

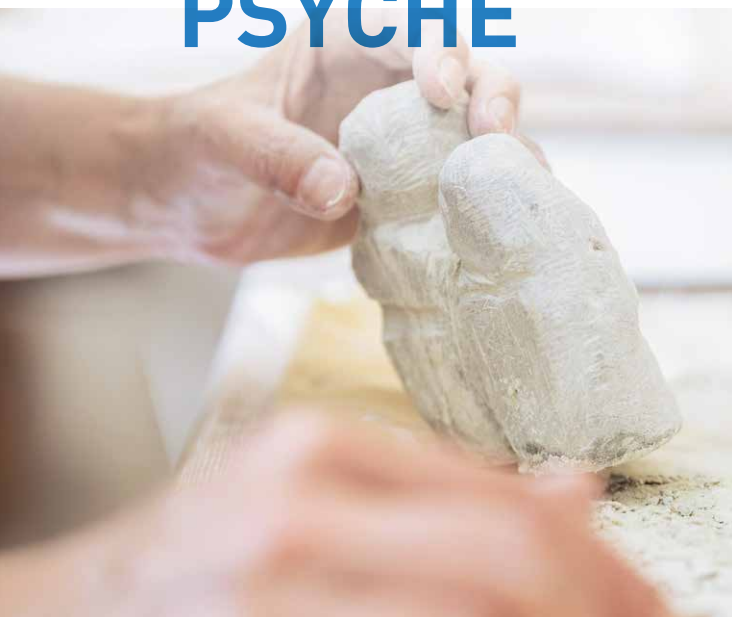


Rehaklinik  
**Überruh**

Eine Klinik der RehaZentren  
Baden-Württemberg gGmbH

Wir mobilisieren Kräfte

# VMOR REHA FÜR KÖRPER UND PSYCHE



**FÜR EINE ERFOLGREICHE  
MEDIZINISCHE  
REHABILITATION  
MÜSSEN KÖRPER  
UND PSYCHE  
BETRACHTET WERDEN.**



# VMOR – auch die Psyche beachten

Chronische Krankheiten belasten nicht nur den Körper, sondern auch die Psyche. Umgekehrt gilt: Nur wenn die psychischen Belastungen ernst genommen und mitbehandelt werden, lassen sich körperliche Beschwerden nachhaltig bessern.

Hier setzt die verhaltensmedizinisch orientierte Rehabilitation (VMOR) an: Bei diesem Konzept wird den psychosomatischen Zusammenhängen von körperlichen Erkrankungen eine höhere Bedeutung beigemessen als bei herkömmlichen Rehabilitationsverfahren.



## VMOR – für wen?

*Dieses Therapiekonzept der Rehaklinik Übersruh eignet sich besonders für Patienten mit:*

- *chronisch orthopädischen Schmerz-erkrankungen mit depressiver Symptomatik*
- *kardiologischen und pulmologischen Erkrankungen mit angst- und stressbedingter Symptomatik*
- *Adipositas/Metabolischer Erkrankung mit essgestörter Symptomatik und/oder Selbstwertproblematik*

„Was mir die Reha gebracht hat? Das Gefühl, mit all meinen Sorgen und Symptomen ernst genommen zu werden und das Wissen, wie ich mein Leben und meinen Beruf trotz Krankheit auch im Alltag bewältigen kann.“



„Das Risiko, eine psychische Störung zu entwickeln, ist bei einer chronischen körperlichen Grunderkrankung um ein Vielfaches erhöht. Für eine erfolgreiche Rehabilitation und nachhaltige Wiedereingliederung ins Berufsleben muss die Psyche bei der Therapie deshalb angemessen mit berücksichtigt werden.“

Dr. med. Ulrich Seitzer, Chefarzt

## Schritt für Schritt zu neuen Perspektiven

Individuelle Bedürfnisse sind verschieden. In mehreren Stufen werden diagnostische und therapeutische Maßnahmen eng miteinander verzahnt. Gemeinsam arbeiten wir Ihre momentane Situation heraus und definieren Ziele für Ihre Reha-Maßnahme. Auf diese Weise lassen sich nicht nur Ihre Fähigkeiten, sondern auch Problembereiche erkennen und dafür passende Bewältigungsstrategien entwickeln. So können wir Ihrer persönlichen Situation besser gerecht werden.



# Breit gefächert und individuell

Fachübergreifende Zusammenarbeit und eine Behandlung, die genau auf Sie zugeschnitten ist – dies ist die Grundlage unseres Handelns.

## Unser Ziel

Wir möchten Ihnen Methoden an die Hand geben, damit Sie mit Ihrer Krankheit besser umgehen können, sich wohler fühlen und den Berufsalltag einfacher bewältigen.

## Das Besondere

Sie sind Teil einer Gruppe von bis zu 13 Betroffenen, die während Ihres gesamten Aufenthaltes gleich bleibt. Das ermöglicht einen intensiven Erfahrungsaustausch, das Lernen von und mit den anderen sowie die Unterstützung beim eigenen Veränderungsprozess durch die Gruppe.

