

# REHA-PLAN

Bei uns lernen Sie für Ihre Gesundheit!

Die folgenden Elemente sind Basis für Ihren abgestimmten Reha-Plan und damit für eine erfolgreiche Rehabilitation. Während Ihres Aufenthaltes in unserer Klinik durchlaufen Sie diese Schritte gemeinsam mit unserem Reha-Team und erfahren die genauen Inhalte Ihres Reha-Plans. Am Ende Ihres Aufenthaltes erfragen wir nochmals, wie zufrieden Sie mit der Umsetzung waren – gegebenenfalls auch Ihr Kostenträger. Zum besseren Verständnis schon an dieser Stelle eine kurze Erläuterung der wichtigsten Begriffe.



**MEDICLIN**  
**DEISTER WESER**  
**KLINIKEN**

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg bei Ihrer Reha-Maßnahme, einen angenehmen Aufenthalt in unserer Klinik und viel Freude daran, Bewährtes beizubehalten und Neues zu beginnen!

## Stets im Blick: Ihre Reha-Ziele

### Willkommen



Unser **Reha-Team** steht Ihnen während Ihres Aufenthalts gerne zur Seite. Wir gehen gezielt auf Ihre Erkrankung und damit verbundene Sorgen, Probleme und Schwierigkeiten ein, um mit Ihnen eine bestmögliche Reha-Maßnahme durchführen zu können.

### Aufnahme



Zu Beginn der Reha-Maßnahme findet eine **ärztliche Aufnahmeuntersuchung** statt, des Weiteren ein **psychotherapeutisches Gespräch** mit Ihrem **Bezugstherapeuten** (Dipl.-Psychologe oder Arzt). Die genauen Reha-Ziele zur Verbesserung Ihres Gesundheitszustandes werden festgelegt sowie ein darauf abgestimmter Therapieplan entwickelt. Die **Reha-Ziele** dienen dazu, den Fortschritt und Erfolg Ihrer Reha zu verdeutlichen.

### Therapie



Die Therapie dient der seelischen und körperlichen Gesundung, der Unterstützung bei der Bewältigung individueller Probleme, dem Eröffnen neuer Impulse sowie der Stärkung eigener Bewältigungspotenziale. Wir möchten Sie dazu befähigen „Experte“ für Ihre eigene Erkrankung zu werden, damit Sie Risikofaktoren erkennen und durch gesundheitsförderliches Verhalten Ihre Leistungsfähigkeit im Alltag, Beruf und in der Freizeit positiv beeinflussen können. Bei **beruflichen Problemlagen** erfolgt eine sozialmedizinische Klärung, damit Sie wissen wie es nach der Reha weitergeht.

### Vorbereitung auf Zuhause



Unser Reha-Team gibt Ihnen passend zu Ihrem Erkrankungsbild nützliche Therapie- und Verhaltensempfehlung für den häuslichen und beruflichen Bereich. Wir möchten, dass Sie Ihr Wissen in alltägliches Verhalten umsetzen und auch nach der Reha langfristig davon profitieren können. In Absprache mit Ihnen leiteten wir gegebenenfalls psychotherapeutische **Nachsorgeangebote** Ihres Kostenträgers ein.

### Entlassung



Sie erhalten von uns einen **Entlassungsbericht** mit allen wichtigen Informationen für Ihren behandelnden Arzt. In diesem Bericht werden auch Therapieempfehlungen gemeinsam mit Ihnen abgestimmt in Richtung ambulante Psychotherapie, Selbsthilfegruppen, Angehörigenberatung oder eine berufliche Wiedereingliederung. So können Sie langfristig den Erfolg ihrer Reha-Maßnahme fortführen und ausbauen.

Wir helfen mit Herz und Verstand!