



WILLKOMMEN
IN DER KLINIK HÖHENRIED

Kardiologie - Orthopädie - Psychosomatik



KLINIK HÖHENRIED

Die Rehabilitationsklinik Höhenried ist eine gemeinnützige GmbH der Deutschen Rentenversicherung Bayern Süd.

Mit der Kardiologie, der Orthopädie und der Psychosomatik bietet die Klinik Höhenried die wichtigsten Fachbereiche der stationären und ambulanten Rehabilitation. Jeder Fachbereich entwickelt, ausgehend von Indikation und Behandlungsziel, maßgeschneiderte therapeutische Programme. Bitte beachten Sie, dass Ihre Behandlung nur in Ihrer bewilligten Fachabteilung möglich ist, es wird KEINE fachübergreifende Therapie durchgeführt. Unser therapeutisches Angebot orientiert sich an den Bedürfnissen der Gesellschaft und den Vorgaben unseres Leistungsträgers.

Wir wollen Menschen, die von Behinderung bedroht sind, in ihrer Selbstbestimmung und gleichberechtigten Teilhabe am Leben in der Gesellschaft fördern, Benachteiligung vermeiden bzw. dieser entgegenwirken. Respekt, Wertschätzung und Ressourcenorientierung gegenüber unseren Patienten, unseren Mitarbeitenden und unserer Umwelt leiten unser Handeln.

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.

ABTEILUNG KARDIOLOGIE

Mit fachlicher Kompetenz, einer ganzheitlich orientierten Therapie und einer hochmodernen Ausstattung bieten wir Ihnen ideale Voraussetzungen, um von Ihrer Herzerkrankung zu genesen. Unser erfahrenes, multidisziplinäres Team richtet die Behandlung nach Ihrer individuellen Herz-Kreislauf-Erkrankung aus. Darüber hinaus soll Ihnen unser Therapieprogramm, das sich an Ihren Bedürfnissen orientiert, helfen, wieder mit Freude in Ihren Alltag und Ihr Berufsleben zurückzukehren.

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 „Kunsterzens“
- › 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.

Anmeldung zur Rehabilitation

Telefon: 08158 - 24 35 200



Schwerpunkte

Höhenried ist auch für die Rehabilitation komplexer Krankheitsbilder gerüstet. Wir haben Schwerpunkte für Patienten mit angeborenen Herzfehlern und für Kunstherzpatienten eingerichtet. Für die gegebenenfalls notwendige Überwachung unserer Patienten nach Herzinfarkt, Herzoperationen oder mit kompliziertem Krankheitsverlauf steht eine moderne Intermediate Care-Station zur Verfügung. Für Patienten mit dialysepflichtiger Niereninsuffizienz besteht eine Kooperation mit einer Dialysepraxis in Weilheim.

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

Schulung zur Gesundheitsbildung

Unsere Seminare sowie Schulungen zu folgenden Themenbereichen werden regelmäßig durch ärztliche und nichtärztliche Spezialisten, je nach ärztlicher Notwendigkeit, angeboten:

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

Ausführliche Informationen auf www.hoehenried.de





ABTEILUNG ORTHOPÄDIE

Bei Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates sind Sie bei uns in den besten Händen. Ob nach einer Operation, einem Schmerzsyndrom oder einer anderen Erkrankung des Bewegungsapparates - wir unterstützen Sie dabei, so rasch wie möglich wieder fit zu werden. Dank eingehender Diagnose und umfangreicher hochspezialisierter Therapiemethoden, können wir Ihnen eine maßgeschneiderte Therapie anbieten. Hoch motivierte Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten tun alles, um Ihre Schmerzen zu lindern und Sie wieder in Bewegung zu bringen.

Indikationen

Das Behandlungsspektrum im Bereich Orthopädie/Unfallchirurgie und Sportmedizin umfasst:

- › Nachbehandlung nach operativen Eingriffen am Haltungs- und Bewegungssystem
- › chronische Schmerzsyndrome des Haltungs- und Bewegungssystems
- › Verschleißerkrankungen an der Wirbelsäule und den Gelenken
- › Osteoporose
- › Tumore des Haltungs- und Bewegungssystems
- › rheumatologisch-entzündliche Krankheiten
- › sportmedizinische Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung
- › Kinderorthopädie (in Kooperation mit dem Rehabilitationszentrum Fachklinik Gaißach)

Diagnostik

Die Klinik Höhenried gGmbH verfügt in der orthopädischen Diagnostik über modernste technische Geräte der orthopädischen und sportmedizinischen Diagnostik.

Therapie

Den Schwerpunkt der Behandlung bilden aktive Therapie-maßnahmen. Ein interdisziplinäres Team aus spezialisierten Ärzten, hochqualifizierten Physiotherapeuten, Diplom-Sportwissenschaftlern, staatlich geprüften Masseuren und medizinischen Bademeistern, Ergotherapeuten und Sozialarbeitern erstellen in Zusammenarbeit mit Psychologen und dem Pflegepersonal für jede Patientin und jeden Patienten einen individuell abgestimmten Therapieplan.

Es stehen sämtliche Einrichtungen balneophysikalischer Therapieformen sowie eine nach neuesten sportphysiologischen Gesichtspunkten ausgestattete medizinische Trainingstherapie zur Verfügung.

Von ärztlicher Seite wird das therapeutische Spektrum durch orthopädische Schmerztherapie, Akupunktur, Naturheilverfahren und manuelle Medizin komplettiert.

