENE PSYCHOLOGEN UND SOZIALARBEITERIN

- Krankheits- und Stressbewältigungsgruppe
- Angst- und Depressionsgruppe
- Entspannungstherapien (autogenes Training, Entspannungstraining nach Jacobsen, Qi-Gong)
- Sozial- und Berufsberatung



Vorsorge- und Rehabilitationskliniken
Fachklinik für Innere Medizin AHB/ARB

St. Georg











PNEUMOLOGISCHE REHABILITATION

Das wichtigste Ziel jeder Rehabilitation ist es, den Menschen, die unter den Folgen einer Krankheit oder einer Behinderung leiden, durch entsprechende medizinische und nicht medizinische Behandlungsmaßnahmen wieder in seinen vormals existierenden Zustand zu versetzen bzw. die Einschränkungen auf ein Minimum zu reduzieren, damit die Betroffenen ein möglichst selbständiges Leben führen und aktiv am Berufsleben teilnehmen können.

Die pneumologische Rehabilitation ist eine aus vielen einzelnen Maßnahmen bestehende multidisziplinäre und umfassende Behandlung der chronischen Erkrankungen der Atmungsorgane und durch diese Erkrankungen bedingten Funktionseinschränkungen.

Die positive Wirkung der pneumologischen Rehabilitation ist in vielen wissenschaftlichen Untersuchungen nachgewiesen worden.

INDIKATIONEN

- Bronchitis
- Chronische Bronchitis mit und ohne Obstruktion, einschließlich die COPD-Patienten mit der Notwendigkeit einer Sauerstofflangzeittherapie und nicht-invasiven Beatmung
- Alle Formen des Asthma bronchiale
- Lungengerüsterkrankungen (Lungenfibrose, exogen-allergische Alveolitis)
- Bronchiektasen
- Pneumokoniosen
- Bösartige Erkrankungen der Atmungsorgane
- Chronische Erkrankungen der oberen Atemwege
- Pulmonale Hypertonie
- Kontraindikation: aktive offene Tuberkulose

THERAPIEZIELE

Das wichtigste Ziel der pneumologischen Rehabilitation bei chronischen Lungenerkrankungen ist die Reduktion der Beschwerden und eine Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit, um den Betroffenen das größtmögliche Ausmaß an Unabhängigkeit zu sichern, die Lebensqualität zu verbessern und die Wiedereingliederung ins Alltags- und Berufsleben zu ermöglichen.

Die Therapieziele werden mit jedem Rehabilitanden im Aufnahmegespräch gemeinsam mit dem behandelnden Arzt vereinbart, unter Berücksichtigung der bestehenden Beschwerden und bei der Aufnahmeuntersuchung festgestellten Funktionseinschränkungen.

Die konkreten Rehabilitationsziele können zum Beispiel Verbesserung der Atemnot, Verbesserung des Hustens und Sekretmobilisation sowie Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit sein, auch die psychische Stabilisierung bei bestehender reaktiver depressiver Störung bzw. Angststörung ist ein wichtiges Therapieziel bei vielen Patienten mit chronischen Erkrankungen der Atmungsorgane.

THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

- Fachärztliche Betreuung
- Spezialisierte und umfassende Hilfestellung bei der Tabakentwöhnung
- An die aktuelle körperliche Leistungsfähigkeit des Patienten angepasste medizinische Trainingstherapie (Nordic Walking, Walking, Ergometertraining kontinuierlich und Intervall, Krafttraining, Inspirationsmuskeltraining und Vibrationstraining)
- Umfassende und spezialisierte Patientenschulung (entsprechend den Empfehlungen der Deutschen Rentenversicherung)
- Atemphysiotherapie
- Inhalationstherapie
- Bronchus-Drainage-Maßnahmen
- Langzeitsauerstofftherapie
- Überprüfung und Optimierung der intermittierenden nicht-invasiven Beatmung
- Ergotherapie, einschließlich ATL-Training und bei Bedarf Hilfsmittelberatung und Versorgung
- Sozial-und Berufsberatung
- Psychologische Hilfen und Entspannungstherapien (autogenes Training, progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Qi-Gong)
- Nutzung der klimatischen Faktoren (Allergen-und Schadstoffvermeidung)

