



# Wissenswertes vor Ihrem Reha-Aufenthalt

Für einen guten Start im Herzpark Hardterwald

Herzpark   
Hardterwald

Ihr Partner  
für eine  
individuelle  
kardiologische  
Rehabilitation



Rehabilitation „von Herz zu Herz“

## Damit Sie schnell wieder fit werden!

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

unter Rehabilitation versteht man in der Medizin die Wiederherstellung der physischen und/oder psychischen Fähigkeiten eines Patienten im Anschluss an eine Erkrankung, ein Trauma oder eine Operation. Als Sekundärziel soll eine Wiedereingliederung in das Sozial- und Arbeitsleben erreicht werden.

Dies ist auch unser Anspruch im Herzpark Hardterwald – auch vor dem Hintergrund, dass dies von Patient zu Patient natürlich ganz unterschiedlich ausgeprägt sein kann. Zu Beginn Ihrer Rehabilitation werden Ihre ganz individuellen Reha-Ziele mit Ihnen formuliert, die sich als „roter Faden“ durch Ihren gesamten Aufenthalt in unserer Klinik ziehen. Auf diese Ziele hin wird Ihr persönlicher Therapieplan zusammengestellt.

Gemeinsam mit Ihnen – denn Sie wirken aktiv an Ihrer Genesung mit – arbeiten wir „von Herz zu Herz“ daran, dass Ihre Rehabilitationsmaßnahme ein Schritt in einen neuen Lebensabschnitt und eine gesunde Zukunft ist.

Ihr Herzpark-Team

## Wichtige Dokumente und Utensilien

# Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Damit es Ihnen bei uns an nichts fehlt, haben wir für Sie im Folgenden eine kleine „Checkliste“ zum Packen zusammengestellt.



### Ihre wichtigen Dokumente für Ihren Reha-Aufenthalt

- gültiger Personalausweis
- Krankenkassenkarte / Versicherungsnummer
- Zusage Ihrer Versicherung über die Kostenübernahme (falls vorhanden)
- aktuelle Arztbriefe / Entlassungsbrief
- aktuelle Befunde Ihrer Ärzte und Therapeuten (z. B. Blutuntersuchungen)
- Unterlagen über frühere Behandlungen / ehemalige Krankenhausberichte im Zusammenhang mit Ihrem Reha-Aufenthalt
- Allergiepass / Impfpass / Schrittmacherausweis und / oder Marcumarausweis / Diabetikerausweis / Diabetikertagebuch

### Neben der üblichen Bekleidung denken Sie bitte auch an:

- bequeme Sportbekleidung für den Innen- und Außenbereich
- Badeanzug bzw. Badehose (Wassergymnastik nach Absprache und medizinischer Beurteilung)
- Sportschuhe (jeweils für den Innen- bzw. Außenbereich)
- Badeschuhe, Badeschlappen
- ein großes Handtuch

### Persönliche Gegenstände

- persönliche Medikamente für einige Tage inklusive Einnahmeplan, da diese unter Umständen erst durch uns bestellt werden müssen
- für Begleiterkrankungen, die nicht im unmittelbaren Zusammenhang der von uns behandelten Erkrankung stehen, z. B. Diabetes mellitus, COPD, Rheuma, u.a. benötigen Sie Ihre eigenen Medikamente
- Hilfsmittel, wie z. B. Kompressionsverbände oder -strümpfe, Thorax Kompressionen, etc.
- Brille, Kontaktlinsen
- ggf. Lektüre
- Wecker
- Schreibutensilien
- CPAP-Gerät, Sauerstoffgerät oder Atemtrainer, Inhalationshilfen oder Peakflow-Meter
- Hygieneartikel
- ggf. weitere Hilfsmittel, wie z. B. Gehstützen / Rollator
- ggf. Schlüsselband für den Zimmerschlüssel
- ggf. persönliche Trinkflasche für die in der Klinik vorhandenen Wasserspender

Bestandteile Ihres Rehabilitationsalltags

# Vielfalt vom Frühstück bis zum Abendprogramm

Während des gesamten Rehabilitationsaufenthaltes werden die Patienten von qualifizierten Mitarbeitern des Reha-Teams betreut. Hierzu gehören Fachärzte, Therapeuten, Ernährungsberater, Psychologen, Sozialarbeiter und das Pflegepersonal.

