

ABTEILUNG
FÜR UROLOGIE
**AHB & Reha nach
Prostata-Krebs-OP**



Rehabilitations- &
Präventionszentrum
Bad Bocklet

Lieber Patient,
Sie wurden wegen **Prostata-Carcinom operativ behandelt**. Vieles ist in der letzten Zeit auf Sie eingestürmt, das Sie persönlich, Ihre Partnerin bzw. Ihre ganze Familie sowie Ihr soziales Umfeld belastet, z. B.:

- eine **Harninkontinenz**
- **Potenzstörungen** (sog. „erektile Dysfunktion“)
- eine **körperliche Schwächung** durch die Operation selbst sowie durch den stationären Krankenhausaufenthalt
- Ihre **psychische Belastung** durch die Tatsache einer Krebserkrankung

In unserer modern ausgestatteten **urologischen Abteilung** unter Leitung eines erfahrenen **Facharztes für Urologie und Andrologie** mit den Tätigkeitsschwerpunkten Sexualmedizin und medikamentöse Tumorthherapie bieten wir Ihnen die Möglichkeit, auf hohem fachlichen Niveau eine **Anschlussrehabilitation (AHB) bzw. Rehabilitationsmaßnahme** in unserem Rehabilitations- und Präventionszentrum durchzuführen.

Spezielle Leistungen in der AHB / Reha nach Prostata-Carcinom OP:

- **Beckenbodengymnastik** (werktägliches Einzel- oder Gruppentraining mit zertifizierten Beckenbodentrainern)
- **Biofeedback-Therapie** (computergestützte Auswertung)
- **Elektrostimulationstherapie** (TENS: transdermal, transrektal)
- **Sexualmedizinische Betreuung** (inkl. „peniler Rehabilitation“)
- **Körperliches Training** (medizinisches Gerätetraining, Nordic Walking, Schwimmen mit Badekondom usw.)
- **Moderne Diagnostik** (spezieller Ultraschall incl. TRUS, PAD-Test, Uroflow, Labor)
- **Psycho-onkologische Betreuung** (Vorträge, Einzelgespräche)

Zu Ihrer Information haben wir Ihnen einen **beispielhaften Behandlungsplan in einer Wochenübersicht** mit **ca. 30 Einzel- bzw. Gruppenmaßnahmen** dargestellt – **bitte wenden!**

Beispielhafte Inhalte einer Therapiewoche (nach Prostata-Carcinom OP)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:30	Labor (Urin/Blut)	Frühgymnastik, freiwillig	Frühgymnastik, freiwillig	Frühgymnastik, freiwillig	Frühgymnastik, freiwillig	Frühgymnastik, freiwillig	Frühgymnastik, freiwillig
08:00 - 08:30	Frühstück (Buffet)	Frühstück (Buffet)	Frühstück (Buffet)	Frühstück (Buffet)	Frühstück (Buffet)	Frühstück (Buffet)	Frühstück
09:00		BBG-Einzel		BBG-Einzel			Freiwillige Ausflugsfahrt
09:30	Einweisung BBG		BBG - Gruppe		BBG - Gruppe	Ergometertraining	
10:00							
10:30	Uroflow	Sozialberatung einzeln	Seminar Wege nach der Reha	PAD-Test	Nordic-Walking oder Schwimmen/Wassergymnastik (mit Badekondom)	TENS-transdermal	
11:00	Facharztvisite mit Ultraschall						
11:30		KG Gruppe Hockergymn.		KG Gruppe Hockergymn.		Pelvicenter	
12:00 - 12:45	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
13:00		Pelvicenter	Progressive Muskelentspannung	Pelvicenter	Progressive Muskelentspannung	Freiwillige Freizeittherapie (Zumba, Billard, Tischtennis, Basteln, Brettspiele, Lachyoga, Konzert, etc.)	
13:30	Progressive Muskelentspannung						Nordic-Walking oder Schwimmen/Wassergymnastik (mit Badekondom)
14:00							
14:30	Psychol. Einzelgespräch		Biofeedback				
15:00		TENS-transdermal		Seminar Gesunde Ernährung			
15:30	Biofeedback / Einw.		Vortrag Krebserkrankungen	TENS-transdermal	Lehrküche Gesunde Ernährung		
16:00		Ergometertraining					
16:30	urolog. FA-Vortrag Inkontinenz			Ergometertraining			
17:00							
17:30 - 18:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen

G E S U N D H E I T G E N I E S S E N