PNEUMOLOGISCHER SCHWERPUNKT

DIAGNOSTISCHE MÖGLICHKEITEN

- | | |
|--|--|
| • Spirometrie, Bodyplethysmographie | • Schlafapnoe-Diagnostik mit der Möglichkeit der Beurteilung der Therapieeinstellung |
| • Blutgasanalyse, Oxyergometrie, Spiroergometrie | • Doppler-Echokardiographie |
| • CO-Diffusionsmessung | • Thorax-, Abdomen-, SD-Sonographie |
| • Röntgen in Kooperation | • Ruhe-EKG, Langzeit-EKG, Langzeitblutdruckmessung, Ergometrie |
| • P01-Messung | |







SARKOIDOSE

Unsere Fachklinik St. Georg hat sich mit der Pionierarbeit in der Sarkoidose-Forschung seit 1960 durch Professor Karl Wurm, sowie nachfolgend durch Dr. Klaus Kögler, Dr. Wilhelm Buchbender und Dr. Robert Müller bundesweit einen hervorragenden Ruf als Sarkoidose-Kompetenzzentrum erworben. Über 25.000 Sarkoidose-Patienten wurden bisher erfolgreich in unserer Klinik behandelt. Sarkoidose ist in den meisten Fällen ein harmloses, symptomarmes Ereignis, das sich von selbst wieder zurückentwickelt. Potentiell aber auch eine Erkrankung, die viele Organe treffen und schädigen kann, zur Chronifizierung neigt und eine Minderung der Leistungsfähigkeit zur Folge haben kann. Fast immer ist die Lunge mitbetroffen und steht im Zentrum der Erkrankung. Weil es keine verlässlichen Marker gibt, die frühzeitig auf den Verlauf einer Sarkoidose hinweisen, spielt nach wie vor die Erfahrung des behandelnden Arztes für die Beurteilung und Therapieentscheidung eine bedeutende Rolle.

INDIKATIONEN

Grundsätzlich kann jeder, der an einer akuten oder chronischen Sarkoidose leidet – gleich welchen Krankheitsstadiums – bei uns behandelt werden. Unser ambulantes Behandlungszentrum unter Leitung von Dr. Robert Müller berät gesetzlich und privat versicherte Patienten gerne in Zweifelsfällen.

THERAPIEZIEL

- Die Krankheit stoppen
- Nebenwirkungen vermeiden
- Beschwerden lindern
- Leistungsfähigkeit erhalten
- Lebensfreude wieder gewinnen

Wichtiges Element der Krankheitsbewältigung ist die Selbstkompetenz zu der Erkrankung. Regelmäßige Information und offener Austausch befähigen den Patienten ein kompetenter Partner und gewissenhafter Entscheider in seiner eigenen Krankheit zu werden.

„Man möge seiner Krankheit höflich und mit Respekt begegnen“ formulierte der französische Philosoph Montaigne. Dieser Maxime möchten wir folgen. Dies meint, dass der Krankheit die gehörige Bedeutung für

unser Leben eingeräumt wird und gleichzeitig auch, dass wir nicht zulassen, dass die Krankheit unser Leben beherrscht. Die Krankheit zu respektieren lernen heißt sie anzuerkennen, aber auch, das Adäquate zu unternehmen, sie in ihre Grenzen zu weisen, nicht zuzulassen, dass die Krankheit uns beherrscht, sondern: wir beherrschen die Krankheit, gemeinsam als Team von Ärzten, Therapeuten und der wichtigsten Person: Ihnen selbst.





THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

- Diätberatung: Unter Kortisonbehandlung nicht zuzunehmen ist eine Kunst. Dies zu erlernen, ohne auf Genuss zu verzichten, ist das Ziel unserer Diätberatung.
- Bewegungstherapie: Die Leistungsfähigkeit des eigenen Körpers zu erleben ist eine Wohltat, dies ist das Ziel unserer Bewegungstherapie.
- Physikalische Therapie: Funktionseinschränkungen zu überwinden ist ein Gewinn an Fähigkeiten. Dies ist das Ziel unserer physikalischen Therapie.
- Wellness: Sich wohl fühlen in seiner Haut, genau dazu lädt der Wellness-Bereich ein.
- Mit sich wieder klar kommen und Barrieren im eigenen Kopf abbauen, Entspannung finden. Im Rahmen psychologischer Begleitung erfahren Sie Anleitung und Unterstützung.

