

# Therapeutische Ambulanz Bethel

Die Therapeutische Ambulanz der Geriatriischen Rehaklinik Bethel Trossingen ist ein Gesundheitszentrum, welches alle Dienstleistungen anbietet. Von **Gesundheitstraining an den Geräten**, über **Rehasport** bis hin zur **Physiotherapie, Ergotherapie** und **Logopädie**, ist bei uns alles unter einem Dach.

Unsere Ambulanz ist **behindertengerecht ausgestattet**. Sie ist **barrierefrei**, sodass Rollstuhlfahrer problemlos zur Therapie kommen können. Es gibt ein behindertengerechtes WC und **Patientenparkplätze direkt vor dem Eingang**. Neben unserem Geräteraum sind die Therapeutischen Ambulanzen mit einem **Kursraum**, mehreren **geschlossenen Behandlungskabinen** und **Umkleiden** für Mann und Frau räumlich großzügig ausgerüstet.

Das **große Therapeutenteam** mit einer organisierten Planung und **langen Öffnungszeiten** ermöglicht es uns **kurze Wartezeiten** mit einem großen Therapieangebot anzubieten. **Dauertermine** sind möglich. **Hausbesuche** in Trossingen und Umgebung bis zu 10 km sind nach Absprache ebenfalls möglich.

-Gesundheitstraining

-Rehasport

-Physiotherapie

-Ergotherapie

-Logopädie

-Entspannung

-Das Team

-Öffnungszeiten

-Wie erreichen sie uns?

# **Gesundheitstraining**

## **Was ist Gesundheitstraining?**

Gesundheitstraining ist ein individuelles zielgerichtetes Einzeltraining. Durch qualifiziertes Personal werden sie in das Gesundheitstraining eingewiesen und während des Trainings betreut. Durch regelmäßige Kontrolltermine können die Ziele jedes Einzelnen überprüft werden.

## **Ziele des Gesundheitstrainings:**

Durch das individuelle Einzeltraining kann auf die körperlichen Beschwerden genauestens eingegangen werden.

Ob bei Rückenbeschwerden, Gleichgewichtsstörungen oder Probleme des allgemeinen Fitnesszustandes, mit unserem Gesundheitstraining mindern sie diese Beschwerden oder beugen sie diese vor. Der Aufbau der Muskulatur, die Optimierung der Körperhaltung und die Verbesserung der Beweglichkeit und Ausdauer lässt sie gesund werden und fit bleiben.

## **Wie kann ich am Gesundheitstraining teilnehmen?**

Kommen sie einfach in der Therapeutischen Ambulanz vorbei oder rufen sie unter der Telefonnummer: 07425 932 128 an und vereinbaren sie ein kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch mit einem unserer Gesundheitstrainer.

## **Gesundheitstraining in unserer Therapeutischen Ambulanz:**

Das Gesundheitstraining findet immer zu unseren Öffnungszeiten statt und wird derzeit von 6 Trainern betreut. Es werden regelmäßige Kontrolltermine mit einem unserer Trainier stattfinden, um das Trainingsprogramm zu optimieren.

Unser Kursangebot im Gesundheitstraining:

- Di. 18.00 – 19.00 Uhr Bauch-Beine-Po
- Do. 18.00 – 19.00 Uhr Bodyworkout
- Fr. 17.00 – 17:30 Uhr Bauch intensiv

# **Rehasport**

## **Was ist Rehasport?**

Rehabilitationssport ist ein 45-minütiges Ganzkörper-Bewegungstraining das in einer Gruppe von einem Reha Trainer angeleitet wird. Die Schwerpunkte liegen hierbei auf Beweglichkeit, Kräftigung und Entspannung für alle Altersklassen.

## **Ziele des Rehasports:**

Die Ziele des Rehasports sind es, die körperlichen Beschwerden der Reha Teilnehmer zu lindern, oder gar nicht erst auftreten zu lassen. Für Menschen mit Chronischen Erkrankungen ist Rehabilitationssport eine gute langfristige Maßnahme zur Schmerzlinderung und Verbesserung des Wohlbefindens. Zusätzlich zielt das Rehabilitationstraining darauf ab, das Bewegungsbewusstsein der Teilnehmer zu stärken.

## **Wie kann ich am Rehasport teilnehmen?**

Rehabilitationssport wird über einen Arzt mit dem Antrag 56 verordnet. Dieser Antrag beinhaltet im Normalfall 50 Einheiten über 18 Monate. Im Ausnahmefall auch 120 Einheiten über 36 Monate. Diese Verordnung muss vor Beginn des Reha Trainings von der Krankenkasse genehmigt werden. Rehasport wird von der Krankenkasse unterstützt.

## **Rehasport in der Therapeutischen Ambulanz Bethel:**

Derzeit sind in der Therapeutischen Ambulanz 4 Reha Trainer beschäftigt.

Unser Kursprogramm:

## **Physiotherapie:**

### **Was ist Physiotherapie?**

Physiotherapie ist ein Heilmittelverfahren, welche körperliche Funktionsstörungen therapiert. Die Therapie basiert darauf, die Leistungsfähigkeit des Gesamtorganismus wiederherzustellen oder zu verbessern.

### **Physiotherapie wird angewendet bei:**

- Knochenbrüchen
- Operationen
- Gelenkserkrankungen
- Her-Kreislaufferkrankungen
- Atemwegserkrankungen
- Erkrankungen im Bereich des Zentralen-Nervensystems
- Chronischen Erkrankungen
- usw...

