**Geriatrische**
Rehabilitation

Diakoniewerk
München-Maxvorstadt

# INFORMATIONEN
## für Patienten und Angehörige

*Zurück ins Leben*

# Grußwort

Dr. med. Christian Ullrich
Facharzt für
Innere Medizin, Geriatrie,
Physikalische Therapie

## Ein herzliches Grüß Gott!

Als Chefarzt der Abteilung für Geriartische Rehabilitation am Diakoniewerk München-Maxvorstadt, freue ich mich über Ihr Interesse an unserer Einrichtung. Vielleicht sind Sie momentan auf der Suche nach Hilfsangeboten für sich oder einen Ihrer Angehörigen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen die Einrichtung und unsere Behandlungsmöglichkeiten näherbringen.

Getreu dem Motto **„Zurück ins Leben“** haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, älteren Menschen, die durch Erkrankung oder durch einen Unfall in ihrer Eigenständigkeit bedroht sind oder diese bereits eingebüßt haben, wieder Möglichkeiten für ein aktives und würdevolles Leben aufzuzeigen.

Ein **multiprofessionllees Team** bestehend aus Ärzten, Therapeuten, Pflegekräften und dem Sozialdienst, **begleitet Sie auf dem Weg zurück in ein selbstbestimmtes Leben.** Wir freuen uns auf Sie!

Dr. med. Christian Ullrich

# *Geriatrische Rehabilitation - Was ist das?*

**Geriatrie,**
auch bekannt als Altersmedizin, ist die Fachrichtung, die sich mit den besonderen Krankheitsbildern und Behandlungsbedürfnissen des alternden Menschen beschäftigt.

**Rehabilitation**
bedeutet die Wiederherstellung der physischen und/oder psychischen Fähigkeiten eines Patienten nach einer schweren Erkrankung, einer Operation oder einem Unfall.

**„Geriatrische Rehabilitation ist die Rückführung** eines geriatrischen Patienten zur größtmöglichen Selbständigkeit in einem selbstbestimmten Alltag, wenn nach einer Akuterkrankung oder einer anderen Entwicklung heraus Behinderung oder Pflegebedürftigkeit droht oder bereits eingetreten ist."

(Definition der Arbeitsgemeinschaft Geriatrie Bayern e.V.)

# *Was unterscheidet eine Geriatrische Rehabilitation von einer Rehabilitation jüngerer Patienten?*

## Der Unterschied

Die ausreichende **medizinische, pflegerische und therapeutische Versorgung** ist **in einer normalen Rehabilitation** für ältere Menschen in der Regel **nicht sichergestellt.**

Selbstständig aufstehen, sich waschen, ankleiden, zur Toilette gehen, die Therapie aufsuchen können ältere Patienten, die meist unter verschiedenen Krankheiten leiden, nicht gut bewerkstelligen. Die Wege vom Zimmer zur Therapie und zum Speisesaal sind oft sehr weit. Es bedarf daher deutlich mehr an pflegerischer und therapeutischer Unterstützung als bei jüngeren Menschen.

Die Geriatrische Rehabilitation ist somit anders organisiert. Sie ähnelt eher einem Akut-Krankenhaus. **Die Wege sind kürzer, die Zimmereinrichtung funktional.**

Die Therapeuten sind direkt auf der Station vor Ort und richten sich nach der Tagesform des Rehabilitanden. **Die Pflegekräfte kümmern sich rund um die Uhr um Sie.** Die notwendigen Medikamente werden von den Ärzten geriatrisch sinnvoll zusammengestellt und ggf. an die aktuelle Situation angepasst, und von den Pflegekräften täglich gestellt und ausgeteilt.

Eine Geriatrische Rehabilitation hat zum Ziel, die Rückkehr ins häusliche Umfeld möglich zu machen und **stationäre Pflege abzuwenden**.

Für den älteren Menschen bedeutet **jedes neue Erlernen einer Alltagsaktivität** und jede Therapieeinheit **wirkliche Kraftanstrengung**. Somit hat eine Geriatrische Reha wenig mit einer „Erholung in einem schönen Kurort“ gemeinsam.

# *Bei welchen Erkrankungen ist eine Geriatrische Rehabilitation geeignet?*

## Erkrankungen

Eine Geriatrische Rehabilitation wird bei Erkrankungen angeraten, die plötzlich oder fortschreitend zum Verlust der Beweglichkeit, der Belastbarkeit führen. Die Fähigkeit, sich selbst zu versorgen, ist eingeschränkt. In der Regel werden diese Krankheiten zunächst akutmedizinisch in einem Krankenhaus behandelt.

Anschließend findet die therapeutische Aktivierung in der Geriatrischen Rehabilitation statt. Die weiter notwenige medizinische Behandlung wird dabei selbstverständlich fortgeführt.