EINE HÄUFIG GESTELLTE FRAGE: SIND MEDIKAMENTE ERFORDERLICH?

Die Antwort ist für jeden Patienten individuell zu finden, aber allgemein gilt: obwohl mehrere Medikamente zur Auswahl stehen, ist das körpereigene Hormon Kortison in aller Regel Mittel der 1. Wahl.

Im gemeinsamen Gespräch mit dem Patienten werden die Alternativen abgewogen und miteinander geklärt:

- Was soll in welcher Dosierung, wie lange und evtl. in welcher Kombination eingenommen werden.
- Was ist zu tun, um Nebenwirkungen zu vermeiden?
- Wie kann Leistungsfähigkeit erhalten und Lebensfreude möglichst wiedergefunden werden?
- Welche Bedeutung hat die Erkrankung für mich und auch für meine Familie?
- Werden meine beruflichen und privaten Aktivitäten durch die Erkrankung beeinflusst?

EINE DIAGNOSE, DIE ANGST MACHT! DOCH MUSS DAS SO SEIN?

Heute ist die Erkrankung in vielen Fällen heilbar. Hierzu ist eine interdisziplinär abgestimmte Therapie erforderlich. Nur im Zusammenwirken von Chirurgie, Strahlentherapie und internistischer Onkologie können diese guten Ergebnisse erreicht werden. Die heutigen Operationstechniken wie laparoskopische Chirurgie (sog. Schlüssellochchirurgie) sind im Vergleich zu den früher üblichen Verfahren wesentlich schonender. Auch die Strahlentherapie ist durch die moderne computergestützte dreidimensionale Planung und Durchführung deutlich besser verträglich. Die Chemotherapie konnte ebenfalls verbessert und erweitert werden, sodaß heute die medikamentöse Behandlung durch den Einsatz neuer, spez. zielgerichteter Medikamente stark auf die individuellen Tumoreigenschaften ausgerichtet werden kann. Doch diese Entwicklung hat ihren Preis. Während

früher ausschließlich das Überleben im Vordergrund stand, sind heute bei deutlich besserer Prognose die Langzeitfolgen immer mehr zu beachten. Und hier hat die Rehabilitation ihre wichtigste Bedeutung. Einige Beispiele hierfür, die in unserer Klinik sehr erfolgreich und konsequent angegangen werden, sind im folgenden aufgeführt.

Viele Betroffene erfahren eine belastende Änderung ihrer allgemeinen Leistungsfähigkeit mit vermehrter Müdigkeit und rascher Erschöpfung in allen Bereichen des beruflichen und privaten Alltags. Dieses betrifft sowohl den Körper als auch die psychischen und geistigen Fähigkeiten. Hier kann eine Besserung durch psychotherapeutische Interventionen und regelmäßige, an die Leistungsfähigkeit angepasste Ausdauertraining erzielt werden. Auch die regelmäßige Yoga-Gymnas-

tik bietet vielversprechende Aussichten. Viele Medikamente, die zur Verbesserung der Prognose beigetragen haben und uns heute unverzichtbar sind, führen leider zu einer chronischen Entzündung peripherer Nerven. Dieses macht sich mit Taubheitsgefühl und Kribbeln in Händen und Füßen, teils auch in Bewegungsstörungen bemerkbar, die zu erheblichen Einschränkungen im Alltag führen können. Neben einer engmaschigen Kontrolle und eventuell auch Prophylaxe in der Akutphase der Behandlung können die Maßnahmen während der Rehabilitation zu entscheidenden Verbesserungen beitragen. Außer Medikamenten kommen hier ergotherapeutische Verfahren ebenso zum Einsatz wie ein Vibrationstraining, das sog. Galileo-Training. Die positive Entwicklung bei fortgesetzter Therapie führt zu messbaren Verbesserungen der motorischen und sensiblen Funktionen.

