



**REHA
ZENTRUM
SALZBURG**



AMBULANTE REHABILITATION

Ihre Gesundheit. Unsere Motivation.

Information in einfacher Sprache

Wörterbuch:

Schwierige Begriffe sind im Text unterstrichen.
Sie werden hier erklärt.

Erklärung: Ambulant – stationär

Ambulant bedeutet: Sie werden bei uns nicht wie in einem Krankenhaus stationär aufgenommen. Sondern wir behandeln Sie ambulant. Die Therapien können Sie berufsbegleitend machen. Sie bekommen von uns Termine für Ihre Therapien. Das können mehrere Termine in einer Woche sein. An diesen Terminen kommen Sie zu uns und bekommen von uns Ihre Behandlungen. Danach gehen Sie wieder nach Hause. Die Therapien dauern meistens mehrere Wochen.

Erklärung: Rehabilitation

Rehabilitation bedeutet: Wiederherstellung. Durch Behandlungen und Therapien soll die Gesundheit eines Menschen so gut wie möglich wiederhergestellt werden. Dann kann dieser Mensch wieder am sozialen und beruflichen Leben teilnehmen. Reha ist die Kurzform von Rehabilitation.

Orthopädisch: hat mit dem Bewegungsapparat zu tun

Kardiologisch: hat mit dem Herzen und den Gefäßen zu tun

Neurologisch: hat mit den Nervenbahnen zu tun

Onkologisch: hat mit Krebserkrankungen zu tun

Psycho-sozial: hat mit der Seele und den Sozialkontakten zu tun

Pulmologisch: hat mit den Atmungsorganen zu tun

Stoffwechsel: hat mit den Verdauungsorganen zu tun

Erklärung: Phase

In der Rehabilitation unterscheidet man zwischen den Phasen 1, 2 und 3.

Phase 1 findet direkt im Krankenhaus statt.

Diese wird vom REHA Zentrum Salzburg nicht angeboten.

Phase 2 ist die Rehabilitation

nach einem Aufenthalt im Krankenhaus

oder nach einer anderen akuten Krankenbehandlung,

oder um einen Krankenhausaufenthalt zu vermeiden.

In der **Phase 3** werden die Erfolge aus der Phase 2 gefestigt.

Phase 3 wird im Anschluss an die Phase 2 gemacht.

Erklärung: Einheit

Eine Einheit dauert 50 Minuten.



Foto: Medizinisches Krafttraining im REHA Zentrum Salzburg

Ihre Gesundheit. Unsere Motivation.

Das ambulante REHA Zentrum Salzburg bietet Ihnen erstklassige medizinisch-therapeutische Rehabilitation. Unser Ziel ist, dass Sie nach der Behandlung wieder bestmöglich am beruflichen und sozialen Leben teilnehmen können.

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind hochqualifiziert. Sie begleiten unsere Patientinnen und Patienten während der gesamten Behandlung.

Gemeinsam mit Ihnen legen wir Ihre persönlichen Gesundheitsziele fest. Diese Ziele wollen wir mit Ihrer Behandlung nachhaltig erreichen. Sie sollen sich auch Wochen und Monate nach der Therapie gesund und wohl fühlen.

Wir unterstützen unsere Patientinnen und Patienten mit unseren Behandlungen dabei, dass sie so gesund wie möglich werden. Wir verbessern ihre körperliche Leistungsfähigkeit und steigern ihre Lebensqualität. Auch die Angehörigen können wir dabei miteinbeziehen.

Das Besondere an uns ist:

Wir bieten berufsbegleitende Rehabilitation in 7 verschiedenen Fachbereichen an.

Die Qualität unserer medizinischen und therapeutischen Leistungen ist erstklassig.

Dass Sie wieder gesund werden, ist unsere höchste Motivation.

Prim. Univ.-Prof. Dr. Dr. Josef Niebauer, MBA
Ärztlicher Leiter des REHA Zentrum Salzburg



ORTHOPÄDISCHE REHA

bei Erkrankungen des Bewegungsapparates und des Stützapparates

Mit der Therapie unterstützen wir die Wiederherstellung oder Verbesserung Ihres Gesundheitszustandes.

