

Mit unserer Patienten-Kampagne möchten wir der Reha „ein Gesicht geben“. Rehabilitation ist keine anonyme Behandlung und Therapie. Jede Patientin und jeder Patient hat seine eigene Geschichte zu erzählen. Gerne möchten wir diese Geschichten hier mit Ihnen teilen.

Hedwig P. (77), Lehrerin i. R.:

„Ich kann meinen Hobbys wieder nachkommen!“

Was ist passiert?

Bei Hedwig P. hatte sich über einen Zeitraum von mehreren Jahren eine beidseitige Arthrose in den Kniegelenken entwickelt. Dabei stellte sich zunehmend ein Ruhe- und Belastungsschmerz in den Gelenken ein, der zu Beeinträchtigungen der Mobilität führte. So waren längere Gehstrecken zuletzt nicht mehr möglich sowie auch das Fahrradfahren oder sportliche Betätigung.

Reha- und Therapiemaßnahmen

Bis zuletzt hatte Hedwig P. eine Operation aufgeschoben und konservative Behandlungsansätze gewählt. Im Dezember 2022 erhielt Hedwig P. dann ihre erste Knieendoprothese (Knie-TEP) und führte die Reha im Anschluss im Ambulanten Rehasentrum Ortenau durch. Bereits ein Jahr später folgte die Knie-TEP am anderen Kniegelenk, ebenfalls mit Anschlussrehabilitation im Ambulanten Rehasentrum Ortenau.

Therapieleistungen

Das Therapiespektrum nach einer Knie-TEP basiert im Ambulanten Rehasentrum Ortenau auf wissenschaftlichen Reha-Therapiestandards mit festgelegten Behand-

lungselementen, die sich in ihrem Zusammenwirken ergänzen. So wurde bei Hedwig P. zunächst mit Manueller Lymphdrainage auf die Schwellung und Schmerzsymptomatik nach der OP eingegangen bevor die Beweglich-

keit des Kniegelenks in der Manuellen Therapie und Krankengymnastik zunehmend wiederhergestellt werden konnte. Begleitend zielte die Medizinische Trainingstherapie (MTT) darauf ab, die geschwächten Muskelgruppen und die allgemeine Leistungsfähigkeit wieder zu stärken. Ergänzt wurden die Maßnahmen durch Therapien im Bewegungsbad sowie verschiedene physikalische Anwendungen z. B. in Form von Elektro- und Kryotherapie. Zudem berücksichtigte die Reha verschiedene Angebote zur Informationsvermittlung sowie Gesundheits-schulungen.

Was hat sich verbessert?

„Am Ende der Reha habe ich keine Schmerzen mehr und ich bin wieder beweg-

licher, so dass ich bereits 1 Stunde im normalen Wandertempo gehen kann. Ich habe hier tolle Hilfe und gute Tipps erhalten. Es war eine bewusste Entscheidung, auch nach der zweiten OP wieder hierher zu kommen und ich bin noch zufriedener als nach der ersten Reha!“

