



Berner Reha  
Zentrum



Unsere Leistungen  
im Überblick –  
*Gueti Besserig!*

Gute Besserung! Das ist bei uns im Berner Reha Zentrum mehr als ein Wunsch, es ist ein Versprechen: Wir setzen alles daran, dass es Ihnen bald so viel besser geht, wie Sie es sich wünschen und erhoffen. Wir sind für Sie da, um Ihre Beschwerden zu lindern und Ihr Befinden nachhaltig zu verbessern. Für Ihre erfolgreiche Rehabilitation und bestmögliche Genesung nutzen wir unser ganzes Wissen und Können. Und auch dafür, dass Sie sich bei uns bestens aufgehoben und betreut fühlen. Schön, dass Sie uns Ihr Vertrauen schenken. Wir heissen Sie bei uns herzlich willkommen und wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt und rasch gute Besserung!

Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird in den Texten der Einfachheit halber nur die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

## Inhalt

4	Kompetenzen	13	Unterstützung
6	Diagnose	14	Präventionskurse und Beratung
8	Rehabilitationsprogramm	16	Hotellerie
10	Therapieangebot	17	Gastronomie und Unterhaltung
12	Pflege	18	Austritt und Kostenübernahme



## Wir sind für Sie da

Das Berner Reha Zentrum bietet eine ganzheitliche Rehabilitation, Präventionskurse und medizinische Weiterbehandlung an.

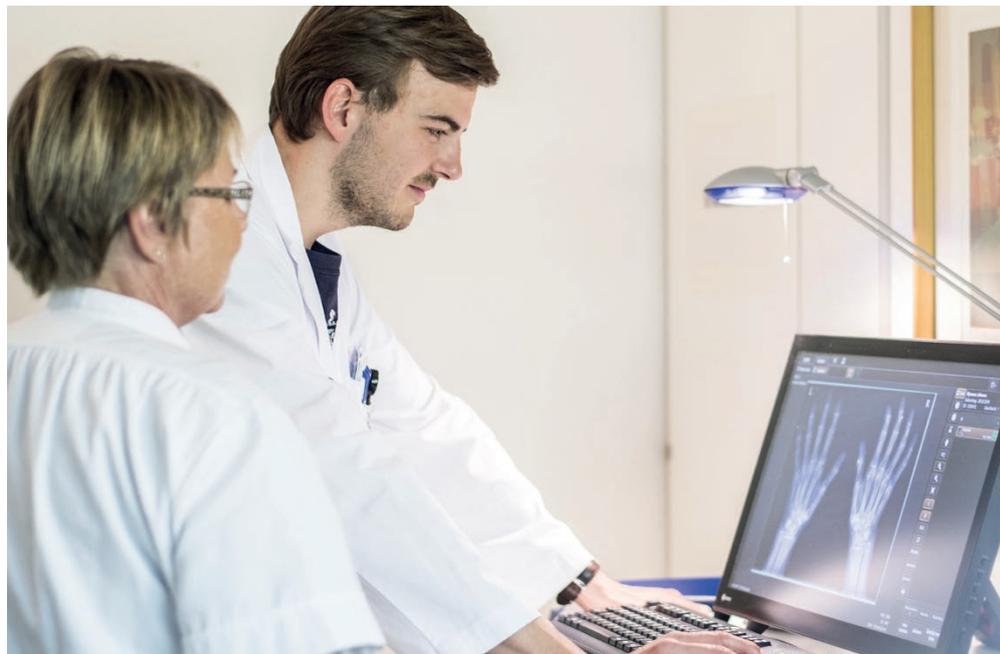
Wir sind spezialisiert auf Krankheiten / Verletzungen

- des Bewegungsapparats und des Immunsystems
- des Herz-Kreislaufsystems
- der Atemwege und der Lunge sowie
- der inneren Organe
- im Bereich der Geriatrie

Bei uns sind Sie aber auch nach grösseren Eingriffen oder bei schweren Krankheiten am richtigen Ort. Während des Aufenthalts werden

Sie durch ein erfahrenes Team von Ärzten, Therapeuten, Psychologen, Pflegefachleuten und Sozialberatern betreut.

Unsere Programme richten sich an spitalbedürftige Patienten, die nicht zielführend ambulant behandelt werden können. Die Infrastruktur des Berner Reha Zentrums entspricht einem Spital ohne Notfallstation, das hohen medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Anforderungen gewachsen ist. Bei uns sind rund um die Uhr Ärzte im Haus anwesend.







