



## Informationen für Patienten und Angehörige



# GERIATRISCHE REHABILITATION





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

# GRUSSWORT

Ein herzliches „Grüß Gott“,

als Chefarzt der Abteilung für Geriatrische 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 unsere Einrichtung mit unseren Behandlungsmöglichkeiten näherbringen.

**„Zurück ins Leben“** lautet unser Motto.

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, älteren Menschen, die durch Erkrankung oder Unfall in ihrer Eigenständigkeit bedroht sind oder diese bereits eingebüßt haben, wieder Möglichkeiten für ein aktives, selbstbestimmtes und würdevolles Leben aufzuzeigen. Ein multiprofessionelles Team aus Ärzten, Therapeuten, Pflegekräften und Sozialdienst begleitet Sie auf dem Weg „Zurück ins Leben“. Wir freuen uns auf Sie!



Dr. med. Christian Ullrich

Chefarzt | Vorstandsvorsitzender Landesverband Geriatrie Bayern

# WAS IST GERIATRISCHE REHABILITATION?

„**Geriatric**“ ist die ärztliche Fachrichtung, die sich mit den besonderen Krankheitsbildern und Behandlungsbedürfnissen des älteren Menschen beschäftigt.

„**Rehabilitation**“ bedeutet Behandlung zur Wiederherstellung nach einer schweren Erkrankung oder 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 UNTERSCHIEDET EINE GERIATRISCHE REHABILITATION VON EINER REHABILITATION JÜNGERER PATIENTEN?

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, schlecht bewerkstelligen. Die Wege vom Zimmer zur Therapie und zum Speisesaal sind oft viel zu weit. Es bedarf daher deutlich mehr pflegerischer und therapeutischer Unterstützung als bei einer Rehabilitation jüngerer Menschen.

Die Geriatrische Rehabilitation ist somit anders organisiert. Sie ähnelt viel mehr einem Akutkrankenhaus. Die Wege sind kürzer, die Zimmereinrichtung funktional.

Die Therapeuten sind direkt auf der Station vor Ort und richten sich nach der Tagesform des älteren Menschen. Die Pflegekräfte kümmern sich rund um die Uhr um Patienten. Hilfestellungen beim Aufstehen, Waschen, Toilettengang und beim Anziehen sowie bei den Mahlzeiten sind gegeben. Die notwendigen Medikamente werden von unseren Ärzten geriatrisch sinnvoll zusammengestellt und ggf. an die neue Situation angepasst, von den Pflegekräften täglich gestellt und ausgeteilt.

Eine Geriatrische Rehabilitation hat zum Ziel, dass die Rückkehr ins häusliche Umfeld möglich gemacht wird und stationäre Pflege abgewendet werden kann. Für den älteren Menschen bedeutet jedes neue Erlernen einer Alltagsaktivität und jede Therapieeinheit wirkliche Kraftanstrengung. Somit hat eine Geriatrische Reha wenig gemeinsam mit einer „Erholung“ in einem schönen Kurort, wie es manches Mal mit dem Wort „Rehabilitation“ assoziiert wird.

# NACH WELCHEN GRUNDSÄTZEN ARBEITEN WIR?

## 1. Grundsatz der Individualität

Jeder Mensch ist mit seinen persönlichen Problemen und Bedürfnissen, seiner Geschichte und seiner Art, das Leben zu meistern, einzigartig und unverwechselbar.

Deshalb erheben wir in den ersten Tagen Ihres Aufenthaltes bei uns einen umfassenden Aufnahmebefund. Zu diesem „Geriatrischen Assessment“ gehört nicht nur die Untersuchung durch unsere Ärzte. Auch die Therapeuten und Pflegefachkräfte 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 Gespräch mit Ihnen legen wir Therapieziele fest und planen Maßnahmen zu deren Erreichung.

Regelmäßig wöchentlich überprüfen wir Ihre Behandlungsfortschritte und können dann entweder weitere Ziele anstreben oder bei Bedarf die Maßnahmen verändern. An diesem Prozess sind Sie als Patient/in intensiv beteiligt.

Wie weit wir kommen, hängt nicht zuletzt von Ihrer aktiven Mitarbeit ab!

### **3. Grundsatz der Alltagsorientierung**

Im Zentrum unserer Aufmerksamkeit stehen die praktischen Funktionen der alltäglichen Lebensbewältigung: Selbstständig aufstehen, sich selbst waschen und kleiden, alleine zur Toilette gehen, eine größere Gehstrecke, vielleicht sogar Treppe, bewältigen oder das Haus verlassen können.