Zum Beispiel nach Operationen an Gelenken.

Die Therapie umfasst auch Behandlungen an der Wirbelsäule oder nach entzündlichen Erkrankungen.

Starke Schmerzen und Einschränkungen der Beweglichkeit können gemildert oder verbessert werden.

Wann ist diese Reha geeignet?

- Nach Operationen.
Zum Beispiel an der Wirbelsäule, Bandscheiben, Knochenbruch.
- Bei rheumatischen oder degenerativen Erkrankungen von Wirbelsäule oder Gelenken wie zum Beispiel Osteoporose, Arthritis
- bei Erkrankungen von Muskeln, Gelenken und Knochen sowie bei Muskelverletzungen
- Nach Operationen und Folgen von Verletzungen der Bewegungsorgane und des Nervensystems außerhalb von Kopf und Wirbelsäule

Ablauf

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt.

Dann startet das Therapieprogramm.

Es umfasst Physiotherapie und Ergotherapie, medizinische Trainingstherapie, mentale Entspannungsverfahren, Stressmanagement, Schulungen und Vorträge.

Am Ende der Therapie erfolgt eine Abschlussuntersuchung.

Sie bekommen auch Empfehlungen für zu Hause.

Dauer

Phase 2: 6 Wochen lang, 2 bis 3 Tage pro Woche. Insgesamt 60 Einheiten.

Phase 3: 6 bis maximal 12 Monate, 2 Tage die Woche. Insgesamt 90 Einheiten.

KARDIOLOGISCHE REHA bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Ziel der Therapie ist, den Gesundheitszustand und die Leistungsfähigkeit von erkrankten Personen zu stärken. Dafür müssen oft Lebensgewohnheiten geändert werden. Zum Beispiel die Ernährung oder auch mehr Bewegung.

Wann ist diese Reha geeignet?

Wichtig: Sie sind sicher nicht von all diesen Erkrankungen betroffen. Es macht also nichts aus, wenn Sie nicht alle Fachbegriffe kennen.

- Nach einem akuten Koronarsyndrom (STEMI), also „Herzinfarkt“
- nach operativen Eingriffen am Herzen oder an großen Gefäßen
- nach Herz- oder Herz-Lungen-Transplantation
- bei chronischer Belastungs-Herzinsuffizienz (NYHA-Stadium II, III)
- nach Herzkatheter-Eingriff oder Elektrophysiologischer Intervention
- nach Implantation eines Herzschrittmachers oder Defibrillators
- bei stabiler Koronarer Herzkrankheit
- bei pulmonaler Hypertonie
- bei peripherer arterieller Verschlusskrankheit
- als Vorsorge bei Patientinnen und Patienten mit hohem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Ablauf

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt. Dann startet das Therapieprogramm. Es umfasst Kraft- und Ausdauertraining, Koordinationstraining, Heilgymnastik, Gefäßtraining, Schulungen und Vorträge. Am Ende erfolgt eine Abschlussuntersuchung. Sie bekommen auch Empfehlungen für zu Hause.

Dauer:

Phase 2: 6 Wochen lang, 3 Tage die Woche. Insgesamt 60 Einheiten.

Phase 3: 6 Monate, 2 Tage die Woche. Insgesamt 60 Einheiten.

Auffrischung: 4 Wochen, beginnend 3–6 Monate nach Ende der Phase 3. Insgesamt 11 Einheiten.

NEUROLOGISCHE REHA **nach Erkrankungen des Nervensystems**

Wir können viele neurologische Erkrankungen des zentralen und peripheren Nervensystems behandeln. Zentral umfasst Gehirn und Rückenmark, peripher alle anderen Nervenbahnen, zum Beispiel in den Armen und Beinen. Behandelt werden auch Folge-Zustände nach einem chirurgischen Eingriff nach Verletzungen des Gehirns oder des Rückenmarks.

Ziel der Therapien ist, dass Sie sich körperlich und seelisch wieder wohlfühlen.

Wann ist diese Reha geeignet?

