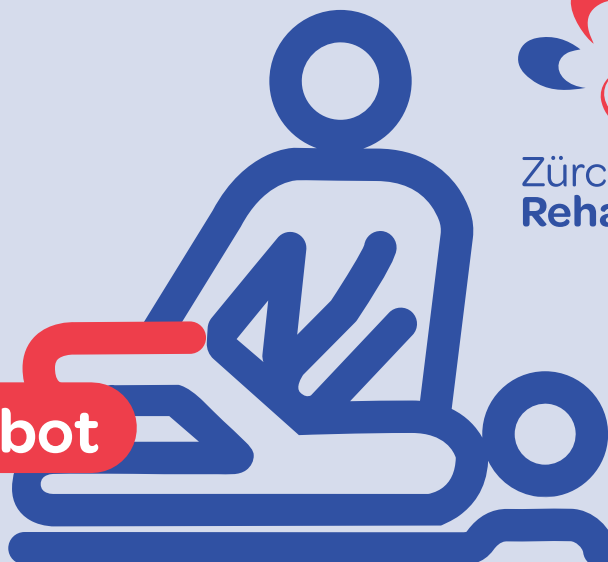


Zürcher
RehaZentren

Klinik Wald

Therapieangebot

Beratungsangebot



Unser umfassendes Therapieangebot deckt verschiedene Aspekte für eine optimale Behandlung von Patientinnen und Patienten ab. Dabei ergänzen sich Physio-, Ergo-, Sporttherapie, Logopädie, Neuropsychologie, Psychologie, Kunst- und Musiktherapie, Ernährungs-, Diabetes- sowie die Sozialberatung mit verschiedenen Ansätzen und Schwerpunkten.

Unser Leistungsangebot und unsere Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten

Ergotherapie

Ziel der Ergotherapie ist das Erreichen, Verbessern oder Erhalten der Selbstständigkeit bei alltäglichen Verrichtungen in Einzel- und Gruppentherapien. Entsprechend steht das funktionelle alltagsorientierte Training im Mittelpunkt der Behandlung. Die Patientinnen und Patienten lernen, wie sie Einschränkungen im Alltag, sei es im Haushalt oder im Beruf, überwinden oder besser mit diesen umgehen können.

Fachliche Schwerpunkte

Rehabilitation der oberen Extremitäten

- Cons - Constraint Induced Movement Therapy (CIMT)
- Funktionelle Elektrostimulation
- Grob- und Feinmotorik Training
- Handödem-Profilaxe und Behandlung
- Handschienen und Cast Versorgung
- Impairment Oriented Training (IOT)
- Kinesio Tapings
- Manuelle Therapie
- Narbenbehandlung
- Nervenmobilisation
- PANat Laptool Training
- Perfetti
- Sensibilität Training
- Spiegeltherapie
- Thermische Behandlungen
- Triggerpunkt Behandlung

Haltungshintergrund und posturale Kontrolle
(Erarbeitung | Aufbau | Erhalt)

- n. Bobath
- n. Affolter

Neuropsychologische Funktionen

- Kognitives Training n. Dr. med. Franziska Stengel
- Neurotraining n. Verena Schweizer
- Neurokognitives-Training mit Schwerpunkte
 - Wahrnehmung & Verarbeitung von Sinnesreizen
 - Orientierungstraining zu Person, Ort, Zeit und Situation
 - Leistung Konzentration- und Aufmerksamkeit
 - Lernen, Gedächtnisfunktionen
 - Handlungsplanung und -ausführung
 - Umstellfähigkeit, Abstraktionsvermögen

Verarbeitung von psychischem Erleben

- Krankheitseinsicht und -verarbeitung
- Umgang mit Persönlichkeitsveränderung und affektiven Symptomen

Therapeutisches Training in Alltagssituationen

- Einkaufstraining
- Gartentherapie
- Haushaltstraining
- Körperpflege & Anziehtraining
- Mobilitätstraining im öffentlichen Verkehr
- Ergonomie im Alltag
- Kochtraining
- Dysphagie Essbegleitung

Beratung und Anpassungen der persönlichen Umgebung

- Beratung und Instruktion von Angehörigen
- Haus-/Wohnungs-Abklärungen
- Hilfsmittelberatung
- Individuelle Anpassungen
- Organisation der weiterführenden Ergotherapie
- Rollstuhlberatungen und -anpassung

Gruppenangebot

- Armtraining (Computergestütztes kognitives Training)
Dr. med. Franziska Stengel
- Frühstücksguppe
- Gartentherapie
- Kognitive Trainingsgruppe n.
- PANat Laptool Training
- Sturzprävention im Alltag

Logopädie

Die Logopädie beinhaltet die Diagnostik und Therapie von Störungen der Sprache, der Stimme und des Schluckens. Die individuellen Therapien finden in Einzelsitzungen statt.