Diese Funktionen entscheiden darüber, ob und in welchem Ausmaß Sie in Zukunft selbstständig und selbstbestimmt leben können. Deshalb üben wir genau diese Dinge ganz praktisch mit Ihnen, bis hin zu therapeutisch begleiteten Alltagserprobungen.

### **4. Grundsatz der Teamorientierung**

Unsere Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten sind gemeinsam für Sie tätig – jeder mit seinem eigenen Schwerpunkt und gemeinsam für ein Ziel.

Um einen optimalen Erfolg zu erzielen, arbeiten wir Hand in Hand und tauschen uns regelmäßig in Teambesprechungen und Visiten mit Ihnen über Ihre Fortschritte und weitere Behandlungsmöglichkeiten aus.



# BEI WELCHEN ERKRANKUNGEN IST EINE GERIATRISCHE REHABILITATION GEEIGNET?

Eine Geriatrische Rehabilitation ist geeignet bei allen Erkrankungen, die plötzlich oder fortschreitend zum Verlust der Beweglichkeit, Belastbarkeit und Selbstversorgungsfähigkeit führen. Dabei gilt im Regelfall, dass diese Erkrankungen zuerst akutmedizinisch – meist im Krankenhaus – behandelt werden.

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

Häufige Erkrankungen, nach denen eine Geriatrische Rehabilitation Erfolg verspricht, sind nachfolgend aufgeführt.

## **Internistischer Bereich:**

- Herz- und Kreislauferkrankungen, z.B. Herzinfarkt, Herzschwäche
- Diabetes mellitus und seine Folgen
- Ernährungsstörungen
- Gefäßerkrankungen
- Rheumatische Erkrankungen
- Lungenerkrankungen



### **Orthopädisch / chirurgischer Bereich:**

- Knochenbrüche (z.B. Oberschenkelhalsbruch)
- Gelenkersatz (z.B. Hüfte oder Knie)
- Osteoporose
- Degenerative Gelenkserkrankungen (Arthrosen)
- Amputationen
- Nach schweren Operationen

### **Neurologisch / psychiatrischer Bereich.**

- Schlaganfall
- Morbus Parkinson
- Multiple Sklerose
- Schädel-Hirn-Trauma
- Altersdemenz
- Altersdepression

Ob in Ihrem persönlichen Fall eine Geriatrische Rehabilitation möglich und sinnvoll ist, bespricht Ihr derzeit behandelnder Arzt am besten mit den Ärzten unserer Abteilung.

## WELCHE BEHANDLUNGEN BIETEN WIR AN ?

Die Geriatrische Rehabilitation ist eine medizinische Fachabteilung, die auf der Basis der klinisch notwendigen Behandlung durch unsere Ärzte ein umfangreiches pflegerisches und therapeutisches Übungsprogramm anbietet. Alle Maßnahmen zielen darauf ab, Sie zu aktivieren, zu mobilisieren und Ihnen so viel Selbstständigkeit wie möglich wieder zurückzugeben.

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, denn Sie sollen so viele Verrichtungen wie möglich wieder selbst übernehmen. Die Anleitung zur eigenen Ausführung aller Verrichtungen des täglichen Lebens hat dabei einen hohen Stellenwert.

Die **ERGOTHERAPIE** trainiert die „Aktivitäten des täglichen Lebens“ wie Körperpflege, Anziehen, Essen aber auch z.B. die Mobilität mit verschiedenen Verkehrsmitteln oder die Kommunikation am Telefon sehr gezielt. Dabei legt sie besonderes Augenmerk auf die Grundlagen des Handelns, z.B. Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Handlungsplanung, Feinmotorik und – besonders wichtig – die Gedächtnisleistung.

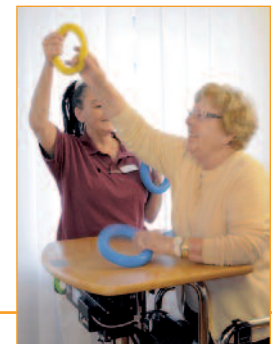
Die **PHYSIOTHERAPIE** dient der Verbesserung Ihrer Beweglichkeit, dem Muskelaufbau sowie der Steigerung von Ausdauer und Koordination. Zur Sturzvorbeugung trainieren wir mit Ihnen Gangsicherheit und Gleichgewicht. Benötigen Sie ein Hilfsmittel zur Erhaltung der Mobilität (z.B. Gehstock, Rollator, Rollstuhl), wird dessen Gebrauch intensiv geübt.