## Die Umsetzung

Die Gruppentreffen finden wöchentlich unter der Leitung eines erfahrenen psychologischen Experten statt. Darüber hinaus erhalten Sie über Bewegungs- und Entspannungstherapien sowie ergotherapeutische Maßnahmen die Möglichkeit, Ihre zukünftigen Kraftquellen heraus zu arbeiten.

## Ihr Vorteil

Unsere Fachkräfte aus verschiedenen Berufsgruppen arbeiten eng zusammen und tauschen sich intensiv aus. Damit stellen wir sicher, dass Sie – Ihr Körper und Ihre Psyche – rundum kompetent behandelt werden.



„Die Teilnahme an einem entsprechenden indikationsspezifischen VMOR-Programm bietet eine ausgezeichnete Chance, nicht nur in körperlicher, sondern auch in sozialer und psychischer Hinsicht Lern- erfahrungen mit nachhaltiger Wirkung für das Leistungs- und Befindlichkeits-Niveau des oder der Rehabilitand:in zu machen.“

# Das Angebot im Überblick

## Diagnostik

- \_ Körperliche Untersuchung
- \_ Labor
- \_ Psychologische Untersuchung und Diagnostik
- \_ Medizinische Diagnostik und Therapie

## Bewegungstherapie

- \_ Moderates Ausdauertraining zur Verbesserung der Herz-Kreislauf- und Stoffwechselfunktion
- \_ Muskeltraining im Trockenen und im Wasser zur Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit
- \_ Gymnastik und Spiel zur Verbesserung von koordinativen Fähigkeiten
- \_ Entspannungsverfahren zur Stressregulation
- \_ Körperwahrnehmungsübungen zur Verbesserung der Eigenwahrnehmung
- \_ Einzelphysiotherapie je nach Befund

## Physikalische Therapie

- \_ Physikalische Anwendungen je nach Befund

## Psychologische Therapiegruppen

- \_ Stressbewältigung
- \_ Schmerzbewältigung
- \_ Übungen zur Aufmerksamkeitslenkung/ Imaginationsübungen
- \_ Krankheitsverarbeitung
- \_ Stärkung der Ressourcen
- \_ Verbesserung der Lebensqualität
- \_ Austausch mit Mitpatientinnen und -patienten
- \_ Steuerung des Essverhaltens (indikationsspezifisch)

## Psychologische Einzelgespräche

- Bei Aufnahme
  - \_ Anamnese und Abklärung der Komorbidität
  - \_ Klärung der Ziele und der Motivation
  - \_ Diagnostik (BD I-II und BAI)
- Bei Entlassung
  - \_ Symptomänderung
  - \_ Zielerreichung
  - \_ Nachsorgeempfehlung
- Individuell
  - \_ Zusätzl. psychologische Einzelgespräche
  - \_ Stabilisierung
  - \_ Förderung der Integration in der Gruppe

## Ergotherapie

- \_ Gestaltungstherapie in der Gruppe

## Ernährungstherapie in Theorie und Praxis (indikationsspezifisch)

- \_ Lehrküche

## Sozialtherapie und -beratung

- \_ Sozialrechtliche Fragestellungen (z.B. Krankengeld, Übergangsgeld, ALG, Rente)
- \_ Schwerbehindertenrecht
- \_ Vermittlung von Selbsthilfegruppen
- \_ Beratung zur medizinisch-beruflichen Orientierung
- \_ Beratung und Einleitung von stufenweiser Wiedereingliederung
- \_ Ambulante Nachsorgeprogramme

## Seminare (indikationsspezifisch)

- \_ Kommunikation
- \_ Gesund trotz Stress
- \_ Chronischer Schmerz
- \_ Bewusstes Essverhalten

WIR MOBILISIEREN

KRÄFTE –

FÜR IHRE KÖRPERLICHE

UND PSYCHISCHE

GESUNDHEIT.



## Rehaklinik Überruh

Fachklinik für Innere Medizin, Orthopädie, verhaltensmedizinisch orientierte Rehabilitation (VMOR), medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation (MBOR)

Überruh 1, Bolsternang  
88316 Isny im Allgäu

**Tel.** 07562 75-0

**Fax** 07562 75-400

**E-Mail** [info@rehaklinik-ueberruh.de](mailto:info@rehaklinik-ueberruh.de)

**Web** [www.rehaklinik-ueberruh.de](http://www.rehaklinik-ueberruh.de)

**Chefarzt:** Dr. med. Ulrich Seitzer

**Kaufmännische Leitung:** Martin Schömig

**Kostenträger:** Rentenversicherungsträger, gesetzliche und private Krankenkassen, Selbstzahler sowie Beihilfe

Klinik zertifiziert nach QMS Reha  
Station Ernährung-Zertifizierung der DGE