

■ Verantwortung für Menschen

Mit über 25.000 stationär und ambulant behandelten Patient:innen jährlich gehört das Contilia Herz- und Gefäßzentrum zu den größten Einrichtungen dieser Art in ganz Nordrhein-Westfalen. So hat sich insbesondere am Standort Elisabeth-Krankenhaus Essen in den letzten beiden Jahrzehnten ein beispielhaftes Konzept entwickelt und bewährt, das sich durch seine interdisziplinäre Kooperation auszeichnet und sich mit seinem umfassenden Leistungsspektrum deutlich von vielen anderen regionalen Zentren unterscheidet. Diese Kompetenzbündelung auf einem Campus gewährleistet, dass jede(r) Patient:in stets von dem für Ihn/Sie richtigen Spezialist:innenteam betreut wird. Und zwar unabhängig davon, an welcher Einrichtung der/die Patient:in sich zunächst wendet. Durch eine tägliche, enge Abstimmung zwischen den verschiedenen Kliniken und Fachbereichen sorgen die behandelnden Ärzt:innen, Pflegekräfte und Therapeut:innen im Interesse ihrer Patient:innen für eine individuelle, optimierte Behandlungsstrategie und realisieren so ein erhebliches Plus an Qualität und Komfort.

Klinik für Kardiologie und Angiologie, Elisabeth-Krankenhaus Essen
Klinik für Gefäßchirurgie und Phlebologie, Elisabeth-Krankenhaus Essen
Herz-, Kreislauf- und Gefäßkrankheiten, St. Josef-Krankenhaus Kupferdreh
Klinik für Kardiologie, St. Marien-Hospital Mülheim an der Ruhr
Praxis für Kardiologie und Angiologie, Ärztehaus Ruhrallee
Praxis für Gefäßchirurgie und Phlebologie, Ärztehaus Ruhrallee
BodyGuard! Zentrum für Präventionsmedizin
BodyGuard! Zentrum für Naturheilverfahren
BodyGuard! Zentrum für Sportmedizin, Training und Lesungsdiagnostik

Contilia Therapie und Reha | Theaterpassage

Rathenaustraße 2 Fon 0201 946713-0
(Eingang Kapuzinergasse) Fax 0201 946713-131
45127 Essen www.contilia.de
therapieundreha@contilia.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.00 – 18.00 Uhr

■ Ansprechpartner

Für Fragen rund um Ihre ambulante kardiologische Rehabilitation stehen wir Ihnen Montag bis Freitag in der Zeit von 08:00 Uhr bis 18:00 Uhr gerne persönlich oder telefonisch unter 0201 946713-0 zur Verfügung.



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

neben dem schnellen und unkomplizierten Start liegt einer der wesentlichen Vorteile einer ambulanten kardiologischen Rehabilitation darin, dass sie Ihnen eine optimale Möglichkeit bietet, die aufgrund der Erkrankung oft notwendigen Veränderungen des Lebensstils im Alltag zu üben und zu festigen. Als Teilnehmer:in einer ambulanten Rehabilitation kehren Sie durch die Wohnortnähe täglich in Ihr gewohntes Umfeld mit den individuellen sehr verschiedenen Lebenssituationen zurück. Sie können Erlerntes sofort auf Alltagstauglichkeit überprüfen und zeitnah über Probleme bei der Umsetzung berichten. Durch die mögliche Einbindung Ihrer Angehörigen in bestimmten Therapieangeboten wird „die Reha“ zur Familiensache. Darüber hinaus wirkt die zügige Rückkehr in Ihren normalen Lebens- und Berufsalltag einem möglichen Krankheits- und Invaliditätsgefühl entgegen. Bereits während der Rehabilitation erarbeiten wir für Sie auch ein individuelles Nachsorgekonzept, das zum Beispiel den Anschluss an eine Wohnortnahe Herzsportgruppe oder die Teilnahme am sogenannten IRENA-Programm beinhaltet. So erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass Sie das erlernte Herz-Kreislauftraining auch nach der Reha-Maßnahme erfolgreich fortsetzen.



Rehabilitation kommt aus dem lateinischen „rehabilitare“ und bedeutet im engeren Sinne wiederherstellen. Um diese Wiederherstellung zu erreichen, verfolgt unser qualifiziertes Team, bestehend aus Ärzt:innen, Dipl.-Sportlehrer:innen/-Sporttherapeut:innen, Physiotherapeut:innen, Ergotherapeut:innen, Dipl. Psycholog:innen, Dipl. Ökotropholog:innen und Dipl.-Sozialarbeiter:innen, die Methode der ganzheitlichen Betrachtung des einzelnen Menschen. Wir erfassen Ihre speziellen persönlichen Voraussetzungen, Ihre körperlichen und seelischen Befindlichkeiten in Verbindung mit Ihrer sozialen Situation und entwickeln darauf abgestimmte Ziele und Wege der Therapie.