Ob beispielsweise durch unsere vielfältigen Gesundheitsvorträge und Bewegungs-Einheiten, ein psychologisches Einzelgespräch oder beim gemeinsamen Kochen in der Lehrküche – durch unser breitgefächertes Angebotsspektrum fördern wir den Genesungsprozess und schaffen gleichzeitig ein Bewusstsein für gesunde Lebensführung.



Frühstück



Visite



Gruppen-Vortrag



Terraintaining



Ergometer-Training



Mittagessen



Wassergymnastik



Belastungs-EKG



Psychologisches Einzelgespräch



Echo-Kardiografie



Physiotherapie



Lehrküche



Einzelgespräch Sozialdienst



Abendessen



Freizeit

# Was Sie sonst noch wissen sollten.

## Unterbringung

Sie werden in einem geräumigen, modernen und barrierefreien Zimmer (vorwiegend Einzelzimmer) untergebracht.

## Anreise

Eigenanreisen bitten wir um 9 Uhr bei uns in der Klinik einzutreffen. Damit wir uns schon gleich zu Beginn Ihrer Rehabilitationsmaßnahme ausreichend Zeit für Sie nehmen können, bitten wir um eine pünktliche Anreise.

Reisen Sie mit unserem Fahrdienst an, wird Ihnen Ihre individuelle Abholzeit am Vortag der Anreise telefonisch mitgeteilt.

## Fahrdienst

Auf Wunsch bestellen wir für Sie unseren klinikinternen Fahrdienst. Dieser holt Sie am Anreisetag zu Hause ab und bringt Sie nach dem Reha-Aufenthalt wieder zurück. Bitte melden Sie dies im Vorfeld bei uns an.

## Ambulante Patienten

Sind Sie ein ambulanter Patient, ist es für die diagnostische Untersuchung am Aufnahmetag erforderlich, dass Sie nüchtern sind. Bringen Sie sich daher ein kleines Frühstück mit. Alternativ können kleine Snacks in unserer Cafeteria erworben werden. Bitte nehmen Sie Ihre mitgebrachten Medikamente, wie gewohnt, mit Wasser ein.

## Wahlleistungsangebot

Für den Fall, dass Sie sich für unsere Wahlleistungsangebote interessieren, z. B. ein größeres Komfortzimmer wünschen oder Chefarztbehandlung in Anspruch nehmen möchten, bitten wir vorab um Ihren Hinweis.

## Zusatzversicherung

Sollten Sie neben Ihrer gesetzlichen Krankenversicherung auch über eine private Zusatzversicherung verfügen, bitten wir die entsprechenden Informationen zu Beginn Ihres Aufenthalts mitzubringen.

## Speiseversorgung

Wir stellen uns bei der Speiseversorgung auf die individuellen Anforderungen unserer Patienten ein, indem wir mittags drei verschiedene Menüs anbieten. Das Frühstück und Abendessen wird in Buffetform gereicht. Bitte benachrichtigen Sie uns vor Beginn Ihrer Rehabilitation, wenn Sie bestimmte Lebensmittelallergien und/oder -unverträglichkeiten haben.

## Rauchen

Im Sinne der allgemeinen Gesundheitsfürsorge sowie gemäß Vorgaben der Kosten- und Leistungsträger ist das Rauchen im gesamten Gebäude, einschließlich in den Ihnen zur Verfügung gestellten Patientenzimmern, Aufenthaltsbereichen, Balkonen / Terrassen untersagt – ebenso vor den Eingängen der Klinik. Vor dem ambulanten Therapiezentrum gibt es einen Raucherpavillon.

## Freizeitangebote

Am Abend und an den Wochenenden bieten wir unseren Patienten ein abwechslungsreiches Freizeitangebot an. Darüber hinaus wird am Wochenende ein Shuttle-Service in die Innenstadt angeboten, der nach ärztlicher Genehmigung genutzt werden kann.

