



Klinik Höhenried



KARDIOLOGIE
IN DER KLINIK HÖHENRIED



KLINIK HÖHENRIED

Die Klinik liegt direkt am Starnberger See inmitten einer weitläufigen Parklandschaft mit altem Baumbestand und einem romantischen Schloss. Spazierwege führen durch weite Wiesen und stille Wälder an 2,5 km des eigenen Seeufers entlang. Der Blick reicht bis zur Alpenkette!

Großzügigkeit und Offenheit prägen das Klinikgebäude. Durch die großen Fensterflächen gehen Haus und Natur ineinander über.

Durch fachliche Kompetenz, ganzheitlich orientierte Therapie und modernste Ausstattung bietet unsere Rehabilitationsklinik besonders günstige Voraussetzungen, körperliche und seelische Gesundheit zu erreichen, Krankheit zu bewältigen und mit neuem Mut in den Alltag zurückzukehren.

Die drei Fachabteilungen Kardiologie, Orthopädie und Psychosomatik arbeiten eng zusammen und ermöglichen somit eine umfassende Betreuung.

INDIKATIONEN

Wann ist eine Behandlung in Höhenried erforderlich?

- › Bei koronarer Herzkrankheit mit stabiler Angina pectoris
- › Nach Herzinfarkt
- › Nach Ballondilatation/Stentimplantation
- › Nach Herzoperation (einschließlich Herztransplantation)
- › Bei angeborenen Herzfehlern (EMAH)
- › Bei behandlungsbedürftigen Herzrhythmusstörungen
- › Nach Implantation eines Schrittmachers, ICD oder CRT
- › Bei Herzmuskelerkrankungen (Kardiomyopathie)
- › Und Herzmuskelschwäche (Herzinsuffizienz)
- › Nach Implantation eines „Kunstherzens“
- › Bei schwerem Bluthochdruck
- › Nach abgelaufener Lungenembolie
- › Bei Erkrankung arterieller Gefäße (Aorta, Halsschlagader, Becken- und Beingefäße) mit Stent und nach OP
- › Bei Fettstoffwechselstörungen, Diabetes mellitus und Adipositas (metabolisches Syndrom)

Die Rehabilitation kann mit gleichen Inhalten auch ganztägig ambulant durchgeführt werden.

Schwerpunkte

Höhenried ist auch für die Rehabilitation komplexer Krankheitsbilder gerüstet. Wir haben Schwerpunkte für bypass- und klappenoperierten Patienten, für Patienten mit angeborenen Herzfehlern und für Kunstherzpatienten eingerichtet. Für die Frühübernahme von Patienten nach Herzinfarkt, Herzoperationen oder mit kompliziertem Krankheitsverlauf steht eine moderne Intermediate Care-Station zur Verfügung. Für Patienten mit dialysepflichtiger Niereninsuffizienz besteht Dialysemöglichkeit im nahegelegenen Krankenhaus Tutzing.





DIAGNOSTIK

Wir führen alle erforderlichen nicht-invasiven Untersuchungen des Herzkreislaufsystems durch

- › Ruhe- und Belastungs-EKG
- › 2-D, 3-D und Dopplerechokardiographie
- › Stressechokardiographie
- › TEE (Schluck-Echo)
- › Lungenfunktionsprüfung
- › Spiroergometrie
- › 24-Std.-Langzeit-EKG
- › Blutdruckmonitoring
- › Schlafapnoe-Screening
- › Herzfrequenzvariabilitätsmessung
- › Event recording
- › Gefäß-Doppler/Duplex zentraler und peripherer Gefäße
- › Sonographie der Schilddrüse, der Bauchorgane und der Pleura
- › Lungenfunktionsprüfung
- › Röntgenuntersuchungen der Thoraxorgane

Für weiterführende spezielle kardiologische Diagnostik arbeiten wir eng mit allen Münchner kardiologischen Zentren zusammen.