Größere Operationen im Beckenbereich (z.B. bei Prostata- oder gynäkologischen Tumoren) sind häufig mit der Entwicklung einer Inkontinenz verbunden. Neben dem intensiven Beckenbodentraining führen wir eine Neurostimulation sowie das Galileo-Training durch. Hierunter sind häufig bereits während des dreiwöchigen Aufenthaltes in der Rehabilitationsklinik erfreuliche Fortschritte zu verzeichnen, die durch die eigenständige Fortsetzung der erlernten Techniken nicht nur stabilisiert, sondern weiter verbessert werden können.

Speziell wird hier auch das Augenmerk auf die Therapie und Sekundärprophylaxe des Lymphödems gelegt. Hierzu gehört neben den diagnostischen und prophylaktischen Massnahmen und intensiven Beratung durch eine erfahrene, lymphologisch geschulte Ärztin die konsequente manuelle und apparative

Lymphdrainage, flankiert von einer Lymph- und Entstauungsgymnastik.

Die sehr häufig erlebte existentielle Bedrohung, die mit der Diagnose einer Krebserkrankung einhergeht, nehmen wir sehr ernst. Intensive psychologische Einzelgespräche werden durch Therapiegruppen und Entspannungsübungen ergänzt, um die bestehenden Ängste und Depressionen möglichst weitgehend abzubauen. Hierdurch gelingt oft eine weitgehende Stabilisierung, die der Entwicklung eines chronischen Beschwerdezustands entgegen wirken und eine ambulante Weiterbehandlung vermeiden kann.

Dieses sind nur einige Beispiele aus einem umfangreichen Katalog an Folgebeschwerden, die vielfältige interdisziplinäre Massnahmen erfordern. Gemeinsam wird von Ärzten und Psychologen, dem Pfle-

gepersonal, den Krankengymnasten und Physiotherapeuten, der Ergotherapeutin sowie dem Sozialdienst der individuelle Behandlungsplan in Abstimmung mit dem Betroffenen festgelegt und während des Heilverfahrens je nach Erfordernissen jederzeit angepasst.

Unter psychologischer Leitung besteht hier die Möglichkeit, an einer Onkologischen Frauengruppe teilzunehmen.

Unser Ziel dabei ist die möglichst weitgehende Wiederherstellung Ihrer psychischen, sozialen und körperlichen Leistungsfähigkeit, sodaß Sie wieder mit Freude und möglichst wenigen Beschwerden und vor allem weniger Angst vor der Zukunft ihrer Erwerbstätigkeit wieder nachgehen und insbesondere ihr Leben genießen können.

INDIKATIONEN

- Myeloproliferative Erkrankungen und Leukämien
- Mamma-Karzinom
- Ösophagus- und Magen-Karzinom
- Nieren-, Blasen-, Unterleibs-, Prostata- und Hodentumore
- Kolorektales Karzinom
- Schilddrüsenkarzinom
- Morbus Hodgkin, Non Hodgkin, Bindegewebstumore
- Weichteil Sarkome
- Bronchial-Karzinom
- Hautkrebs (Malignes Melanom)

THERAPIEZIELE

Unser Ziel ist, dass Sie wieder schmerzfrei, leistungsfähig und mit einem positiven Erleben des eigenen Körpers und des eigenen Selbst in Ihr Leben zurückgehen können. Hierzu sind vielfältige neue Erfahrungen erforderlich, ebenso wie die Zurückgezogenheit (Entpflichtung) aus dem normalen Alltag, um sich selbst wieder finden zu können.

THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

- Klima- und Kurorttherapie
- Medikamentöse Therapie
- Physiotherapie
- Sport- und Bewegungstherapie
- Hilfsmittelversorgung
- Ernährungsberatung/-therapie
- Psychoonkologische Therapie
- Psychosoziale Therapie
- Stomaversorgung und Irrigation
- Lymphdrainage
- Sozialmedizinische Begutachtung zur Wiedereingliederung
- Beratung und Schulung
- Fachvorträge
- Chemotherapien auf Anfrage
- Schmerztherapie
- Wiederherstellung von Organfunktionen
- Entspannungsverfahren, Achtsamkeitsübungen (Yoga, Qi Gong)



ONKOLOGISCHER SCHWERPUNKT

DIAGNOSTISCHE MÖGLICHKEITEN

- Spirometrie, Bodyplethysmographie
- Blutgasanalyse, Oxyergometrie, Spiroergometrie
- CO-Diffusionsmessung
- Röntgen in Kooperation
- Schlafapnoe-Diagnostik mit der Möglichkeit der Beurteilung der Therapieeinstellung
- Doppler-Echokardiographie
- Thorax-, Abdomen-, SD-Sonographie
- Ruhe-EKG, Langzeit-EKG, Langzeitblutdruckmessung, Ergometrie

INDIKATIONEN (EINSCHLIESSLICH AHB-INDIKATIONEN)

- Bösartige Erkrankungen der Atemwege
 - Bronchial-Ca
 - Pleuramesotheliom u.a.
- Bösartige Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes
 - Ösophagus-Ca
 - Magen-Ca
 - Colon- und Rektum-Ca
 - Pankreas-Ca
 - Gallenblasen- und Gallengangs-Ca
 - Leberzell-Ca
 - Neuroendokrine Tumoren (NET) des Gastro-Intestinaltraktes
- Bösartige Erkrankungen des Urogenitaltraktes
 - Nierenzell-Ca
 - Nierenbecken-, Harnleiter- und Harnblasen-Ca
 - Prostata-Ca
 - Hoden-Ca
- Bösartige Erkrankungen der weiblichen Geschlechtsorgane
 - Mamma-Ca
 - Ovarial-Ca
 - Uterus-Ca
 - Vulva-Va
- Bösartige Erkrankungen des Lymphsystems und der Blutzellen
 - Non-Hodgkin-Lymphome
 - Hodgkin-Lymphome
 - Akute und chronische Leukämien
 - Multiples Myelom
(Anmerkung: inkl. stammzelltransplanterter Patienten in stabiler Phase einer evtl. GvHD)
- Bösartige Erkrankungen des Binde- und Stützgewebes
 - Knochen-Sarkome
 - Weichgewebs-Sarkome
- Andere bösartige Erkrankungen
 - Schilddrüsen-Ca
 - Karzinome anderer endokriner Organe
 - Kopf-Hals-Ca (sofern keine Logopädie erforderlich ist)

Die Indikation zur Aufnahme ist unabhängig vom Vorliegen von Metastasen, d.h. wir behandeln auch Patienten in fortgeschrittenen Tumorstadien entsprechend ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten.

St. Georg Therapiebereich



TheraFIT





SPORT- UND BEWEGUNGSTHERAPIE

Die Sport- und Bewegungstherapie der Klinik St. Georg und des Therapie-Zentrums TheraFit bietet Ihnen optimale und individuelle Möglichkeiten zur Verbesserung und Stabilisierung Ihres Gesundheits- und Fitnesszustands. Der Schwerpunkt liegt insbesondere auf der Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit in den Bereichen Kraft, Ausdauer sowie Koordination und Beweglichkeit. Weiterhin ist es unser Anspruch Sie bei der nachhaltigen Aufrechterhaltung der körperlichen Aktivität zu unterstützen und zu beraten.

ZUM TRAININGSTHERAPEUTISCHEN ANGEBOT ZÄHLEN

- Computergestütztes und EKG/ herzfrequenzüberwachtes Ergometertraining
- Eigenständiges Chipkartentraining
- Gerätegestützte Krankengymnastik
- Medizinische Trainingstherapie (MTT) mit modernem Biofeedback Monitoring
- Galileo Training (Vibrationsplattform)
- Walking und Nordic Walking
- Geh- und Lauftraining (Wanderungen nach Leistungslevel)
- Gesundheitstraining in Form von Schulung, Vortrag und individueller Beratung





PRÄVENTION & NACHSORGE



Auch außerhalb eines Reha-Aufenthaltes bietet unser Therapiezentrum TheraFit optimale Möglichkeiten für Ihre langfristige und nachhaltige Gesundheitsvorsorge und/oder zur Stabilisierung der Therapie-Erfolge aus einem stationären Aufenthalt. Die Rententräger und Krankenkassen bieten hierfür spezielle Programme an, die Sie nach entsprechendem Antrag bei uns durchführen können.