***Erkrankungen aus dem internistischen Bereich,*** *z.B.*

- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Diabetes mellitus und seine Folgen
- Ernährungsstörungen

***Erkrankungen aus dem orthopädisch-chirurgischen Bereich,*** *z.B.*

- Knochenbrüche, z.B. Oberschenkelhalsbruch
- Gelenkersatz, z.B. Hüfte oder Knie
- Osteoporose

***Erkrankungen aus dem neurologisch-psychiatrischen Bereich,*** *z.B.*

- Schlaganfall
- Morbus Parkinson
- Schädel-Hirn-Trauma
- wiederholte Stürze (Sturzsyndrom)

# *Welche Behandlungen bieten wir an?*

## Therapien

Der Rehabilitand hat ein auf ihn abgestimmtes therapeutisches Übungsprogramm. Das Ziel ist, ihn zu aktivieren, zu mobilisieren und das Höchstmaß an Selbstständigkeit zurückzugeben. Die Behandlungen finden als Einzeltherapie oder in der Gruppe statt.

Die ***Pflege*** steht Ihnen in allen Belangen der Selbstsorge (z. B. Körperpflege) zur Seite. Im Sinne einer aktivierenden Pflege wird die Unterstützung schrittweise Ihren Fortschritten angepasst. Die Anleitung zur eigenen Ausführung aller Tätigkeiten des täglichen Lebens hat dabei einen hohen Stellenwert.

Die ***Ergotherapie*** trainiert gezielt die Aktivitäten des alltäglichen Lebens wie Körperpflege, Anziehen, Essen und auch die Mobilität mit verschiedenen Verkehrsmitteln oder die Kommunikation am Telefon. Das Augenmerk liegt dabei auf den Grundlagen des Handelns wie Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Handlungsplanung, Feinmotorik und besonders wichtig: die Gedächtnisleistung.

Die ***Physiotherapie*** dient der Verbesserung der Beweglichkeit, dem Muskelaufbau und der Steigerung von Ausdauer und Koordination. Zur Sturzvorbeugung werden die Gangsicherheit und das Gleichgewicht trainiert. Benötigen Sie ein Hilfsmittel zur Erhaltung der Mobilität, z. B. Gehstock, Rollator oder Rollstuhl? Dann wird dessen Gebrauch intensiv geübt.

## *Das Bett ist der Freund der Jugend - aber der Feind des Alters!*

Die ***Logopädie*** untersucht und behandelt Störungen der Sprache und der Schluckfunktion, wie sie z. B. nach einem Schlaganfall häufig auftreten.
Die ***Physikalische Therapie*** unterstützt mit vielfältigen Techniken wie Massage, Elektrotherapie, Lymphdrainage, medizinische Bäder, Anwendungen von Wärme oder Kälte, entscheidend den Genesungsprozess und fördert das Wohlbefinden.
***Alle Behandlungen*** werden nach anerkannten wissenschaftlichen Konzepten wie Bobath, Brügger oder Affolter durchgeführt. Darüber hinaus ist der Tagesablauf aktivierend gestaltet und unterscheidet sich daher von einem üblichen Krankenhausaufenthalt. Der Rehabilitand ist in der Regel vollständig gekleidet und sollte sich so wenig wie möglich im Bett aufhalten.

# *Die Grundsätze unserer geriatrischen Behandlung*

## 1. Grundsatz der *Individualität*

Unserem Leitbild entsprechend haben wir stets den ganzen Menschen im Blick. Wir berücksichtigen, dass er mit seinen persönlichen Bedürfnissen und Problemen, seiner Geschichte und seiner Art, das Leben zu meistern, einzigartig und unverwechselbar ist. Deshalb erheben wir in den ersten Tagen Ihres Aufenthalts einen umfassenden Aufnahmebefund. Wir nennen das „Geriatrisches Assessment". Dazu gehört nicht nur die Untersuchung durch unsere Ärzte. Auch die Therapeuten und Fachpflegekräfte erheben für ihren jeweiligen Bereich einen entsprechenden Befund. Der Sozialdienst steht Ihnen und Ihren Angehörigen von Anfang an zur Verfügung, um eine auf Ihren persönlichen Unterstützungsbedarf zugeschnittene Weiterversorgung nach der Rehabilitation zu organisieren.

## 2. Grundsatz der *Prozessorientierung*

Die Aufnahmebefunde bilden die Grundlage Ihres persönlichen Therapieplanes. Im gemeinsamen Gespräch legen wir die Therapieziele fest und planen Maßnahmen zu deren Erreichung. Wöchentlich überprüfen wir Ihre Behandlungsfortschritte. So können wir bei zufriedenstellender Entwicklung weitergehende Ziele verfolgen oder bei Bedarf Maßnahmen verändern. An diesem Prozess sind Sie als Rehabilitand intensiv beteiligt. Wie weit wir bei der gesundheitlichen Entwicklung gemeinsam kommen, hängt nicht zuletzt von Ihrer aktiven Mitarbeit ab.

