

## Das muss mit! Checkliste für den Koffer

### Unterlagen:

- Personalausweis
- Versicherungskarte
- Bescheinigungen über Zuzahlungen oder Befreiungsnachweis
- Arztberichte, Laborbefunde, Röntgenbilder, CT- oder MRT-Bilder, Allergiepass
- Wenn vorhanden: Schwerbehindertenausweis

### Außer Ihrer normalen Kleidung:

- Sportbekleidung (für Innen- und Außenbereich)
- Badebekleidung und Badeschuhe
- Festes Schuhwerk und Turnschuhe
- Handtücher (für Schwimmen und Sport)

### Medikamente und Hilfsmittel:

- Bitte stellen Sie sicher, dass Sie alle Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen, in ausreichender Menge mitführen. Wenn Sie bereits Hilfsmittel benutzen, z.B. Rollator, Gehstützen, Mieder, Bandagen usw., bringen Sie diese bitte ebenfalls mit.

### Bitte nicht mitnehmen:

- Bitte verzichten Sie weitgehend auf das Mitbringen von Wertgegenständen, insbesondere auf Schmuck und große Bargeldbeträge.



## Unser Therapiekonzept

In der psychosomatischen Medizin stehen Sie als Mensch im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit.

Beschwerden und Symptome werden also nicht isoliert gesehen, sondern bezogen auf einen einzigartigen Menschen, der sich in einer bestimmten Lebenssituation befindet. Unter Berücksichtigung dieser individuellen Geschichte setzen wir unterschiedliche Therapieverfahren ein, um so auf differenzierte, sich aber ergänzende und verstärkende Weise Ihr Befinden zu verbessern.



Psychotherapeutische Verfahren im engeren Sinne sind das Einzelgespräch, die Gruppentherapie und künstlerische, entspannende oder übende Verfahren wie Musik-, Tanz- und Bewegungs- sowie Kunst und Gestaltungstherapie.

Die Einzelgespräche finden beim Bezugstherapeuten statt, einem Psychologen/einer Psychologin oder einem Arzt/einer Ärztin. Ein nach unserer Erfahrung ebenso wichtiges Behandlungsverfahren stellt die Gruppentherapie dar, weil die Patienten hier auf Mitbetroffene treffen und von diesen wertvolle Anregungen und Rückmeldungen erhalten.



## Nach der Reha

Die Reha dauert zwischen drei und acht Wochen, das ist abhängig von Ihrem Krankheitsbild und der Kostenzusage. Bei Bedarf kann die Reha auch verlängert oder verkürzt werden – unsere Ärzte stellen die Anträge rechtzeitig nach Rücksprache mit Ihnen. Schon während Ihrer Reha bereiten wir Sie auf die Rückkehr in den familiären und beruflichen Alltag vor und geben Ihnen dort Hilfestellung, wo Sie besondere Probleme sehen. Zudem besprechen wir mit Ihnen, welche Maßnahmen Sie nach Ihrer Reha weiter durchführen sollten – dazu können zum Beispiel eine ambulante Psychotherapie, die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe oder Sport und Entspannungskurse gehören.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen und erkenntnisreichen Aufenthalt bei uns.

Ihre Nicole Göbel  
Chefärztin, Fachärztin  
für Psychiatrie und  
Psychotherapie,  
Stressmedizin  
Suchtmedizin und  
Verkehrsmedizin



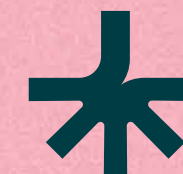
## Rauchfrei!

Unsere Klinik ist rauchfrei. In allen Gebäuden und auf dem Klinikgelände darf nicht geraucht werden. Eine Ausnahme bildet der Raucherbereich auf dem Vorplatz des Haupteingangs.



Herzlich  
willkommen

## Unsere Fachabteilung für Psychosomatik, Psychotherapie und psychiatrische Rehabilitation



## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

wir begrüßen Sie in unserer Fachabteilung für Psychosomatik, Psychotherapie und die Rehabilitation von Psychosen und bipolaren Erkrankungen. Die Behandlungsschwerpunkte unserer Klinik umfassen die Rehabilitation von Patienten mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Erschöpfungszuständen, Angsterkrankungen und Somatisierungsstörungen. Einen besonderen Fokus legen wir auf die Rehabilitation von Psychoseerkrankungen, bipolaren Erkrankungen, Essstörungen (speziell Adipositas). Das Therapiekonzept verbindet tiefenpsychologische, systemische und verhaltenstherapeutische Therapieelemente und gründet auf einem umfassenden biopsychosozialen Verständnis der Erkrankung des Patienten.