AMBULANTE ANGEBOTE THERAFIT

- KGG (gerätegestützte Krankengymnastik)
- Physiotherapie (manuelle Therapie, Krankengymnastik)
- Lymphdrainage
- Gerätetraining MTT als Selbstzahler
- Rumpfkraftanalyse als Grundlage für eine individuelle Trainingsplanerstellung (Preis auf Nachfrage)
- Schwimmbad Vitalis
- AOK OrthoCard (Prävention der AOK zur Stärkung des Rückens)
- Präventives GENIUS Rückentraining (SGB § 20)
- T-RENA (Ambulante Nachsorge der Rentenversicherung)
- Präventionsangebot der Rentenversicherung (3-Phasen-Model)
- Rehasport (Lungensportgruppe) in Kooperation mit dem SV Höchenschwand
- Funktionstraining in Kooperation mit der Rheumaliga (trocken)





PHYSIOTHERAPIE

EIN BREITES, AUF JEDEN REHABILITANDEN INDIVIDUELL ABGESTIMMTES THERAPIEANGEBOT

Wir legen großen Wert auf die Vielfalt unseres Therapiespektrums. Sie erlaubt uns, für jeden Rehabilitanden eine ganz individuelle Behandlungsstrategie zu entwickeln. Unser erfahrenes Team aus Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrern und Sportwissenschaftlern arbeitet mit Ihnen zusammen daran, Funktionseinschränkungen zu beheben und Schmerzen zu lindern.

Um Ihrem individuellen Leistungsvermögen gerecht zu werden, hat unser Therapeutenteam ein Modulsystem entwickelt, welches von leicht belastbar bis maximal belastbar reicht. So werden Sie weder unter- noch überfordert und genießen den motivierenden Effekt spürbarer Fortschritte.

Bei Vorlage einer gültigen Heilmittelverordnung nehmen wir auch gerne ambulante Patienten auf.

THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

EINZELTHERAPIE

- Gerätegestützte Krankengymnastik
- Lymphdrainage
- Bobath-Therapie
- Manuelle Therapie

GRUPPENTHERAPIEN

- Wirbelsäulengymnastik
- Atemtherapie, abgestimmt auf das jeweilige Krankheitsbild
- Lymphgymnastik
- Osteoporosegymnastik
- Wassergymnastik
- Hüft- und Knieschule
- Rückenschule
- Qi Gong



THERAPEUTISCHE ANGEBOTE DER PHYSIKALISCHEN ABTEILUNG

- Massage
- Lymphdrainage und Ödemtherapie
- Hydro- und Balneotherapie
- Wärme und Kälte Therapie
- Inhalation
- Elektrotherapie
- Hydrojet





GESUNDE ERNÄHRUNG

FÜR EIN ENTSCHEIDENDES BISSCHEN MEHR AN GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

Die ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Bestandteil bei der Rehabilitation unserer Gäste. Unsere Beratungen und Verköstigungen orientieren sich an den neusten Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

SPRECHSTUNDE

Für Fragen, Wünschen und Anregungen rund ums Essen und zur Anmeldung für Ernährungs-Kurse.

BIO*- UND REGIONAL-QUALITÄT IN DER SPEISEN-VERSORUNG

Das RAL-Gütezeichen „Diät und Vollkost“ gehört schon seit über 50 Jahren zu unserem Haus. Durch die alle zwei Jahre stattfindende Prüfung sind wir immer auf dem Laufenden, so dass wir die neuesten Ernährungsempfehlungen umsetzen. Durch eine gezielte Essensauswahl können all unsere Patienten die Ernährungsempfehlungen der DGE beachten.