## 3. Grundsatz der *Alltagsorientierung*

Was gehört zur alltäglichen Lebensbewältigung? Selbstständig aufstehen können, sich selbst waschen und ankleiden, alleine zur Toilette gehen, eine größere Wegstrecke zu Fuß bewältigen, möglicherweise Treppe steigen oder das Haus verlassen. Diese praktischen Dinge, die zum Alltag gehören, stehen im Zentrum unserer Aufmerksamkeit: Denn wie gut Sie diese beherrschen, entscheidet darüber, ob und in welchem Ausmaße Sie in Zukunft noch selbstständig und selbstbestimmt leben können. Deshalb üben wir diese Dinge ganz praktisch ein, bis hin zum therapeutisch begleiteten Haushalts-und Einkaufstraining. Bei Bedarf bieten wir auch Hausbesuche an, um abzuklären, welche Hilfsmittel für die Alltagsbewältigung im Anschluss an den Reha-Aufenthalt gebraucht werden.

## 4. Grundsatz der *Teamorientierung*

Während der Rehabilitation arbeiten unsere Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten gemeinsam für Ihr Wohlergehen Hand in Hand. Dabei bringt jeder seine speziellen Kenntnisse und Erfahrungen mit ein. In regelmäßigen Teambesprechungen und Visiten tauschen wir uns über Fortschritte und geeignete Behandlungsmöglichkeiten aus.

# *Aufnahmevoraussetzungen*

## Informationen

Egal ob gesetzlich oder privat krankenversichert: Voraussetzung für die Aufnahme ist die schriftliche Bestätigung der Krankenkasse für die Kostenübernahme. Dafür muss ein „GRB-Antrag" (Antragsformular für die Geriatrische Rehabilitations-Behandlung) gestellt werden. Sie finden ihn im Internet unter: www.diakoniewerk-muenchen.de/geriatrische-rehabilitation. Die Liste benötigter Utensilien für Ihren Auftenthalt finden Sie ebenfalls im Internet: www.diakoniewerk-muenchen.de/geriatrische-rehabilitation

## Kontakt

Sekretariat
Tel.: 089/21 22-427
oder
Tel.: 089/21 22-421
geriatrie@diakoniewerk-muenchen.de

# ***Leitbild Geriatrische Rehabilitation*** *(Auszug)*

- **Grundlage unseres Handelns ist die unantastbare Würde** des Menschen, die ihm von Gott verliehen ist.
- **Wir sehen unsere Rehabilitanden** in ihrer jeweiligen sozialen, seelisch-geistigen und körperlichen Gesamtheit und beachten ihre individuellen Bedürfnisse. Unser an sozialer Teilhabe orientiertes geriatrisches Behandlungs-, Pflege- und Therapiekonzept richtet sich daran aus.
- **Wir verstehen unsere Arbeit als kontinuierliches Bemühen,** die Lebensqualität des hochaltrigen Rehabilitanden zu erhalten und gegebenenfalls zu verbessern. Dazu beziehen wir den Rehabilitanden in die Prozesse ein. Wir richten uns an der individuellen Lebensqualität des einzelnen mit unserer Arbeit aus.
- **Dazu arbeiten wir multiprofessionell im Team** mit Ärzten, Pflegekräften, Therapeuten und Sozialdienst zusammen. Von uns Mitarbeitenden fordert das Leitbild Professionalität, Wirtschaftlichkeit und kontinuierliche Verbesserung der Qualität unserer Leistung.

Diakoniewerk
München-Maxvorstadt

**Das Kompetenzzentrum für Gesundheit, Pflege und Wohlergehen mitten in München**
Diakoniewerk München-Maxvorstadt

**Medizinische Klinik/Geriatrie**
(Mitglied im Bundesverband Geriatrie)

- Abteilung für Innere Medizin und Akutgeriatrie
- Geriatrische Rehabilitation

Heßstrasse 22/Arcisstraße 35
80799 München
Tel: 089/21 22-427
Fax: 089/21 22-426
geriatrie@diakoniewerk-muenchen.de
www.diakoniewerk-muenchen.de

Wir verwenden für diese Broschüre die männliche Form. Dies dient ausschließlich der Vereinfachung und besseren Lesbarkeit der Texte. Die weibliche und die diverse Form sind jeweils mit eingeschlossen.

*Immer für das Wohlergehen der Menschen*

Stand: August 2020