## Reha-Antrag und Reha-Ziele

Eine psychosomatische Rehabilitation in der Rothaarklinik erhalten Sie, wenn Sie psychisch und körperlich dauerhaft beeinträchtigt sind und sich diese Belastung negativ auf Ihr berufliches und soziales Leben auswirkt. Die Rehabilitation beantragen in der Regel Sie oder Ihr behandelnder Arzt bzw. bei länger andauernden, krankheitsbedingten Ausfällen die Deutsche Rentenversicherung oder die Krankenkasse. Letzt genannte tragen bei Genehmigung der Maßnahme ebenfalls die Kosten. Das Ziel Ihres Reha-Aufenthaltes ist immer, Ihre Selbstständigkeit so weit wie möglich wiederherzustellen. Die Reha soll Sie wieder zu einem sozialen Leben befähigen und Sie ebenfalls wieder fit für den Beruf machen. Dies passiert häufig in kleinen Schritten und erfordert Geduld sowie Ihre Mitarbeit.

## Ihre Ankunft

Die Aufnahme erfolgt von Montag- bis Donnerstagvormittag, anschließend folgen die körperliche Untersuchung sowie das Aufnahmegespräch bei Ihrem Bezugstherapeuten. Eine Schwester empfängt Sie, zeigt Ihnen Ihr Zimmer, die Station und die wichtigsten Räumlichkeiten.

## Rehabilitation mit Hund

Das Mitbringen Ihres Hundes ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich. Für eine sichere und gute Unterbringung steht ein separater Bereich mit eigenen Regelungen zur Verfügung – sodass Sie sich keine Sorgen machen müssen. Kontaktieren Sie uns gerne vorab für weitere Informationen.



## Essen und Trinken

Es gibt drei Mahlzeiten am Tag, die morgens und abends in Buffetform angeboten werden. Mittags haben Sie die Wahl zwischen drei Gerichten, davon ist eines vegetarisch. Wir bieten darüber hinaus alle medizinisch nötigen Diäten/Kostformen sowie Ernährungsberatung an. Zusätzlich steht Ihnen an allen Wochentagen unsere Cafeteria offen, in der Sie sowohl kleine Snacks, als auch Kaffee, Kuchen oder Zeitschriften erhalten.

## Freizeit

Im Haus Rothaar können Sie ins Schwimmbad gehen, auf dem Ergometer radeln oder die Gymnastikhalle zum Tischtennisspielen nutzen. Außerdem können Sie beim Malen oder Töpfern kreativ werden. In Bad Berleburg und der Umgebung finden das ganze Jahr hindurch Volksfeste, Märkte oder kulturelle Veranstaltungen statt, die Sie als Patient besuchen können. Auch die Wittgensteiner Landschaft mit der Wisent-Wildnis, dem Wald-Skulpturen-Pfad oder dem Rothaarsteig bietet Ihnen Erholung und Ruhe.

## Ihr Behandlungs-Team

Am Anfang Ihrer Rehabilitation steht eine Untersuchung durch Ihren Bezugstherapeuten und eine Ärztin sowie die Entwicklung eines Behandlungsplans. Wir legen gemeinsam mit Ihnen Ihre persönlichen Reha-Ziele fest – immer gemessen an Ihrem Krankheitsbild, damit Sie die Ziele auch erreichen können. Ihre Fortschritte werden regelmäßig kontrolliert und die Behandlung, wenn nötig, angepasst.



## VITREA Rehaklinik Bad Berleburg

Fachabteilung für Psychosomatik, Psychotherapie und psychiatrische Rehabilitation

Arnikaweg 1  
57319 Bad Berleburg

T +49 2751 88-88-72510  
F +49 2751 88-72512

rbbb-aufnahme-psychosomatik@vitrea-gesundheit.de  
[www.vitrea-gesundheit.de/reha/bad-berleburg](http://www.vitrea-gesundheit.de/reha/bad-berleburg)

## IMPRESSUM

Verleger: VITREA Rehaklinik Bad Berleburg GmbH  
Am Schloßpark 11, 57319 Bad Berleburg  
Druckerei: print24, Friedrich-List-Straße 3, 01445 Radebeul