THEMEN DER EINZELBERATUNGEN

- Übergewicht
- Untergewicht
- Diabetes mellitus
- Ernährung bei erhöhten Blutfettwerten
- Ernährung bei Bluthochdruck
- Ernährung bei Gicht
- Ernährung nach Magen-Darm Erkrankungen oder Operationen
- Kau- und Schluckbeschwerden nach Chemotherapie oder Bestrahlung
- Lebensmittel- Unverträglichkeiten / -Allergien

VORTRÄGE

- Ausgewogene Ernährung
- Ernährung bei / nach Krebserkrankungen
- Ernährung bei Sarkoidose
- „Gut gekaut ist halb verdaut!“

ABNEHMSCHULUNG IN VIER THEMENBEREICHEN

- Rund ums Abnehmen
- Essverhalten
- Essen macht Spaß
- Essfallen

KOSTFORMEN, DIE WIR VOR ORT ANBIETEN

- Vollkost
- Leichte Vollkost (Schonkost)
- Vegetarische Kost (ovo-lacto-vegetabil)
- Energiereduzierte Mischkost (Reduktionskost)
- Kost bei Diabetes mellitus
- Cholesterinarme Kost (bei erhöhten Blutfettwerten)
- Purinarne Kost (bei Gicht)
- Laktosefreie Kost (bei Milchzuckerunverträglichkeit)
- Glutenfreie Kost (bei Zöliakie / Sprue)
- Kost bei:
- Kau- und Schluckbeschwerden
- Appetitlosigkeit
- Untergewicht
- Sonstiges



*mit der erfolgreichen Teilnahme am Projekt „Gutes Essen in der Reha 2019“ [des Ministeriums für ländlichen Raum und Verbraucherschutz (MLR)] des Landes Baden-Württemberg hat sich die Klinik St. Georg verpflichtet, 15% Bio in der Speisversorgung der Rehabilitanden umzusetzen“



PSYCHOLOGIE

INDIVIDUELLE UNTERSTÜTZUNG BEIM MEISTERN BELASTENDENDER SITUATIONEN

Schwere und anhaltende gesundheitliche Beeinträchtigungen wirken sich oftmals auf alle Lebensfelder aus, führen zu teils irreversiblen Einschränkungen und erfordern daher möglicherweise weitreichende Neuorientierungen. Dies kann dazu führen, dass die betroffenen Menschen sowie ihre Angehörigen an die Grenzen ihrer Belastbarkeit gelangen.

Unser Anliegen ist es, mit Hilfe der psychologischen Betreuungsangebote den Umgang mit der veränderten Lebenssituation zu erleichtern, so dass im Verlauf der Reha wieder Lebensfreude und Selbstvertrauen in den Mittelpunkt des Erlebens rücken können.

Wir betrachten Krankheit dabei als ein kritisches Lebensereignis, welches den gesamten Menschen in seiner Bewältigungskapazität herausfordert – und das manchmal auch Chancen für konstruktive Veränderungen und Entscheidungen mit sich bringt.

Entlastung beginnt dann, wenn das Unabänderliche akzeptiert und das Veränderbare bearbeitet werden kann. Wir wollen Sie dabei unterstützen, die notwendige Gelassenheit für das Eine, die Kraft für das Andere und den Blick zur Unterscheidung zwischen beidem zu entwickeln.

Gemeinsam mit unseren Patienten entwickeln wir Strategien zur akuten und nachhaltigen psychischen Entlastung und Stabilisierung. Auf der Grundlage einer ressourcen- und lösungsorientierten psychotherapeutischen Haltung kann so wieder Raum für individuelle Bewältigungsprozesse entstehen.



BEHANDLUNGSZIELE

Wesentliche Ziele sind die Wiederherstellung bzw. der Erhalt von persönlicher Autonomie, individuellem Handlungsspielraum, Lebensqualität und die Eröffnung von Zukunftsperspektiven.

Mit der Unterstützung durch psychologische Begleitung, die sich am persönlichen Bedarf und der individuell einzigartigen Problemsituation orientiert, kann sowohl Entlastung ermöglicht, als auch die Entwicklung und Chronifizierung psychischer Befindlichkeitsstörungen verhindert werden.

THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Gesprächspsychotherapie
- Gestalttherapie
- Körperorientierte Verfahren



SOZIALBERATUNG

HILFE ZUR SELBSTHILFE

Der Sozialdienst ist eine klinikeigene Anlaufstelle für Rehabilitanden der Deutschen Rentenversicherung sowie für Patienten der gesetzlichen und der privaten Krankenkassen. Wir betreuen Rehabilitanden aus dem Berufsleben und ebenso Menschen, die nach langer Erkrankung wieder eine Eingliederung an ihren Arbeitsplatz finden wollen, mit neuer Orientierung oder interner Umsetzung.

Dabei zeigt sich nicht selten, dass aus gesundheitlichen Gründen die bisherige Lebensplanung überdacht werden und eine neue berufliche Perspektive erarbeitet werden muss.

DURCH UNSEREN SOZIALDIENST WERDEN SIE FÜR DIE ZEIT NACH DER REHABILITATIONSMASSNAHME NEBEN DER SOZIALRECHTLICHEN BERATUNG MIT FOLGENDEN LEISTUNGEN BERATEN UND UNTERSTÜTZT:

- Soziale Sicherungen (u. a. Arbeitsförderung, Berufliche Reha, Rehabilitation und Teilhabe von Menschen mit Behinderung)
- Schwerbehindertenrecht nach Paragraph 69 SGB IX (Antragstellung, Vor- und Nachteile)
- Beratung zur Teilhabe am Arbeitsleben (stufenweise Wiedereingliederung, verschiedene Möglichkeiten der berufsfördernden Maßnahmen, Hilfe bei der Gestaltung des Arbeitsplatzes)
- Vermittlung von weiterführenden Fachdiensten (Integrationsfachdienste)
- Fragen und Beratung zu Arbeits- und Sozialrecht
- Berufsfördernde Maßnahmen (Bewerbungshilfen, Orientierungshilfen für berufliche Perspektiven durch unseren Kooperationspartner „Zentrum Beruf + Gesundheit Bad Krozingen“)
- Nachsorgeprogramme der DRV (IRENA, T-Rena“ & „Rehabilitations- bzw. Lungensport, Selbsthilfegruppen, Kontaktherstellung zu Krankenkassen, Rentenversicherungen, Pflegediensten, mit niedergelassenen Ärzten)
- Berufliche Reha (Rehaberatung durch den Rehaberater der Deutschen Rentenversicherung Baden Württemberg für die berufliche Rehabilitation)





AKTIVITÄTEN

HÖCHENSCHWANDER HIGHLIGHTS

Auf über 1.000 Metern Höhe atmen Sie hier reine Bergluft und genießen den weiten Blick über urige Wälder und das Schweizer Alpenpanorama. Erholen Sie sich bei ruhigen Spaziergängen im Kurpark, beim Wandern, oder beim Golf. Es darf etwas dynamischer sein? Wie wäre es dann mit Nordic-Walking, Tennis, Reiten oder den zahlreichen weiteren Freizeitmöglichkeiten, die Höchenschwand Ihnen eröffnet? Alternativ können Sie in der Wellnesslandschaft des Badeparadies Vitalis entspannen oder die kulturelle Vielfalt des Schwarzwaldes entdecken.







WINTERLANDSCHAFT

SIE MÖCHTEN WEIHNACHTEN UND/ODER SILVESTER NICHT ALLEIN ZUHAUSE FEIERN?

Die St. Georg Klinik bietet Ihnen den Rahmen einer traditionellen Weihnachtsfeier im Kurhaus mit anschließendem gemütlichen Beisammensein. Gerne können Sie auch das neue Jahr in unserem Hause begrüßen. Wir schenken Ihren Weihnachtsfeiertagen neuen Zauber – in der märchenhaften Bergwelt des Südschwarzwaldes. Mehr Infos unter www.porten.de/st-georg-klinik/feiertags-pauschalen





Mit  -lichen Grüßen

Ihre Sonja & Ihr Frank Porten und Mitarbeiter



Vorsorge- und Rehabilitationskliniken
Fachklinik für Innere Medizin AHB/ARB

St. Georg



St. Georg Vorsorge- und Rehabilitationskliniken GmbH und Co. KG
Kurhausplatz 1 • 79862 Höchenschwand • T +49 7672. 411-0 • F +49 7672. 411-240
info@fachklinik-st-georg.de • www.fachklinik-st-georg.de