Die Eingangsuntersuchung wird durch unsere Ärzt:innen und Therapeut:innen durchgeführt. Daraufhin wird ein individuell auf den/die Patient:in angepasster und umfassender Therapie- und Trainingsplan erstellt. Die Rehabilitationsdauer beträgt täglich ca. 4 Stunden an 15 Behandlungstagen. Bitte bringen Sie zum Training Sportsachen und ein Handtuch mit. Während der Rehabilitationsmaßnahme bieten wir täglich eine (warme) Mahlzeit an.

Die Zuweisung einer ambulanten Rehabilitation erfolgt durch eine Verordnung des niedergelassenen Arztes oder als Anschlussheilbehandlung nach einem Krankenhausaufenthalt. Im letzteren Fall leitet in der Regel der soziale Dienst des behandelnden Krankenhauses das Genehmigungsverfahren zur Kostenübernahme durch RV oder KK ein. Gerne beantworten wir Ihnen darüber hinaus alle Fragen hinsichtlich der Kostenübernahme Ihrer ambulanten Rehabilitation.

■ Behandlungselemente

- Ärztliche Behandlung
- Sport- und Bewegungstherapie
- Physio- und Ergotherapie
- Psychologische Therapie
- Soziale und berufliche Maßnahmen
- Gesundheitsbildung und -schulung
- Ernährungsberatung

■ Therapieziele

- Herz-Kreislauf Training
- Schmerz- und Beschwerdelinderung
- Besserung bzw. Beseitigung der Funktionsstörungen
- Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit, der Muskelkraft, der Koordination und der Mobilität
- Steigerung der Belastbarkeit
- Optimierung der Körperwahrnehmung
- Korrektur der krankheitsverstärkenden Verhaltensmuster
- Initiierung einer Lebensstiländerung
- Minderung der Risikofaktoren
- Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung
- Erhalt bzw. Wiedererlangung der Erwerbsfähigkeit
- Optimierung des Kreislauf durch LZ-EKG, LZ-RR und 3x täglichen Kontrollen der Vitalparameter, sowie Monitoring während Ergometrie
- Rhythmus- und Frequenzkontrolle

Jeder, der eine akute Herzerkrankung überstanden hat, kann an einer ambulanten kardiologischen Rehabilitationsmaßnahme teilnehmen. Sie richtet sich dabei gleichermaßen an Frauen und Männer und umfasst verschiedene Krankheitsbilder.

■ Kardiologische Krankheitsbilder

- Akuter Herzinfarkt
- Koronare Herzerkrankung (mit und ohne PTCA/ Stent)
- ACVB-OP
- Bypass-Operation bei PAVK
- Herzrhythmusstörungen und Zustand nach Ablation
- Herzklappenerkrankungen (mit und ohne Operation)
- Herzinsuffizienz
- Entzündliche Herzerkrankung
- Kardiomyopathie
- Arterieller Hypertonus
- Metabolische Syndrom
- Lungenembolie

■ Uneingeschränkte Zulassung

Wir erfüllen uneingeschränkt die bundesweit geltenden Richtlinien für die ambulante Rehabilitation und sind von gesetzlichen Krankenkassen und Rentenversicherungsträgern zugelassen. Die meisten privaten Krankenkassen übernehmen die Kosten für eine ambulante Rehabilitation. Dieses sollten Sie aber im Vorfeld mit Ihrer Privatkasse klären.

■ Intensivierte Rehabilitationssnachsorge (IRENA)

Haben Sie Ihre Reha-Maßnahme durch die Rentenversicherung genehmigt bekommen?

Dann besteht für Sie die Möglichkeit, zeitnah im Anschluss an Ihre Reha-Maßnahme, berufsbegleitend an unserem IRENA-Programm teilzunehmen. Mit insgesamt 24 Einheiten können Sie täglich, 90 Minuten, an unserem Therapieangebot teilnehmen.

Sollten Sie Interesse haben, sprechen Sie bitte unsere Ärzt:innen, Sporttherapeut:innen oder Rezeptionsmitarbeiter:innen an.

Sie können für die Anreise bis zu max. 5 € Fahrtkosten geltend machen.

