



KLINIK FÜR ORTHOPÄDIE



**Rehabilitations- &
Präventionszentrum**
Bad Bocklet

Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet

Tel. (09708) 79-3493 | Fax (09708) 79-3435

info@rehasentrum-bb.de

www.rehasentrum-bb.de

DIE KNIE REHABILITATION

Unsere Orthopädische Rehaklinik hat einen Schwerpunkt auf die „**Knie Reha**“ gesetzt. Die Durchführung einer korrekten, auf die spezifischen Belange des Knie-Patienten angepassten Knie-Reha ist von entscheidender Bedeutung für eine rasche Genesung und die erfolgreiche Rückkehr in das Alltagsleben.

Dabei ist es wichtig zu sehen, dass es nicht die eine pauschale „Knie Reha“ gibt, sondern dass die Reha fürs Knie in unserer Rehaklinik immer Abhängig vom Krankheitsbild (Indikation) betrachtet wird und je nach Beschwerdebild unter unterschiedlichen Voraussetzungen in Frage kommt.

Aus diesem Grund gliedern wir die Knie-Reha in unterschiedliche Behandlungsprofile.

ARTEN DER KNIE REHABILITATION

Eine Rehabilitation in deren Mittelpunkt das **Knie** bzw. **Kniegelenk** steht, unterteilen wir in verschiedene Knie-Reha-Arten. Diese Typen der Knie Reha gliedern wir wie folgt:

- Reha nach Knie OP wegen Gelenkersatz (künstliche Gelenke), Knie-Tep Reha
- AHB & **Reha nach Knie-Operation**, z.B.
 - **Reha & AHB nach Kreuzband-Op**, Bänderriss-Reha
 - **Reha & AHB Meniskus-Operation**
- konservative **Reha wegen Kniearthrose**
- Reha & AHB nach Umstellungs-Operationen

Die „Reha fürs Knie“ erfolgt in unserer **Orthopädischen Rehaklinik** nach genau abgestimmten Behandlungspfaden, die eine hohe Behandlungs-Qualität garantieren. Intensive Therapiedichte, abwechslungsreiche Therapieformen und ständige Kontrollen des Therapieverlaufs sind integrativer Bestandteil unseres Behandlungskonzeptes.

Im Anschluss an die **Knie-OP** ist üblicherweise eine Rehamaßnahme notwendig um dem Bein und dem Knie wieder die erforderliche Stabilität und Kraft zu geben. Wie schnell es in die **Reha** geht, hängt dabei von unterschiedlichen Faktoren ab.



Diese sind häufig abhängig

- vom Patienten selbst,
- von der Art der Knie-OP,
- vom Heilungsverlauf und
- vom Kostenträger der RehaMaßnahme.

Wir möchten unseren Knie-Patienten zu einem schnellen und effektivem **Reha-Erfolg** verhelfen. Deshalb arbeitet unser Team aus Reha-Ärzten und Reha-Therapeuten gemeinsam mit Ihnen als Patienten intensiv daran, Sie und Ihr Knie wieder „fit zu machen“. Ziel ist, dass Sie möglichst rasch wieder aktiv am alltäglichen Leben, in Sport, Freizeit und Beruf teilnehmen können.

ZUFRIEDENHEIT

Unsere ständigen Patientenbefragungen sowie standardisiert durchgeführte Qualitätskontrollen ergeben, dass **über 90% der Knie-Patienten** die Rehabilitation ihres Knies bei uns positiv beurteilen und für ihre Freunde und Bekannte eine Weiterempfehlung für unsere Klinik aussprechen würden.

KNIE-ÜBUNGEN

Die möglichen **Übungen** und Therapien, die bei eine Reha fürs Knie in Frage kommen, werden vom behandelnden Reha-Arzt genau abgewogen und entsprechend dem aktuellen Zustand, der persönlichen Leistungsfähigkeit und auch unter Berücksichtigung der Vorlieben des Patienten ausgewählt und verordnet. Dabei können die Ärzte auf eine große Auswahl an möglichen Therapien und Reha-Übungen aus dem gesamten Therpiespektrum der Rehaklinik Bad Bocklet zugreifen.

Damit man die **Übungen** auch nach der Rehabilitation noch zu Hause fortführen kann und das in der Klinik erlernte nicht so schnell „in Vergessenheit“ gerät haben wir für unsere Patienten auch einige Knie-Reha-Übungen in unserem Nachsorgeportal auf unserer Homepage www.rehazentrum-bb.de bereitgestellt.

KONSERVATIVE KNIE REHABILITATION

Selbstverständlich können Patienten bei uns auch eine **konservative Knie-Reha** als Alternative zur Operation durchführen. Für den Fall, dass die Knie-Arthrose nicht massiv voran geschritten ist, kann unter Umständen auf eine OP verzichtet werden. Dann kommt eine konservative RehaMaßnahme fürs Knie in Betracht. Auch hier werden Therapie-Elemente wie Physiotherapie, Elektrotherapie, Koordinationstraining und Muskelaufbau angewandt. Diese Art der Reha hat das vorwiegende Ziel, die durch die Knie-Arthrose hervorgerufenen Schmerzen zu lindern oder gar zu „abzustellen“ und dem Knie wieder mehr Bewegungsspielraum zu geben.

WAS KOMMT NACH DER REHA?

Egal welche Reha Sie für Ihr Knie in unserer Rehaklinik absolvieren, Ihre Gesundheit ist uns auch dann noch ganz wichtig, wenn Sie schon wieder **zu Hause** sind. Deshalb bespricht der Sie behandelnde Reha-Arzt spätestens beim Abschlussgespräch die Möglichkeiten der weiteren **Nachsorgemaßnahmen**. Und da gibt es mehr Optionen als die meisten denken. Für viele Patienten kommt **Reha-Sport** oder intensive **Reha Nachsorge** in Frage. Aber auch eigentverantwortlich lässt sich noch eine Menge erreichen, wenn Sie z.B. zu Hause einige Übungen fortführen.

Einen Einblick in die vielfältigen Möglichkeiten finden Sie in unserem Nachsorgeportal auf unserer Homepage.