



VITREA Rehaklinik Bergisch-Land

Rehabilitationszentrum für Onkologie,
Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen
und Psychosomatik

Im Saalscheid 5
42369 Wuppertal

T +49 202 2463-01
F +49 202 2463-1964

info.bergisch-land@vitrea-gesundheit.de
www.vitrea-gesundheit.de/bergisch-land

Patientenaufnahme

T +49 202 2463-2225
aufnahme.bergisch-land@vitrea-gesundheit.de

IMPRESSUM

Verleger: VITREA Rehaklinik Bergisch-Land GmbH
Im Saalscheid 5, 42369 Wuppertal
Druckerei: print24, Friedrich-List-Straße 3, 01445 Radebeul



**Rundum
gut versorgt**

Reha für Menschen mit Adipositas



Sehr geehrte Rehabilitandin, sehr geehrter Rehabilitand,

immer mehr Menschen kämpfen mit starkem Übergewicht und den damit verbundenen körperlichen Einschränkungen, seelischen Belastungen und Folgeerkrankungen. Adipositas ist eine chronische Erkrankung, die durch viele Faktoren beeinflusst wird – etwa Ernährung, Bewegung, genetische Veranlagung sowie psychologische und soziale Aspekte.

Die VITREA Rehaklinik Bergisch-Land bietet Betroffenen ab 18 Jahren mit einem BMI über 30 kg/m² und einem Körpergewicht bis 165 kg eine speziell abgestimmte Reha-Maßnahme an. Im Mittelpunkt stehen die drei Grundpfeiler der Adipositas therapie:

Ernährungsberatung, Bewegungstherapie und psychologische Unterstützung – als eigenständige Therapie oder begleitend zu medikamentösen bzw. operativen Maßnahmen.

Wir begleiten Sie einfühlsam auf Ihrem Weg und freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen große und kleine Erfolge zu erreichen.

Ihr Team der
VITREA Rehaklinik Bergisch-Land



Ernährungsberatung und ein hochwertiges Speiseangebot

Unsere Ernährungsberaterinnen und unsere Diätassistentin stehen Ihnen während Ihres Klinikaufenthaltes als kompetente Ansprechpartnerinnen zur Seite. Die Ernährungsberatung erfolgt individuell in Einzel- und Gruppengesprächen und beinhaltet zudem ein praktisches Einkaufstraining.

In unserer Lehrküche lernen Sie, energiereduzierte und vollwertige Gerichte selbst zuzubereiten. Sie erhalten alltags-taugliche Rezepte, die Sie dabei unterstützen, Ihr Reha-Ziel der Gewichtsreduzierung auch nach dem Klinikaufenthalt nachhaltig weiterzuverfolgen. Während Ihres Reha-Aufenthaltes werden Sie zudem mit ausgewogener Ernährung aus unserer RAL-zertifizierten Küche vor Ort versorgt.

Bewegung und sportliche Aktivitäten

Bewegung und Sport fördern nicht nur die Gewichtsreduktion, sondern verbessern auch Herz-Kreislauf-Funktion, Stoffwechsel und psychisches Wohlbefinden.

In der VITREA Rehaklinik Bergisch-Land erhalten Sie ein individuell auf Ihre Leistungsfähigkeit abgestimmtes Trainingsprogramm. Ziel ist es, Ihre Belastbarkeit zu steigern, Muskulatur aufzubauen, Beschwerden zu lindern und Freude an regelmäßiger Bewegung zu entwickeln.

Zum Angebot gehören Bewegungstherapien, Wassergymnastik und medizinische Trainingstherapie. Ergänzend stehen physikalische Anwendungen wie Reizstrom, Rotlicht, Iontophorese, Kältekammer und Hydrojet-Massagen zur Verfügung.

Psychologische Angebote

Übergewicht hat vielfältige Ursachen, auch psychische Faktoren spielen eine wichtige Rolle. In Gruppengesprächen zum emotionalen Essverhalten werden diese thematisiert, bei Bedarf ergänzt durch psychologische Einzelbetreuung. Weitere Angebote sind Entspannungstechniken (autogenes Training, Imagination, progressive Muskelentspannung), Gruppen zu gesundem Schlaf und Krankheitsverarbeitung sowie ein Nichtrauchertraining.