Wichtig: Sie sind sicher nicht von all diesen Erkrankungen betroffen. Es macht also nichts aus, wenn Sie nicht alle Fachbegriffe kennen.

- Nach Ereignissen wie
 Ischämischer Schlaganfall oder Hirnblutung, Schädel-Hirn-Trauma
- Bei Encephalitis und Myelitis
- Bei Hydrocephalus
- Nach neuro-chirurgischen Eingriffen
- Bei Erkrankungen wie
 Guillan-Barré-Syndrom, Morbus Parkinson, Multiple Sklerose

Ablauf

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt. Dann startet das Therapieprogramm.

Es umfasst Trainings für Kraft, Ausdauer und Koordination, Gangtherapie, Ergotherapie, Logopädie, Schulungen und Vorträge, regelmäßige Termine mit Ärztinnen und Ärzten, Psychologinnen und Psychologen, Diätologinnen und Diätologen.

Am Ende erfolgt eine Abschlussuntersuchung und Sie bekommen Empfehlungen für zu Hause.

Dauer:

Phase 3: 6 Monate, 2 Tage die Woche, insgesamt 100 Einheiten.

ONKOLOGISCHE REHA

nach Krebs-Erkrankungen

Ziel der Therapie ist,
die Lebensqualität von erkrankten Personen
wieder zu verbessern.

Dafür ist eine Änderung der Lebensgewohnheiten notwendig.

Zum Beispiel der Ernährung oder mehr Bewegung.

Der Gesundheitszustand und die Leistungsfähigkeit werden gestärkt.

Durch Tumore entstehen verschiedene Symptome.

Diese Symptome werden durch die Behandlung reduziert.

Die Patientinnen und Patienten sollen
wieder eigenständig leben können.

Wann ist diese Reha geeignet?

Nach Krebserkrankungen von

- Atmungsorganen und Lunge
- Haut
- Prostata und Blase
- Speiseröhre, Magen und Leber
- Brust
- Lymphome
- Gebärmutter und Eierstöcke
- Leukämie

Für Tumor-Patientinnen und Tumor-Patienten nach Operationen,
Chemotherapie oder Strahlentherapie, Stammzell-Transplantation.

Ablauf

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt.

Dann startet das Therapieprogramm.

Es umfasst Kraft- und Ausdauertraining, Koordinationstraining, Heilgymnastik,
Gefäßtraining, Schulungen und Vorträge.

Am Ende erfolgt eine Abschlussuntersuchung
und Sie bekommen Empfehlungen für zu Hause.

Dauer:

Phase 2: 6 Wochen, 2–3 Tage die Woche. Insgesamt 60 Einheiten.

PSYCHOSOZIALE REHA für Menschen mit chronischen oder akuten psychischen Erkrankungen

Ziele sind der Abbau von Angst und die Eröffnung neuer Perspektiven.
Sie lernen besser mit Konflikten und Enttäuschungen umzugehen.
Die Therapie kann so auch Überlastungen entgegenwirken.
Sie fördert die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung,
damit die Patientinnen und Patienten wieder aktiv
am sozialen Leben teilnehmen.

Wann ist diese Reha geeignet?

Wichtig: Sie sind sicher nicht von all diesen Erkrankungen betroffen.
Es macht also nichts aus, wenn Sie nicht alle Fachbegriffe kennen.

- bei Schizophrenie, schizotypen und wahnhaften Störungen
- bei affektiven Störungen wie Depressionen und Burn-Out-Erkrankungen
- bei neurotischen Belastungsstörungen und somatoformen Störungen
- bei Verhaltens-Auffälligkeiten mit körperlichen Störungen
- bei Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- als Nachbehandlung nach Akut-Aufenthalten.
Das heißt auch Anschluss-Heilverfahren.
- als Nachbehandlung nach seelischen Krisen oder längeren Krankenständen.
Das nennt man Früherfassungsverfahren.

Ablauf

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt.

Dann startet das Therapieprogramm.

Es umfasst psychotherapeutische und psychologische Behandlungen.

Es gibt ergotherapeutische, physiotherapeutische und sportmedizinische Einzeltherapien und Gruppentherapien, Schulungen und Vorträge.

Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter unterstützen Patientinnen und Patienten bei rechtlichen, finanziellen und behördlichen Fragen.

Am Ende erfolgt eine Abschlussuntersuchung
und Sie bekommen Empfehlungen für zu Hause.

Dauer

Phase 2: 6 Wochen, 5 Tage die Woche, insgesamt 142 Einheiten.

Phase 3: 6 Monate, 2 Tage die Woche, insgesamt 100 Einheiten.

PULMOLOGISCHE REHA

bei Atemwegserkrankungen

Ziel dieser Therapie ist,
die Lebensqualität von erkrankten Personen
zu verbessern.

Dafür müssen oft Lebensgewohnheiten geändert werden.
Zum Beispiel die Ernährung oder auch mehr Bewegung.
Ihr Gesundheitszustand und Ihre Leistungsfähigkeit sollen gestärkt werden.
Auch nach COVID-19 entstehen Beschwerden.
Diese Beschwerden sollen gelindert oder beseitigt werden.
Die Funktionen der Organe und die Belastbarkeit werden
durch individuelle Therapien verbessert.

Wann ist diese Reha geeignet?

Wichtig: Sie sind sicher nicht von all diesen Erkrankungen betroffen.
Es macht also nichts aus, wenn Sie nicht alle Fachbegriffe kennen.

- bei chronisch obstruktiven Atemwegserkrankungen (COPD)
- bei Asthma bronchiale
- bei chronischer Bronchitis
- nach Lungenentzündung, Lungeninfarkt oder Lungenoperation

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt.

Dann startet das Therapieprogramm.

Es umfasst Kraft- und Ausdauertraining, Koordinationstraining, Heilgymnastik,
Gefäßtraining, Schulungen und Vorträge.

Am Ende erfolgt eine Abschlussuntersuchung,
und Sie bekommen Empfehlungen für zu Hause.

Dauer:

Phase 2: 6 Wochen, 3 Tage die Woche, insgesamt 60 Einheiten.

Phase 3: 6 bis maximal 12 Monate, 2 Tage die Woche, insgesamt 90 Einheiten.

STOFFWECHSEL REHA bei Stoffwechsel-Erkrankungen und Erkrankungen des Verdauungsapparats

Ziel der Therapie ist,
die Lebensqualität von erkrankten Personen wieder zu verbessern.
Dafür müssen oft Lebensgewohnheiten geändert werden.
Zum Beispiel die Ernährung oder auch mehr Bewegung.
Der Gesundheitszustand und die Leistungsfähigkeit werden gestärkt.
Die Funktionen der Organe und die Blutwerte werden verbessert.

Wann ist diese Reha geeignet?

Wichtig: Sie sind sicher nicht von all diesen Erkrankungen betroffen.
Es macht also nichts aus, wenn Sie nicht alle Fachbegriffe kennen.

- Bei Diabetes mellitus Typ 1 und Typ 2
ohne und mit Organkomplikationen
- bei Mangel- und Fehlernährung bei chronischen Erkrankungen
- bei Metabolischem Syndrom
- bei Adipositas
- bei Störungen des Fettstoffwechsels
- bei Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten

Ablauf

Zuerst findet eine medizinische Eingangsuntersuchung statt.
Dann startet das Therapieprogramm.
Es umfasst Kraft- und Ausdauertraining, Koordinationstraining, Heilgymnastik,
Gefäßtraining, Schulungen und Vorträge.
Am Ende erfolgt eine Abschlussuntersuchung,
und Sie bekommen Empfehlungen für zu Hause.

Dauer:

Phase 2: 6 Wochen, 3 Tage, 60 Einheiten.

Phase 3: 6 bis maximal 12 Monate, 2 Tage die Woche, insgesamt 90 Einheiten.

Wie kann ich eine Rehabilitation beantragen?

Damit wir Sie behandeln können, müssen Sie einen Antrag stellen.