Ausführliche Informationen auf www.hoehenried.de





ABTEILUNG PSYCHOSOMATIK

Wir behandeln, beraten und begleiten Menschen mit unterschiedlichen psychosomatischen Erkrankungen. Wer sich in einer psychischen Krise befindet, braucht einen geschützten Rahmen und ein individuell zugeschnittenes Therapiekonzept, um Gleichgewicht und Lebensfreude wiederzuerlangen. Wir bieten Ihnen Gruppen und Einzeltherapien, die von einem festen Bezugstherapeutenteam betreut werden. In einem mehrwöchigen Aufenthalt absolvieren Sie gemeinsam mit den anderen Gruppenteilnehmenden Therapiebausteine, die eine ganzheitliche und aufeinander aufbauende Therapie ermöglichen.

Patienten mit folgenden Krankheiten profitieren erfahrungsgemäß besonders von dem Angebot der Psychosomatischen Abteilung der Klinik Höhenried:

- › Depressive Störungen, Dysthymia, Depression
- › Burnout-Syndrom
- › Reaktionen auf schwere Belastungen: Schicksalsschläge, Verluste, Trauer, Krankheitsereignisse
- › Anpassungsstörungen bei anhaltender Belastung
- › Angst- und Panikstörungen
- › Somatoforme Störungen (körperliche Symptome psychischen Ursprungs), z. B. funktionelle Magen-Darm-Beschwerden, funktionelle Herzkreislaufbeschwerden, somatoforme Schmerzstörungen
- › Nicht-organische Schlafstörungen
- › Psychische Faktoren oder Bewältigungsprobleme bei anderen chronischen Krankheiten

Bei folgenden Krankheitsbildern ist eine vorherige Kontaktaufnahme notwendig:

- › Essstörungen
- › Zwangsstörungen
- › Posttraumatische Belastungsstörungen
- › Persönlichkeitsstörungen
- › Fibromyalgie
- › Chronic-Fatigue-Syndrom

Bei folgenden Störungen ist eine Aufnahme NICHT möglich:

Akuter Suizidalität, Akuten Psychosen, Akuter manischer Episode, Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit, Dissoziative Störungen

Für eine erfolgreiche Psychotherapie in unserem Hause gehen wir von ausreichenden deutschen Sprachkenntnissen aus.

Therapiekonzept

Grundlage unserer Behandlungen ist ein integratives Therapiekonzept mit verhaltensmedizinischen und tiefenpsychologischen Schwerpunkten, in das wir weitere Therapiebausteine und systemische Ansätze integrieren. Bei Bedarf behandeln wir in Absprache mit dem Patienten auch psychopharmakologisch, also mit Medikamenten. Die genannten Therapieverfahren zählen wissenschaftlich nachweisbar zu den besonders wirksamen Methoden und sind gut miteinander kombinierbar.

Ausführliche Informationen auf www.hoehenried.de



Alle Verfahren sind als Kurzzeittherapie anwendbar, denn im Rahmen einer stationären psychotherapeutischen Behandlung muss besonderer Wert auf eine pragmatische, kurze und fokussierte Therapie gelegt werden. Deswegen ist es auch besonders wichtig, dass Patienten und Behandler zu Beginn der Therapie gemeinsame Therapieziele formulieren, auf die die Behandlung individuell abgestimmt werden kann. Das Erreichen solcher Ziele wird während der stationären Behandlung angestrebt oder auf einen guten Weg gebracht, denn viele therapeutische Anstöße entfalten ihre positive Wirkung Schritt für Schritt und damit teilweise auch erst nach Ende der Behandlung. Deswegen besprechen wir mit unseren Patienten auch Empfehlungen für die Zeit nach der Entlassung, um eine weitere günstige Entwicklung zu unterstützen.

Wir verstehen psychische Störungen und psychosomatische Erkrankungen als biopsychosoziale Prozesse. Die Behandlung ist deswegen ganzheitlich auf Körper und Seele ausgerichtet und interdisziplinär angelegt. Dies bedeutet, dass Ihre Behandlung Psychotherapie im Einzel- wie im Gruppengespräch sowie ärztliche Behandlung umfasst. Aktivierende Bewegungstherapie und Physiotherapie, kreative Therapieformen wie Kunst- und Tanztherapie und Entspannungsverfahren, sind ebenfalls wichtige Bestandteile des therapeutischen Angebots und Behandlungskonzeptes.

Bedarfsweise findet eine Beratung unseres Sozialdienstes zu wichtigen Fragen des beruflichen wie sozialrechtlichen Kontextes und zu Fragestellungen der Nachsorge und häuslichen Organisation statt.

Da die Rehabilitation u. a. dem Erhalt der beruflichen Leistungsfähigkeit dient, ist auch die Abklärung der beruflichen Perspektive ein wichtiges Thema während der Behandlung.

Aus wissenschaftlichen Untersuchungen und aus der Erfahrung mit unserem Programm wissen wir,

- ... dass alle Menschen ein hohes Gesundheitspotential haben, das wieder aktiviert werden kann.
- ... dass alle Menschen viel mehr Fähigkeiten haben als sie selbst glauben und dass sie lernen können, diese Fähigkeiten wieder zu nutzen.
- ... dass schon in relativ kurzer Zeit therapeutische Anstöße gegeben werden können, die eine dauerhafte Wirkung entfalten.
- ... dass Verbesserungen nach Ende der Behandlung oft nicht nur anhalten, sondern sich sogar noch weiter entwickeln.
- ... dass Respekt und Akzeptanz heilend wirken, ebenso wie Selbstrespekt und Selbstakzeptanz.

Unsere Therapie ist:

- > vielfältig
- > praktisch und lebensnah
- > fröhlich und ernsthaft
- > spannend und entspannend
- > bewegt und bewegend
- > wertschätzend und respektvoll





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

Höhenried 40

82347 Bernried / Obb.

Telefon 08158 24-0

info@hoehenried.de

www.hoehenried.de