## Die richtige Diagnose erlaubt eine wirksame Behandlung

### Funktionsdiagnostik und Spezialbehandlungen

Um ein massgeschneidertes Rehabilitationsprogramm festlegen zu können, verfügen wir über neuste Diagnoseverfahren, mit denen wir wichtige Körperfunktionen messen können. Folgende Tests und Spezialbehandlungen können wir durchführen:

- 24-Stunden-Blutdruckmessung
- Elektrokardiogramm (EKG)
- Holter-EKG (24-Stunden-EKG)
- Event-EKG (Langzeit-EKG bis zu einer Woche)
- Ergometrie (Belastungstest auf dem Ergometer)
- Spiroergometrie (Messung der Leistungsfähigkeit und Sauerstoffsättigung auf dem Ergometer)
- 6-Minuten-Gehtest (Messung der Leistungsfähigkeit bei schwächeren Herzpatienten)
- Blutgasmessungen (Messung von Gasverteilung, pH-Wert und Säure-Basen-Haushalt im Blut)

- Plethysmographie (Messung bei Verdacht auf Ventilationsstörung)
- Respiratorische Polygrafie (Messung bei Patienten mit Schlafapnoe)
- Pulsoxymetrie und ApneaLink (Messungen bei Atmungsstörungen während des Schlafs)
- Elektrokonversion (Therapiemaßnahme bei Herzrhythmusstörungen)
- Echokardiographie (Herz-Ultraschall zur Darstellung des Herzmuskels)
- TCM Kapnographie (Messung zur Unterstützung der Einstellung der Sauerstofftherapie)
- ronchoskopie
- Diverse Punktionen und Drainagen

### Labor

In unserem modern ausgestatteten Labor können Untersuchungen in folgenden Bereichen durchgeführt werden:

- Hämatologie
- Klinische Chemie
- Gerinnungsmessung
- Spezialanalysen wie Medikamentenspiegel, Hormonspiegel, etc.
- Urin- und Stuhluntersuchungen

### Bildgebende Diagnostik

Zur qualitativ hochstehenden und zuverlässigen Diagnosestellung stehen unserer Klinik folgende bildgebende Untersuchungsmethoden zur Verfügung:

- Ultraschall (Herz, Bewegungsapparat / Weichteile, innere Organe)
- Röntgen





## Das Rehabilitationsprogramm wird auf Sie zugeschnitten

Nach der Diagnostik und der Einschätzung Ihres Rehabilitationspotenzials werden Ihre persönlichen Ziele festgelegt und ein auf Sie zugeschnittenes, modulares Behandlungsprogramm zusammengestellt, das Einzel- und/oder Gruppenbehandlungen umfasst, ebenso wie ein selbständiges Training nach Anleitung, Informationen und Beratung im Bereich Ihrer Lebensgewohnheiten. Die Fortschritte werden dokumentiert. Falls notwendig werden die Ziele und das Reha-Programm laufend angepasst.

Unsere Fachleute zeigen Ihnen ausserdem, wie Sie die Therapie zu Hause weiterführen und was Sie zukünftig tun können, damit Sie wieder gesund werden, die Krankheit nicht weiter voranschreitet, wie Sie mit deren Folgen im Alltag besser zurechtkommen und wieder zu einer besseren Lebensqualität finden.



# Die richtige Therapie für Sie

## Physio- und Sporttherapie

Bewegung verbessert die Gesundheit. Unser Physio- und Sporttherapie-Team und die Sport- und Bewegungstherapeuten behandeln und begleiten Sie nach neuesten Erkenntnissen und Trainingsmethoden und mit neuester Infrastruktur und Geräten auf dem Weg zu einer besseren Mobilität und zurück in die Selbständigkeit. Dabei wird in Absprache mit dem betreuenden Arzt aus den zahlreichen physiotherapeutischen Massnahmen ein individuelles Behandlungsprogramm für Sie zusammengestellt. Dazu gehören:

- Ergometertraining mit und ohne Pulskontrolle
- EKG-Kontrolle
- Begleitetes Gehtraining in unterschiedlichen Leistungsgruppen
- Diagnosespezifische Gymnastik in unterschiedlichen Leistungsgruppen
- Therapiebad
- Medizinische Trainingstherapie
- Hilfsmittelanpassung und -training
- Entspannungstherapie
- Verschiedene weitere, diagnosespezifische Einzel- und Gruppentherapien

Ihre Begleitperson kann mit einer entsprechenden ärztlichen Verordnung selbstverständlich ebenfalls ambulante physiotherapeutische Leistungen bei uns beziehen (mehr dazu unter «Gästezimmer», Seite 16).

Zudem bieten wir Ihnen nach dem stationären Aufenthalt auch weiterführende, ambulante physiotherapeutische Behandlungen an.





