



Berner Reha Zentrum  
Heiligenschwendi



**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!**

# Inhalt

- 6 Kompetenzen**
- 7 Diagnose**
- 10 Rehabilitationsprogramm**
- 11 Therapieangebot**
- 14 Pflege**
- 15 Unterstützung**
- 18 Präventionskurse und Beratung**
- 19 Hotellerie**
- 22 Gastronomie und Unterhaltung**
- 23 Austritt und Kostenübernahme**

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



1



2



3



4

- 1 Interdisziplinäre Zusammenarbeit
- 2 Untersuchung in unserem Labor
- 3 Diagnose durch Auswertung von Tests
- 4 Klinikeigene Radiologie



# Kompetenzen

## **Wir sind für Sie da**

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

Wir sind spezialisiert auf Erkrankungen und Verletzungen

- des Bewegungsapparates,
- des Herz-Kreislauf-Systems,
- der Atemwege und der Lunge sowie
- der inneren Organe.

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)
- Plethysmografie (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)
- Echokardiografie (Herz-Ultraschall zur Darstellung des Herzmuskels)
- TCM-Kapnografie (Messung zur Unterstützung der Einstellung der Sauerstofftherapie)
- 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 (Echokardiografie, Bewegungsapparat, innere Organe)
- Röntgen



1



2



3



4

- 1 Auswertung der Diagnosewerte
- 2 Medizinische Massage
- 3 Therapiebad mit variablem Boden und Gegenstromanlage
- 4 Physiotherapie zur Verbesserung der Mobilität



# Rehabilitationsprogramm

## **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. Es umfasst Einzel- und/oder Gruppenbehandlungen sowie ein selbstständiges Training nach Anleitung. 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 und Sie mit deren Folgen im Alltag besser zurechtkommen.

## Die richtige Therapie für Sie

### Physiotherapie

Bewegung verbessert die Gesundheit. Unser Physiotherapie-Team behandelt und begleitet die Patienten nach neuesten Erkenntnissen und Trainingsmethoden auf dem Weg zu einer besseren Mobilität und zurück in die Selbstständigkeit. Dabei wird in Absprache mit dem betreuenden Arzt aus den zahlreichen physiotherapeutischen Massnahmen ein individuelles Behandlungsprogramm zusammengestellt. Dazu gehören:

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

Wir bieten nach dem stationären Aufenthalt auch weiterführende, ambulante physiotherapeutische Behandlungen an. Ihre Begleitperson kann mit einer entsprechenden ärztlichen Verordnung selbstverständlich ebenfalls ambulante physiotherapeutische Leistungen bei uns beziehen (mehr dazu unter «Gästezimmer», S. 19).

### Ergotherapie

Die Ergotherapie unterstützt Sie dabei, sich in einer veränderten Lebenssituation zurechtzufinden. Diese Therapieform fördert die Motorik, die Wahrnehmung sowie die kognitiven und sozioemotionalen Fähigkeiten. Ziel der Ergotherapie ist es, die Patienten 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
- Gelenkschutzinstruktion sowie Endoprothesenschulung
- Stumpfbehandlung nach Amputation
- Wahrnehmungstraining
- Gedächtnistraining, einzeln und in Kleingruppen

Falls nötig trainieren wir mit Ihnen zu Hause, wie Sie nach dem Klinikaufenthalt den Alltag gut bewältigen können. Die meisten Hilfsmittel, die Sie nach dem Austritt benötigen, können Sie bequem und kostengünstig bei uns beziehen.

### 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
- Paraffinbad für Hand und Fuss
- Narbenbehandlung
- Fussreflexzonentherapie
- Iontophorese und Sonophorese
- Transkutane, elektrische Nervenstimulation
- Weitere Massagearten



1



2



3



4

- 1 Pflege rund um die Uhr
- 2 Die richtige Medikation zum richtigen Zeitpunkt
- 3 Individuelle Beratung
- 4 Vorbereitung auf die Rückkehr nach Hause



## **Unser Pflegeteam fördert Ihre Selbstständigkeit**

Ein wichtiger Teil der Rehabilitation ist die Pflege. Das hervorragend ausgebildete Pflegeteam ist rund um die Uhr für Sie da und stellt eine bedarfsgerechte Unterstützung in den Aktivitäten des täglichen Lebens und bei der Mobilisation sicher.