## Allgemeine Hinweise

### Beschwerdemanagement

Im Rahmen unseres Beschwerdemanagements haben Sie die Möglichkeit, Anregungen und Verbesserungsvorschläge, aber auch Kritik direkt an uns heranzutragen. Kommen Sie gerne während Ihres Reha-Aufenthaltes auf uns zu, damit wir schnell reagieren und so unserem Anspruch einer hohen Patientenzufriedenheit gerecht werden können.

### Begleitpersonen

Möchten Sie während der Rehabilitationsmaßnahme von Ihren Angehörigen begleitet werden, (dauerhaft, oder z. B. an den Wochenenden), bitten wir um Ihren Hinweis. Gerne organisieren wir für Ihre Begleitung eine Unterkunft nebst Verpflegung.

Sollte Ihre Begleitung an therapeutischen Maßnahmen während des hiesigen Aufenthalts interessiert sein, so müsste hierfür eine rechtzeitige Terminvereinbarung im Vorfeld telefonisch erfolgen und eine Privatverordnung mitgebracht werden. Bitte kontaktieren Sie uns hierzu im Vorfeld.

### Fragen zum Aufenthalt

Sollten nicht alle Fragestellungen zum Klinikaufenthalt für Sie beantwortet sein, wenden Sie sich gerne an unsere Patientenverwaltung unter Telefon 02161 / 552-2410 oder -2411.

## Anfahrt

# So erreichen Sie uns.

### Mit dem Auto

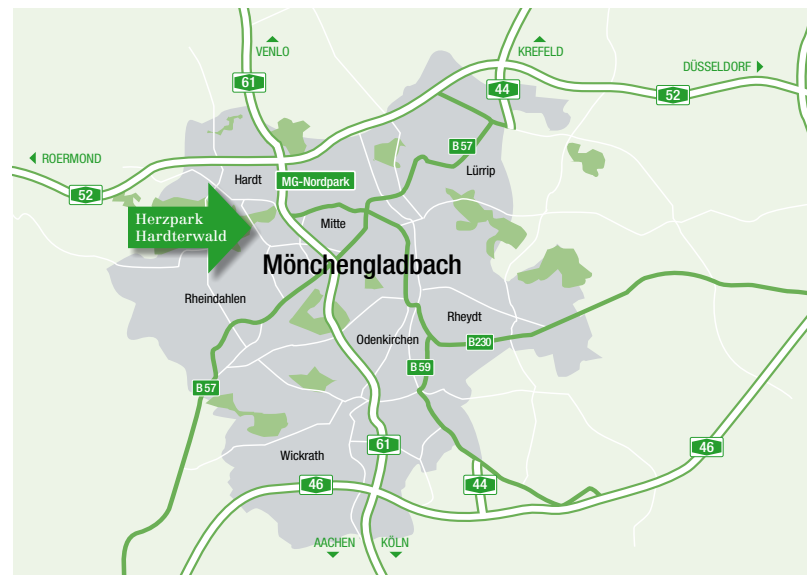
Sie erreichen uns mit dem Pkw über die A 61 Ausfahrt Mönchengladbach Nordpark / Hardt oder über die A 52 Ausfahrt Hardt. Von der Vorster Straße biegen Sie in die Louise- Gueury-Straße ein. Nach circa 1,5 Kilometern liegt der kostenfreie Klinikparkplatz auf der linken Seite. Eine Haftung für das Fahrzeug kann von unserer Seite leider nicht übernommen werden.

### Mit dem Bus

Sie erreichen uns mit der Buslinie 015 vom Hauptbahnhof Mönchengladbach in Richtung „Hardt/Wehresbäumchen“. Die Haltestelle „HardterwaldKlinik“ befindet sich unmittelbar vor dem Eingang zum Klinikgelände.

**Herzpark Hardterwald**  
**Louise-Gueury-Straße 400**  
**41169 Mönchengladbach**

Telefon: 02161 552-2400  
Telefax: 02161 552-2910  
[www.herzpark-mg.de](http://www.herzpark-mg.de)



Herzpark Hardterwald  
Louise-Gueury-Straße 400  
41169 Mönchengladbach  
Telefon: 02161 552-2400  
Telefax: 02161 552-2910  
info@herzpark-mg.de  
**www.herzpark-mg.de**