

Es ist Zeit, Rehabilitation neu zu denken

Die Asklepios Klinik Triberg setzt auf partizipative Rehabilitation ihrer Patienten

- Nachsorgekonzept „Bewegung ist Leben – Bewegung nach Krebs“ der Asklepios Klinik Triberg seit über 2 Jahren erfolgreich umgesetzt
- Erweiterung des Konzepts durch partizipative Rehabilitation, wodurch Patienten ihre Reha selbst mitbestimmen und gestalten können
- Partizipative Rehabilitation beginnt bereits zuhause
- Bewegung, Ernährung und Selbstfürsorge sind Säulen des ganzheitlichen Therapiekonzepts
- Alltagsintegration entscheidend für anhaltenden Erfolg der Reha

Das wissenschaftlich evaluierte Klinikkonzept „Bewegung ist Leben – Bewegung nach Krebs“ wird seit der Einführung vor ca. zwei Jahren in der Asklepios Klinik Triberg erfolgreich umgesetzt.

„Regelmäßige Bewegung ist nur eine von drei Säulen, die maßgeblich für den nachhaltigen Erfolg einer Reha entscheidend sind. Daneben sind Verhaltensweisen in Bezug auf Ernährung und der Umgang mit Stresssituationen ausschlaggebend für die körperliche Gesundheit. Deshalb setzen wir auf partizipative Rehabilitation, d. h. Mitbestimmung und Mitgestaltung der Reha durch unsere Patienten, und das bereits vor dem eigentlichen Reha-Beginn.“, erläutert Priv.-Doz. Dr. med. Thomas Widmann, Chefarzt der Asklepios Klinik Triberg, Fachklinik für Onkologie, Anschlussrehabilitation und Rehabilitation.

Ein persönlicher Mitmach-Plan soll schon zuhause aufzeigen, welche neuen Wege der Patient gehen kann. Jeder Patient erhält damit die Möglichkeit sich im Vorfeld intensiv auf die Reha vorzubereiten und sich über sein eigenes Reha-Ziel klarzuwerden. Die Patienten können damit schon vor der Reha aus den umfangreichen Therapieangeboten in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Selbstfürsorge wählen und die eigene Reha aktiv mitgestalten. Darüberhinaus entsteht durch das neue Konzept der partizipativen Rehabilitation bereits im Vorfeld eine enge Verbindung zur Klinik und ein Bewusstsein für die anstehende Reha.

Neben der Diagnostik und den klassischen Reha-Maßnahmen erfahren die Patienten in Triberg einen maßgeschneiderten Reha-Ablauf, fürsorgliche Betreuung und Zeit für persönliche Gespräche. Zur

Ergänzung ihres individuellen Rehabilitationsplans stehen ihnen verschiedenste Therapiestationen für eine ganzheitliche Bewegungs- und Physiotherapie zur Verfügung.

Die Integration moderner wissenschaftlicher Medizin, Psychologie, Ernährung und Bewegung unterstützt die Patienten darin, einen gesundheitsorientierten Lebensstil zu entwickeln bzw. beizubehalten und ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Forschungsergebnisse zeigen eindrucksvoll, dass durch Entspannungstechniken, Achtsamkeitsschulung und Stressmanagement eine positive Grundhaltung entstehen und die Lebensqualität gesteigert werden kann. Auch auf die für viele Krebspatienten relevanten Belastungsfaktoren, wie Schlafstörungen, Ängste und Depressionen ist eine positive Wirkung nachgewiesen. Mittlerweile sind sogar einige der dafür verantwortlichen biologischen Wirkmechanismen erforscht.

Digitale Unterstützung erhält das Konzept der partizipativen Rehabilitation durch die movival-App, einer eigenständigen Software u. a. für Krebspatienten, die einen Abgleich zwischen den von Patienten durchgeführten Bewegungseinheiten und dem prognostisch relevanten Bewegungsziel zur Absenkung des Krebsrückfallrisikos ermöglicht.

Um eine anhaltende Erhöhung der Lebensqualität jedes Patienten zu erreichen, sind Therapie-Auswertung, Folgeberatung und Nachsorge im Anschluss an die partizipative Reha wichtige Aspekte. Entscheidend für den nachhaltigen Erfolg der Reha-Maßnahme ist die Alltagsintegration, z. B. der neu erlernten Entspannungstechniken, einer gesünderen Ernährungsweise oder sportlicher Aktivitäten. Dazu Priv.-Doz. Dr. med. Thomas Widmann: „Damit unsere Patienten ihre neuen Verhaltensweisen in ihrem Alltag fortführen können, geben wir ihnen wichtige Hilfsmittel an die Hand. Wertvolle Informationen und Werkzeuge unterstützen unsere Patienten darin, ihr Leben neu zu gestalten. Unser Ziel ist es, dass jeder unserer Patienten auch im Alltag raus aus der Passivität hinein in die Aktivität und in ein teilhabeorientiertes, selbstbestimmtes Leben kommt.“

Hintergrund

Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass aktive Bewegung das Risiko von Krebserkrankungen und -rückfällen bis zu 67 Prozent senkt. Das beweisen internationale Langzeitstudien und die über 15 Jahre lange Forschungsarbeit von Priv.-Doz. Dr. med. Thomas Widmann. Als Chefarzt an der Asklepios Fachklinik für Onkologie, Anschlussrehabilitation und Rehabilitation in Triberg/Schwarzwald integriert er eigene wissenschaftliche Erkenntnisse zusammen mit denen internationaler Forschergruppen in ein eigenständiges Therapie- und Bewegungskonzept. Es baut auf der Kern-Erkenntnis auf, dass durch ein regelmäßiges Bewegungsprogramm eine Aussicht für Patienten besteht, das Krebsrückfallrisiko signifikant zu senken.

4.933 Zeichen inkl. Leerzeichen, 598 Wörter

Pressekontakt:

RITTWEGER und TEAM Werbeagentur GmbH

Schleusinger Straße 33

98527 Suhl

Deutschland

Beatrix Luther

Telefon +49 3681.8033.40

beatrix-luther@rittweger-team.de

Bildmaterial:



Pressebild1_PD-Dr-med-Thomas-Widmann.jpg:

(© Priv.-Doz. Dr. med. Thomas Widmann)



Pressebild2_Partizipative-Rehabilitation.jpg:

(© RITTWEGER und TEAM Werbeagentur GmbH)



Pressebild3_Partizipative-Rehabilitation.jpg:

(© RITTWEGER und TEAM Werbeagentur GmbH)