In der Physiotherapie wird gezielt die Förderung von Stoffwechselprozessen, der Durchblutung, den Erhalt und Verbesserung von Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit und der Kraft sowie in Linderung von Schmerzen geübt.

### **Leistungsspektrum der Physiotherapie in der Therapeutischen Ambulanz:**

- Manuelle Therapie
- Bobath E/K
- Lymphdrainage (Teil und Ganzkörperbehandlungen, Kompressionsbandagierungen)
- Massage / Bindegewebsmassagen / Klassische Massagen
- Beckenbodengymnastik / Rückbildungsgymnastik
- Kryotherapie
- Wärmebehandlungen (Naturmoor/ Fango, Rotlicht, Heiße Rolle)
- CMD (Kiefergelenksbehandlung )
- Schlingentisch
- Elektrotherapie
- Ultraschalltherapie
- KG am Gerät (Einzel / Gruppe)

- D1 (Heilmittelkombination)
- Kinesio-Tape
- Behandlungen nach Dorn- Breuss
- Myoreflextherapie
- Faszientraining
- Fußreflexzonenmassage

## **Ergotherapie:**

### **Was ist Ergotherapie?**

Ergotherapie ist eine Therapie, welche Menschen unterstützt verlorene oder noch nicht erlernte Fähigkeiten im alltäglichen Leben wieder zu erlangen. Die Therapie basiert dabei darauf, den körperlichen und seelischen Zustand des Menschen zu verbessern, seine Schmerzen zu lindern und ihm ein möglichst selbstständiges Leben zu ermöglichen.

Je nach Krankheitsbild wird in der Ergotherapie körperliche Bewegungsabläufe, die Selbsthilfe bei waschen, essen oder anziehen trainiert. Das Leben im Alltag, sowie die Aufmerksamkeit und die Gehirnleistung geübt.

### **Ergotherapie wird angewendet bei:**

- Schlaganfällen
- Geistigen oder Körperlichen angeborenen Schäden
- Rheumatische Erkrankungen
- Verhalten oder Entwicklungsstörungen
- Neurologischen Schäden
- Erkrankungen des Gehirns
- Erkrankungen des Nervensystems
- Störungen der Motorik
- Usw...

### **Leistungsspektrum der Ergotherapie in der Therapeutischen Ambulanz:**

- Motorisch Funktionelle Behandlungen
- Neurologisch orientierte Behandlungen
- Sensomotorische Behandlungen
- Psychisch funktionelle Behandlungen
- Mobilisationstraining
- Anwendungen bei Sensibilitätsstörungen
- Narbenbehandlungen
- Thermische Anwendungen (Heiße Rolle, Eistherapie)
- Kognitives Training
- Schreibtraining
- Training in Aktivitäten des täglichen Lebens
- Schwindelbehandlungen

## **Logopädie:**

### **Was ist Logopädie?**

Logopädie ist ein Heilmittelverfahren, welches sich mit der Therapie, der Diagnostik und der Prävention bei Störungen der Stimme, des Sprechens, der Sprache oder des Schluckens auseinandersetzt.

### **Logopädie wird angewendet bei:**

- Neurodegenerative Erkrankungen
- Kindlichen Entwicklungsstörungen
- Schluckstörungen
- Sprech- und Sprachstörungen
- Stimmstörungen
- Refluxstörungen

### **Leistungsspektrum der Logopädie in der Therapeutischen Ambulanz:**

- Aphasie Therapie (nach Modak)
- Myofunktionelle Therapie
- Therapie bei funktionelle Stimmstörungen / Therapie bei organischen Stimmstörungen
- Therapie der kindlichen Aussprache (Dyslalien)
- Atemtherapie
- Therapie bei Störungen des Sprechens (Dysarthrophonie)
- Behandlungen von Refluxstörungen (Stottern, Poltern)
- Therapie der Sprechapraxie nach SpAT
- Therapie von CI- Trägern
- Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung (AVWS)
- Therapie bei orofazialen Störungen (Fazialparesen, Hypomimie, Mundastschwäche)
- Taping in der Logopädie
- Therapie bei Schluckstörungen (Dysphagie)
- Fütter- und Essstörungen bei Kleinkindern

## **Entspannung:**

In unserem Aquajet erleben sie ein etwas anderes Massageerlebnis. Wie in einem beheizten Wasserbett zirkulieren Massagedüsen unter ihrem Körper und verwöhnen ihren Körper. Der Aquajet löst Verspannungen, verbessert die Durchblutung, fördert den Stoffwechsel, steigert das Wohlbefinden und hilft Stress abzubauen.

Neben diesem Erlebnis bietet die Therapeutische Ambulanz Klassische Teilmassagen und Ganzkörpermassagen zur Entspannung an, welche von unseren Physiotherapeuten durchgeführt werden.

Aquajetbehandlungen und Massagen sind auch als **Gutschein oder Geschenk** erhältlich.

## **Öffnungszeiten :**

Montag : 8:00 – 20:00 Uhr

Dienstag : 8:00 – 20:00 Uhr

Mittwoch: 8:00 – 20:00 Uhr

Donnerstag : 8:00 – 20:00 Uhr

Freitag : 8:00 – 18:00 Uhr

Samstag : 8:00 – 12:00 Uhr

## **Wie erreichen sie uns?**

Unter der Telefonnummer 07425 / 932-128 ist unser Planungsdisponent Montag bis Freitag von 8-12 und 13-17 Uhr erreichbar. Wenn sie mit dem Auto kommen, können sie auf einem unserer Ambulanten Parkplätze parken.