Diese Voraussetzungen müssen Sie erfüllen, damit Ihr Antrag bewilligt wird:

- Sie haben eine ärztliche Zuweisung.
- Sie sind ASVG-versichert, berufstätig oder beim AMS arbeitslos gemeldet oder Sie haben einen Antrag auf Pension oder Invaliditäts-Pension gestellt und sind in einem laufenden Pensions- oder Invaliditätsverfahren.
- Sie waren bereits auf Kur, Gesundheitsvorsorge aktiv, kurz GVA, oder auf Rehabilitation.
- Oder: Sie brauchen die Behandlung nach einem stationären Aufenthalt im Krankenhaus.

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstützen Sie gerne bei der Antragstellung
Das ist für Sie kostenlos.

Der Antrag muss bewilligt werden.

So läuft das Bewilligungsverfahren ab:

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt stellt für Sie einen Antrag auf Rehabilitation.
Das kann ein Hausarzt oder eine Fachärztin sein
oder ein Krankenhaus oder ein Ambulatorium.

Der Antrag wird an den zuständigen Sozialversicherungs-Träger weitergeleitet.
Gerne übernehmen wir im REHA Zentrum Salzburg das für Sie.

Der Antrag wurde bewilligt.

Sie erhalten ein Schreiben von Ihrem Sozialversicherungsträger.
Im Anschluss nehmen wir vom REHA Zentrum Salzburg telefonisch Kontakt mit Ihnen auf.
Dann erhalten Sie eine Einladung von uns.
Die Rehabilitation startet mit einer ärztlichen Erstuntersuchung.

Bitte bringen Sie dazu die medizinischen Befunde mit.
Bitte bringen Sie auch eine aktuelle Liste der Medikamente mit,
die Sie regelmäßig einnehmen.

Dann erstellen wir gemeinsam mit Ihnen
einen Terminplan für die Behandlungen.



Der Antrag wurde nicht bewilligt.

Der Sozialversicherungsträger übernimmt die Kosten nicht?
Sie möchten aber trotzdem bei uns eine Therapie machen?
Dann können Sie die Kosten auch privat bezahlen.
Wir können Ihnen dafür gerne einen Kostenvoranschlag erstellen.

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 7:00–13:00 Uhr und 14:00–20:00 Uhr

Unser Sekretariat erreichen Sie zu diesen Zeiten:

Montag bis Donnerstag: 8:00–13:00 Uhr und 14:00–17:00 Uhr

Telefon: +43 (0) 5 7255 860-50

E-Mail: office@rehazentrum-salzburg.at

KONTAKT und ANFAHRT

Uniklinikum Salzburg – Landeskrankenhaus

Müllner Hauptstraße 48
5020 Salzburg

Gute Busverbindungen zum Eingang Mülln sowie zum Eingang Aiglhof.
S-Bahn-Haltestellen Salzburg Mülln-Altstadt und Salzburg Aiglhof.

Fachgebiete an diesem Standort:

- Kardiologie • Onkologie • Orthopädie • Pulmologie • Stoffwechsel

Uniklinikum Salzburg – Christian Doppler Klinik

Ignaz-Harrer-Straße 79
5020 Salzburg

Gute Busverbindungen zum Haupteingang.
S-Bahn-Haltestelle Salzburg Liefering/Christian Doppler Klinik.

Fachgebiet an diesem Standort:

- Neurologie

Ambulante Psychosoziale Rehabilitation Salzburg - APR

Imbergstraße 31 A
5020 Salzburg

Gute Busverbindungen zur Haltestelle Äußerer Stein
sowie zur Haltestelle Mozartsteg.

Fachgebiet an diesem Standort:

- Psycho-soziale Rehabilitation

Alle Standorte können Sie mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen.
Es gibt auch kostenpflichtige Parkplätze in der Nähe.
Sie können auch mit dem Fahrrad zu uns kommen.



Gesundheit ist nicht alles,
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.

Arthur Schopenhauer

REHA Zentrum Salzburg

Standort Uniklinikum | 5020 Salzburg | Müllner Hauptstraße 48, Haus A

Telefon: +43 (0)5 7255 860-50 | E-Mail: office@rehazentrum-salzburg.at

www.rehazentrum-salzburg.at

Übersetzung in einfache Sprache: capito Wien