## Ergotherapie

Die Ergotherapie unterstützt Sie dabei, sich in einer veränderten Lebenssituation zurechtzufinden. Diese Therapieform fördert die Motorik, die Wahrnehmung sowie die kognitiven und sozio-emotionalen Fähigkeiten. Ziel der Ergotherapie ist es, Sie so gut wie möglich in Ihr gewohntes Umfeld zurückzuführen und die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. Zu den ergotherapeutischen Massnahmen gehören:

- Training von Alltagsaktivitäten
- Selbsthilfe- und Haushaltstraining
- Rückendisziplin und Ergonomie im Alltag und am Arbeitsplatz
- Funktionelle Therapie bei Einschränkungen der oberen Extremität
- Hilfsmittelberatung
- Paraffinbad für die Hände
- Gelenkschutzinstruktion sowie Endoprothesenschulung
- Stumpfbehandlung nach Amputation
- Wahrnehmungstraining
- Gedächtnistraining, einzeln und in Kleingruppen

Bei Bedarf beraten wir Sie und Ihrer Angehörigen darüber, wie das häusliche Umfeld zugunsten Ihrer Sicherheit optimal angepasst werden kann.

## Physikalische Therapie

Unterstützend und vorbereitend zur Physio- und Ergotherapie erbringen wir folgende ganzheitliche Behandlungsmethoden der Schmerz- und Entzündungslinderung, der Muskelentkrampfung sowie der körperlichen und seelischen Entspannung:

- Manuelle Lymphdrainage
- Wärme- und Kälteapplikationen
- Heublumenwickel
- Elektro- und Ultraschalltherapien
- Narbenbehandlung
- Fussreflexzonen-therapie
- Iontophorese und Sonophorese
- Transkutane, elektrische Nervenstimulation
- Weitere Massagearten

## Eine aktivierende Pflege zur Förderung Ihrer Selbständigkeit

Die Pflege ist ein wichtiges Element unseres Leistungsangebots. Unser Pfllegeteam unterstützt Sie individuell, um Ihre Selbständigkeit zu fördern, zu erhalten oder wiederzuerlangen. Ihre Bedürfnisse sind für uns die Basis für eine ganzheitliche, aktivierende Rehabilitationspflege.

Unsere Pflegenden verfügen über ein fundiertes Fachwissen und arbeiten mit allen am Rehabilitationsprozess beteiligten Fachleuten interdisziplinär zusammen. Sie sind rund um die Uhr für Sie da: Bei der täglichen Körperpflege, dem Wechsel von Wundverbänden und sie begleiten Sie zu Ihren Rehabilitationsaktivitäten.



## Wir unterstützen Sie im Umgang mit Ihrer Krankheit

### Sozialberatung

Die Sozialberatung des Berner Reha Zentrums bereitet gemeinsam mit Ihnen den Austritt nach Hause, zu Ihren Angehörigen oder in eine nachsorgende Institution vor. Auf Wunsch zeigen wir Ihnen, wie der Alltag auch mit Krankheit, Behinderung oder Pflegebedürftigkeit bewältigt werden kann. Wir organisieren für Sie notwendige Hilfsmittel, Spitex oder Nachsorgemöglichkeiten. Mit einer umfassenden Information und der nötigen Unterstützung helfen wir Ihnen, allfällige soziale und materielle Schwierigkeiten nach der Krankheit oder dem Unfall anzupacken.

### Psychologische Unterstützung

Wenn der Körper belastet ist, wirkt sich das in der Regel auch auf die Psyche aus. Einschneidende Erlebnisse – eine Erkrankung, ein Unfall – und die damit verbundene Angst, Trauer, Niedergeschlagenheit oder Ungewissheit sind oft zusätzlich belastend und ein ständiger Begleiter der Patienten.

Unser Psychologenteam nimmt sich dieser Problematik kompetent, wertefrei und interdisziplinär an und bietet Ihnen einen sicheren Raum, um sich mit vergangenen oder bestehenden Belastungen auseinanderzusetzen und diese zu bewältigen.





## Damit Sie gut informiert sind

Neben dem Therapieangebot beraten wir Sie und Ihre Angehörigen über verschiedene Erkrankungen und bieten entsprechende Präventionskurse an:

### Zum Thema Lunge

- Inhalationssysteme und Medikamente
- Inhalationstechnik und Umgang mit Reinigungsgerät
- Peak-Flow-Anleitung
- Rauchstopp-Beratung
- Sauerstoff-Therapie
- Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) und Asthma
- Verhalten im Alltag
- Richtige Ernährung bei chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD)
- Instruktion bei Schlafapnoe
- Individuelle Beratungsangebote bei anderen Lungenerkrankungen
- Schulung Bewegungsverhalten

### Zum Thema Herz

- Wissenswertes über das Herz-Kreislaufsystem
- Diagnostik- und Behandlungsmöglichkeiten
- Medikamente
- Herzgesunde Ernährung: Theorie und Kochkurs
- Beratung im Umgang mit Stress
- Von den Risikofaktoren bis zum gesunden Lebensstil
- Beratung bei Herzinsuffizienz
- Schulung Bewegungsverhalten