Für die Behandlungspflege stehen nötigenfalls spezialisierte Pflegefachleute wie zum Beispiel eine Diabetesberaterin, eine Wundexpertin, eine Stomaberaterin sowie verschiedene Spezialistinnen in der Herz- und Lungenberatung zur Verfügung.

Um die für Ihre Rehabilitation gesetzten Ziele zu erreichen, arbeitet die Pflege intensiv mit den übrigen Diensten zusammen. Ein regelmässig stattfindender interdisziplinärer Austausch über den Verlauf und die Austrittsplanung sichert einen optimalen Ablauf Ihres stationären Aufenthaltes.

## **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 beeinträchtigt 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.



1



2



3



4

- 1 Beratung für eine gesunde Ernährung
- 2 Patientenzimmer mit Balkon
- 3 Ausblick aus dem Waldhuus
- 4 Nützliche Informationen über das Herz-Kreislauf-System



# Präventionskurse und Beratung

## Damit Sie gut informiert sind

Unsere Spezialisten informieren Sie und Ihre Angehörigen über verschiedene Krankheitsbilder und bieten entsprechende Präventions- und Beratungskurse an:

### Zum Thema Lunge

- Inhalationssysteme und Medikamente
- Inhalations- und Reinigungstechnik
- Peak-Flow-Anleitung
- Rauchstopp-Beratung
- Sauerstofftherapie
- Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) und Asthma
- Verhalten im Alltag
- Richtige Ernährung bei chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD)
- Instruktion bei Schlafapnoe

### Zum Thema Herz

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

### Zum Thema Bewegungsapparat

- Osteoporose: Prävention und Therapie
- Sturzprophylaxe
- Umsetzung von Gelenkschutztechniken im Alltag bei Gelenkprothesen, Arthrose oder Arthritis
- 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
- Blutzuckermessung, Insulinapplikation
- Ernährung bei Diabetes

## **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 Tresor sowie ein Fernsehgerät und ein Radio. 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. Willkommen sind aber auch Feriengäste, die ihren Urlaub in Heiligenschwendi verbringen wollen.

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.



1



2



3



4

- 1 Restaurant mit Sonnenterrasse
- 2 Saisonale Küche mit Zutaten aus der Region
- 3 Werkatelier
- 4 Wir sind auch nach dem Austritt für Sie da



# Gastronomie und Unterhaltung

## **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 8.00 bis 20.00 Uhr geöffnet.

### **Unterhaltung in der Freizeit**

Neben den Therapien haben Sie Zeit zur Entspannung und zur Erholung. Die Klinik verfügt über eine eigene Bibliothek; Geschichten am Kaminfeuer, Spiel und Spass mit einem Therapiehund, Sing-, Jass-, Schach- oder Filmabende – das Angebot ist vielfältig. Der Gästeservice wird Sie beim Eintritt über all unsere aktuellen Unterhaltungsangebote informieren.

Im Klinikgebäude Bärghuus gibt es zudem ein Internetcafé und einen Coiffeursaloon. In der wärmeren Jahreszeit steht den Gästen eine gepflegte Parkanlage mit Bänken und Liegestühlen sowie einem rollstuhlgängigen Rundumweg zur Verfügung.

# Austritt und Kostenübernahme

## Wieder in den Alltag zurück

### Rückkehr

Die 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, wird gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen eine Lösung gesucht und organisiert.

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 (T +41 33 244 33 80).



Berner Reha Zentrum AG  
3625 Heiligenschwendi  
T 033 244 33 33  
F 033 244 33 35  
info@rehabern.ch  
www.rehabern.ch