Durch die Zusammenarbeit unserer kardiologischen, orthopädischen und psychosomatischen Abteilungen ist eine fachübergreifende Diagnostik bei Bedarf möglich. Für weitere eventuell erforderliche Untersuchungen stehen Konsiliarärzte zur Verfügung.

THERAPIE

Internistisch-kardiologische Therapie

Unter Leitung erfahrener Internisten und Kardiologen werden Sie von einem Team aus Bewegungs- und Physiotherapeuten, Pflegekräften, Psychologen, Ernährungsberatern und Sozialberatern betreut.

Ihre behandelnden Ärzte stimmen mit Ihnen gemeinsam Behandlungsziele ab und legen den individuellen Behandlungsplan fest.

Feste Bestandteile unseres Behandlungskonzeptes sind:

- › Individuell dosierte aufbauende Bewegungstherapie
- › Ernährungsberatung, Ernährungsumstellung
- › Psychologische Beratung und Behandlung
- › Anpassung der medikamentösen Langzeitbehandlung
- › Informationen und Schulungen zu Ihrer Erkrankung und dem Umgang damit
- › Sozial-, Berufs- und Rehaberatung

Eine zentrale, computergestützte Terminsteuerung sorgt für einen reibungslosen Ablauf der Termine.





THERAPIEFORMEN

Bewegungstherapie

Bewegung ist Leben!

Eine richtig dosierte und kontrollierte Bewegungstherapie mit einer Vielfalt von Angeboten hilft Ihnen, Ihre Leistungsfähigkeit und Beweglichkeit zu verbessern.

Unsere speziell ausgebildeten Therapeuten unterstützen Sie darin, Schritt für Schritt wieder Sicherheit und Freude an der Bewegung zu gewinnen. Sie erhalten Anleitungen, wie es im Alltag weitergehen kann.

Ausdauertraining

Auf dem Fahrrad oder Laufband oder in freier Natur unter Kontrolle von Herzrhythmus und Blutdruck.

Ziel ist die Erhöhung der Leistungsfähigkeit und der Belastbarkeit, Ökonomisierung der Herzarbeit und Verbesserung des Stoffwechsels. Sie lernen Ihre eigenen Belastungsgrenzen kennen, gewinnen Selbstvertrauen und können Ängste abbauen.

Krafttraining

Krafttraining ist bei vielen Herzerkrankungen und Stoffwechselerkrankungen eine wichtige Trainingsform. In unserer Medizinischen Trainingstherapie (MTT) mit neuesten Trainingsgeräten sowie in speziellen Gruppentrainingseinheiten kann die Muskulatur wieder aufgebaut und gestärkt werden und sie erlernen Kräftigungsübungen auch für die Zeit nach der Reha.

Geh- und Lauftraining

Wird speziell für Patienten mit Durchblutungsstörungen an den Beinen zur Verbesserung der Gehstrecke durchgeführt.

Gymnastik

Aktivität im Freien und in der Halle zur Entlastung von Herz und Kreislauf durch Verbesserung von Koordination, Beweglichkeit und Muskelkraft. Die natürliche Atmung wird gefördert und die eigene Körperwahrnehmung verbessert.

Krankengymnastik und Physikalische Therapie

Krankengymnastik bietet bei Beschwerden am Haltungs- und Bewegungsapparat die Möglichkeit der Schmerzlinderung, der Verbesserung von Haltung, Beweglichkeit, Muskelkraft, Koordination und Körperwahrnehmung.

Zur Anwendung kommen unterschiedlichste Methoden der krankengymnastischen Behandlung wie z. B. manuelle Therapie, Rückengymnastik, Schlingentischbehandlung, Beckenbodengymnastik, Atemtherapie, Feldenkraistherapie, u.a.

Unterstützend wirken Maßnahmen aus der physikalischen Therapie wie Massagen, Wärme- und Kälteanwendungen, Bäder und Elektrotherapie. Lymphdrainagen werden zur Entstauung des Gewebes v. a. bei Venenerkrankungen und nach Operationen angewendet.