### Zum Thema Bewegungsapparat

- Osteoporose: Prävention und Therapie
- Sturzprophylaxe
- Rückengerechtes Bewegen im Alltag

### Zum Thema Ernährung

- Individuelle Ernährungsberatung für Patienten und Angehörige
- Ernährungstherapie mit Kostformanpassung

### Zum Thema Diabetes

- Wissenswertes über die Krankheit Diabetes mellitus
- Blutzucker-Messung, Insulinapplikation
- Diabetes-Ernährung



# Moderne Zimmer mit Blick nach Süden

## Patientenzimmer

Unsere Patientenzimmer sind nach neuestem Standard ausgestattet, rollstuhlgängig und allesamt mit Blick nach Süden. Alle Zimmer verfügen über eine eigene Nasszelle und teilweise über einen eigenen Balkon mit wunderbarer Aussicht auf die Berner Alpen und den Thunersee.

Zu jedem Bett gehören ein eigener Telefonanschluss, ein Fernsehgerät, ein Radio und ein Tresor. In der ganzen Klinik haben Sie freien Internetzugang.

Auf jeder Abteilung befinden sich ein Aufenthaltsraum und ein gemeinsames Esszimmer.

## Gästezimmer

Unsere Gästezimmer stehen Angehörigen zur Verfügung, die ihren Partner in die Rehabilitation begleiten möchten. Wenn Gästezimmer frei sind, stehen sie auch Feriengästen zur Verfügung.

Folgende Leistungen sind im Gästezimmer inbegriffen:

- Vollpension
- Benutzung des Therapiebads (nach Vorbesprechung)
- Besuch von Kursen und Vorträgen

Auf Wunsch kann der Gast mit einer entsprechenden Verordnung vom ambulanten physiotherapeutischen Angebot profitieren.





## Gutes Essen und gute Gespräche

### Unsere Küche

Zu unserer ganzheitlichen Betreuung gehört auch die Stärkung des Allgemeinbefindens durch eine ausgewogene Ernährung mit Qualitätsprodukten. Unser Küchenteam verwöhnt Sie mit abwechslungsreichen und schmackhaften Mahlzeiten. Der Speiseplan wird ganz auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtet, mit Rücksichtnahme auf spezielle Wünsche oder die vom Arzt verordnete Kost.

### Selbstbedienungsrestaurant

Im Selbstbedienungsrestaurant «malZeit» in unserem Klinikgebäude «Bärghuus» sind Sie und Ihre Gäste herzlich willkommen. Hier finden Sie ein reichhaltiges Angebot an Getränken und marktfrischen Speisen sowie einen Kiosk. Das Restaurant ist von 08.00 bis 20.00 Uhr geöffnet.

### Unterhaltung in der Freizeit

Das Freizeit- und Kulturangebot umfasst wechselnde Kunstausstellungen, Jass- und Schachabende, Konzerte mit externen Künstlern, Sing- und Kinoabende und mehrere Hol- und Bring-Bibliotheken. Zudem gibt es ein Angebot «Spiel, Spass und Bewegung mit einem Therapiehund».

In allen drei Klinikgebäuden gibt es zudem eine Patienten-Lounge, zudem steht Ihnen ein Coiffeursaloon zur Verfügung. In der wärmeren Jahreszeit laden eine gepflegte Parkanlage mit Bänken und Liegestühlen sowie einem rollstuhlgängigen Rundweg zum Spazieren und Erholen ein.

## Wieder zurück in den Alltag

### Rückkehr nach Hause

Ihre Rückkehr nach Hause bereiten wir gemeinsam mit Ihnen vor. Wenn nötig planen wir eine Unterstützung durch Spitexdienste oder andere Hilfeleistungen. Sollten Sie nicht mehr nach Hause zurückkehren können, suchen und organisieren wir gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen eine Lösung.

Ihr Hausarzt und die Sie betreuenden Fachärzte werden mit einem detaillierten Bericht über den Aufenthalt im Berner Reha Zentrum informiert, damit die fortlaufende Behandlung und der Informationsfluss lückenlos gewährleistet sind. Selbstverständlich sind wir bei Bedarf auch nach dem Austritt für Sie da.

### Kostenübernahme

Ein Rehabilitationsaufenthalt dauert in der Regel drei bis vier Wochen. Die Kosten werden auf Antrag von der Krankenkasse übernommen. Unsere Leistungen sind für alle unsere Patienten qualitativ hochstehend.

In unserer Privatklinik «Waldhuus» und unserer Privatstation im «Bärghuus» werden Komfort- und Wahlleistungen für privat und halbprivat versicherte Patienten angeboten. Selbstverständlich steht Ihnen ein Klassenwechsel frei.

Bei Fragen zu Klassenwechsel und Kostenübernahme hilft Ihnen unsere Bettendisposition gerne weiter (Tel. +41 33 244 33 80).