Die **LOGOPÄDIE** untersucht und behandelt Störungen der Sprache und der Schluckfunktion, wie sie z.B. nach Schlaganfällen häufig gemeinsam auftreten.

Die **PHYSIKALISCHE THERAPIE** unterstützt mit vielfältigen Techniken (z.B. Massage, Lymphdrainage, medizinische Bäder, Bewegungsbad, Elektrotherapie, Anwendungen von Wärme oder Kälte) entscheidend den Gesundheitsprozess und fördert das Wohlbefinden.

Alle Behandlungen werden nach anerkannten wissenschaftlichen Konzepten (z.B. Bobath, Brügger, Affolter) als Einzeltherapie oder in der Gruppe durchgeführt. Darüber hinaus ist der ganze Tagesablauf aktivierend gestaltet und unterscheidet sich damit deutlich von dem einer üblichen Krankenstation. So sind unsere Patienten tagsüber in der Regel vollständig angekleidet und sollten sich so wenig wie möglich im Bett aufhalten, denn:

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



# AUFNAHMEVORAUSSETZUNGEN

Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen, aber auch Privatversicherte, beantragen eine Übernahme der Kosten für eine geriatrische Rehabilitationsbehandlung. Dazu gibt es ein Formular (GRB-Antrag).

Wenn Sie derzeit im Krankenhaus sind, wird Ihr Stationsarzt zusammen mit dem Sozialdienst den Antrag für Sie stellen. Wenn sie derzeit zuhause sind, kann dies Ihr Hausarzt übernehmen.

Selbstverständlich sind wir bei der Abwicklung behilflich und können das Blanko-Formular des GRB-Antrages gerne auch Ihrem Arzt übersenden.

Die Aufnahme in unsere Abteilung kann erfolgen, sobald die schriftliche Genehmigung Ihrer Krankenkasse vorliegt. Sollte die Kostenübernahme durch die Krankenversicherung nicht möglich sein, können Sie unser Behandlungsangebot auch gerne als Selbstzahler nutzen.

# WIE ERREICHEN SIE UNS?

## Diakoniewerk München-Maxvorstadt Geriatrische Rehabilitation

Heßstraße 22  
80799 München

**Telefon:** (089) 2122-427

**Telefax:** (089) 2122-426

E-Mail: [geriatrie@diakoniewerk-muenchen.de](mailto:geriatrie@diakoniewerk-muenchen.de)  
[www.diakoniewerk-muenchen.de](http://www.diakoniewerk-muenchen.de)



Das Diakoniewerk ist ruhig gelegen in der Heßstraße 22, nahe der Kulturmeile mit den drei Pinakotheken und großzügigen Parkanlagen zwischen Schwabing und Zentrum.

Mit der U-Bahn (U2 Theresienstraße), dem Bus (154 Arcisstraße) oder der Tram (27 / 28 Schellingstraße) ist unser Haus leicht erreichbar.

Parkplätze sind wie überall in München Mangelware und erfordern u.U. längeres Suchen.

**Wir heißen Sie willkommen!**

# LEITBILD GERIATRISCHE REHABILITATION

Unser Abteilungsleitbild für die Geriatrische Rehabilitation konkretisiert das Leitbild des Diakoniewerks München-Maxvorstadt auf die Belange der Geriatrischen Rehabilitation bezogen.

- 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.
- Wir sehen uns gemeinsam in der Verantwortung, gesellschaftliche Veränderungen wahrzunehmen und unser Leistungsspektrum dementsprechend anzugleichen.  
Wir achten auf ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Menschlichkeit und Wirtschaftlichkeit.



## **Kompetenzzentrum: Gesundheit, Wohlergehen, Pflege und Ausbildung!**

### **Medizinische Klinik/ Geriatrie**

- Abteilung für Innere Medizin und Akutgeriatrie
- Geriatrische Rehabilitation

Heßstraße 22  
80799 München

**Telefon:** (089) 2122-427

**Telefax:** (089) 2122-426

E-Mail: [geriatrie@diakoniewerk-muenchen.de](mailto:geriatrie@diakoniewerk-muenchen.de)  
[www.diakoniewerk-muenchen.de](http://www.diakoniewerk-muenchen.de)