Ernährungstherapie

Unsere Diplom-Oecotrophologin (Ernährungswissenschaftlerin) und unsere Diätassistentinnen führen je nach individuellem Bedarf Einzelgespräche und Schulungen in Kleingruppen durch, z. B. bei Übergewicht, Bluthochdruck, erhöhten Blutfetten, Diabetes, Arthrose, Osteoporose, u.a.

Die Verknüpfung von theoretischen Inhalten mit praxisorientierten Handlungshilfen und die individuelle Beratung stehen im Vordergrund beim Erlernen einer gesundheitsförderlichen Ernährung.

- › Individuelle Einzelberatung
- › Schulungen in Kleingruppen bei Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, leichtem und starkem Übergewicht sowie Bluthochdruck
- › Lehrküche: Gemeinsames Kochen und Genießen schmackhafter, fettarmer Gerichte für interessierte Patienten und deren Partner
- › Hilfestellung am Buffet bei der Zusammenstellung einer ausgewogenen Mahlzeit



Kreativtherapie

Die Kreativ- und Gestaltungstherapie ermöglicht die Umsetzung von Gedanken und Vorstellungen mit nonverbalen Mitteln. Das Erfahren eigener Kreativität kann dabei eine neu zu entdeckende Kraftquelle werden. Es können aber auch entlastende Ausdrucksformen für das innere Erleben gefunden werden. Dafür steht Ihnen unser offenes Atelier zur Verfügung.

Sozial-, Berufs- und Rehaberatung

Oft folgen einer akuten oder chronischen Erkrankung einschneidende Veränderungen in Alltag und Beruf. Unsere Sozial- und Rehaberater helfen durch gezielte Beratung, individuelle Perspektiven zu entwickeln.

Sie bieten

- › Unterstützung in der beruflichen Wiedereingliederung
- › Information über Umschulungsmöglichkeiten
- › Information über Rechte und Ansprüche Behinderter
- › Klärung finanzieller Ansprüche und Unterstützung bei deren Durchsetzung
- › Hilfen zur Sicherung der Nachsorge wie z. B. Pflegeleistungen und häusliche Hilfen
- › Beratung bzgl. sozialrechtlicher Fragen wie Grad der Behinderung und Rentenanspruch
- › Hilfe bei Behördenfragen wie Grundsicherung, Schuldenproblemen, Wohnungsfragen
- › Vermittlung an unterstützende Institutionen am Heimatort zur ambulanten Weiterbetreuung wie
- › Selbsthilfegruppen und psychosoziale Dienste



Psychologische Therapie

Die Betreuung im Rahmen einer kardiologischen Heilbehandlung erfolgt durch erfahrene klinische Psychologen in Einzel- und Gruppentherapien.

Angewendet werden Methoden aus

- › der Verhaltenstherapie
- › der Gestalt-Therapie
- › der Systemischen Therapie
- › dem Neurolinguistischen Programmieren
- › der Hypnotherapie sowie verschiedene Entspannungs- und Biofeedbackverfahren.

Laufend finden geschlossene therapeutische Gruppen zu folgenden Themen statt:

- › Stress- und Krankheitsbewältigung
- › Anti-Schmerz-Training
- › Entspannungstraining
- › Nicht-Raucher-Training
- › Bewältigung nicht-organischer Schlafstörungen



Ihre Gesundheit liegt
uns am Herzen!



SCHULUNG

Schulung zur Gesundheitsbildung

Ein- bis mehrstündige Seminare sowie Schulungen zu folgenden Themenbereichen werden regelmäßig durch ärztliche und nichtärztliche Spezialisten angeboten:

- › Umgang mit Herz-Kreislaufkrankheiten
- › Umgang mit Herzklappenkrankheiten
- › Umgang mit Gerinnungshemmern
- › Gerinnungsselbstbestimmungskurse
- › Endokarditisprophylaxe
- › Bluthochdruck
- › Lehrküche
- › Diabetikerschulung
- › Schulung bei metabolischem Syndrom
- › Stress- und Krankheitsbewältigung
- › Entspannungstraining
- › Nichtrauchertraining



WISSENSWERTES

Antragstellung

Als gesetzlich Versicherter können Sie eine Rehabilitationsleistung in ambulanter oder stationärer Form bei Ihrer Krankenkasse oder Rentenversicherung beantragen. Dort erhalten Sie ein Antragsformular, das Sie gemeinsam mit Ihrem Arzt ausfüllen und an den zuständigen Kostenträger senden.

Bitte verweisen Sie bei der Antragsstellung auf die Klinik Höhenried als Ihre Wunschklinik. Sobald Ihnen die Kostenzusage vorliegt, können Sie sich bei uns anmelden.

Werden Sie in einer Akutklinik stationär behandelt oder operiert, wird der Sozialdienst dieser Klinik für Sie eine Anschlussrehabilitation bei Ihrer Rentenversicherung oder Krankenkasse beantragen.

Als Privatversicherter benötigen Sie vor Antritt der Behandlung eine Kostenzusage Ihrer Krankenversicherung bzw. Beihilfestelle. Unsere Klinik ist beihilfefähig. Privatversicherte Patienten wenden sich direkt an das Sekretariat der Chefärztin Frau Dr. Christa Bongarth.

Unsere Vertragspartner sind:

- › alle gesetzlichen Krankenkassen
- › private Krankenversicherungen
- › alle Rentenversicherungen
- › Landwirtschaftliche Krankenkassen
- › Berufsgenossenschaften
- › Beihilfe
- › Unfallversicherungen
- › Sozialhilfeträger



Unterkunft

Sie sind in einem Einzelzimmer untergebracht mit freundlichen hellen Möbeln, elektrisch verstellbarem Bett, eigener Dusche und WC, Telefon, Fernseher, Radio und Notrufanlage. Es stehen auch rollstuhl- und behindertengerechte Zimmer zur Verfügung.

Es erwartet Sie eine abwechslungsreiche und schmackhafte Küche. Verschiedene Ernährungsformen stehen zur Auswahl. Unsere Ernährungstherapeutinnen beraten Sie gerne persönlich.

Freizeit

In der therapiefreien Zeit stehen Ihnen unser Schwimmbad, die Sauna, Kegelbahnen, Bocciabahnen, Nordic-Walking-Stöcke und Leihfahrräder zur Verfügung.

Ferner wird Ihnen ein vielfältiges Angebot an kulturellen Veranstaltungen, eine reichhaltige Bibliothek und ein informativer klinikeigener Fernsehkanal angeboten.

Das große Parkgelände mit seinem Schloss, dem Badeplatz am See und dem Buchheim Museum gestalten Ihren Aufenthalt erholsam und anregend.

ANSPRECHPARTNER

Für persönliche Informationen über die Inhalte und den Ablauf der Behandlung stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

Dr. med. Christa M. Bongarth, Chefärztin

Fachärztin für Innere Medizin, Kardiologie, Internistische Intensivmedizin, Sportmedizin, Ernährungsmedizin, Kardiovaskuläre Präventivmedizinerin DGPR®.

Chefartzsekretariat Kardiologie:

Tel: 0 81 58 - 24 32 010

Fax: 0 81 58 - 24 52 009

sekretariat-kardiologie@hoehenried.de

Fragen zur Aufnahme und zu den Aufnahmeterminen beantworten Ihnen:

Frau Fauland und Frau Rautenberg

Tel: 0 81 58 - 24 35 200





Anfahrt

Sie können mit dem eigenen PKW anreisen oder Sie fahren mit den Zügen der Deutschen Bahn oder der S-Bahn der Linie S6 bis Tutzing und können dort abgeholt werden.

Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd
Klinik Höhenried gGmbH
 82347 Bernried / Obb.

Telefon 08158 24-0
 info@hoehenried.de
 www.hoehenried.de