Fachliche Schwerpunkte

- Sprachstörungen (Aphasie)
- Sprechstörungen (Dysarthrophonie, Sprechapraxie)
- Stimmstörungen (Dysphonie)
- Schluckstörungen (Dysphagie)
- Fazialisparese (Lähmung des Gesichtsnervs)
- Trachealkanülenmanagement
- Angehörigenberatung und -anleitung
- Möglichkeit zur ausführlichen apparativen Diagnostik von Schluckstörungen, einer so genannten FEES (Fiberendoskopische Schluckuntersuchung), welche in enger interdisziplinärer Zusammenarbeit unter ärztlicher Leitung durchgeführt wird
- Facio-orale Trakttherapie (FoTT)
- LSVT (Lee Silverman Voice Treatment)
- FDT (Funktionelle Dysphagietherapie)

Psychologie / Psychotherapie

Wir bieten psychologische Unterstützung und Begleitung während der Rehabilitation an, um unseren Patienten eine nachhaltige und gesamtheitliche Rehabilitation zu ermöglichen. Patienten können eigene Anliegen oder Belastungen offen in vertraulichen Einzelgesprächen anbringen. Solche Anliegen können beispielweise eine funktionale Krankheitsverarbeitung, die Reduktion von Belastungen, ein hilfreicher Umgang mit Erkrankungen oder auch individuelle Themen umfassen. Zudem können neue Chancen geschaffen und Lebensperspektiven gefunden werden.

Fachliche Schwerpunkte

- Krankheitsverarbeitung
- Ressourcenaktivierung
- Lebensstilveränderungen
- Stärkung der Selbstwirksamkeit
- Rauchentwöhnung
- Umgang mit Stress/Belastungen
- Umgang mit chronischen Schmerzen/Schmerz-

bewältigung

- Umgang mit Trauer
- Umgang mit Krisen

Gruppenangebote

- Rauchstoppgruppe
- Achtsamkeitsgruppe

Neuropsychologie

Die Neuropsychologie umfasst die Diagnostik der Hirnleistungsfähigkeit/Kognition (Wahrnehmung, Aufmerksamkeit/Konzentration, Gedächtnis, Handlungsplanung, Sozialverhalten etc.). Bei alltagsrelevanten Auffälligkeiten wird in Abhängigkeit der Ursache eine für den Patienten individuell abgestimmte Therapie (funktionell und/oder kompensatorisch) gewählt, um das Ziel einer grösstmöglichen Selbstständigkeit in den verschiedenen Aktivitäten des Alltags und im Beruf zu erreichen.

Fachliche Schwerpunkte

- Neuropsychologische Diagnostik inkl. Abklärung der Arbeitsfähigkeit und Fahreignung
- Visuelles Wahrnehmungstraining (Neglect-Therapie und kompensatorisches Training bei homonymen Gesichtsfeldausfällen)
- Therapie bei reduzierter geistiger Belastbarkeit
- Intensive computergestützte Aufmerksamkeitstherapie
- Erlernen von Coping-Strategien für den Alltag (Gedächtnisstrategien, Pausenmanagement, etc.)
- Einbezug der Angehörigen im Rahmen von Einzelberatungen oder Familiengesprächen
- Gespräche zur Krankheitsverarbeitung

Physio- und Sporttherapie

Wir bieten zahlreiche Einzel- und Gruppentherapien an, die entsprechend der Rehabilitationsziele in einem individuell abgestimmten Behandlungsplan kombiniert werden. Die Förderung von Kraft, Ausdauer und Vitalität sind ebenfalls wichtige Faktoren. Die Gruppentherapien helfen, Übungen zu vertiefen und gemeinsam mit anderen Patienten Freude an Bewegung und Sport zu erfahren. Beides soll das Selbstvertrauen in die eigenen Möglichkeiten und das Vertrauen in den Körper stärken.

Fachliche Schwerpunkte

Gangrehabilitation

- Gangrobotik: Lokomat®/Lyra®
- Laufband (mit/ohne Gewichtsentlastung)
- Gehgärten/-barren, Gehbad
- Nordic Walking
- Gehtraining inner- und ausserhäuslich
- Treppentraining
- Verschiedene Gehtrainingsgruppen: Gehtraining im Aussenbereich in Gruppen (Niveau angepasst)

Ergometertraining

- Fahrrad (mit EKG-Ableitung), Sitzfahrrad, Armfahrrad, Crosstrainer/Nustep, Laufband

Elektromechanisch assistiertes Training

- Erigo®
- MOTOMed®
- Kinetec

Computergestützte Trainingsverfahren

- Valedo®Motion
- Tymo®
- Dividat Senso®
- Moticon® Sohlen
- Nintendo Wii®

Medizinische Trainingstherapie (MTT)

- Kraftaufbau an Trainingsgeräten
- Freihanteltraining
- Individuelles Training mit eigenem Körpergewicht
- Sensomotoriktraining auf Galileo oder Kleingeräten
- Gleichgewichtstraining auf Kleingeräten, Galileo, Airexmatte
- Propriozeption auf Biodex
- Kraftaufbau mithilfe TRX-Bänder

Ausdauertraining/Ergometertraining

- Fahrrad, Sitzfahrrad, Armfahrrad, Crosstrainer/ Nustep, Laufband
- Nordic Walking
- Wassertherapie
- Lauftherapie in freier Natur
- Treppentraining

Aktive Erholung

- Spaziergänge in freier Natur
- Blackroll
- Qi Gong

Passive Erholung

- Entspannung nach PMR und Autogenes Training
- Galileo

Physikalische Therapie

- Klassische Massage
- Manuelle Lymphdrainage
- Bindegewebsmassage
- Fussreflexmassage
- Therapie nach Dorn
- Lasertherapie
- Fango
- (Neuromuskuläre) Elektrostimulation
- Ultraschall

Individuelle Leistungen nach Bedarf

- Abgabe, Anpassung, Beratung und Verkauf von Hilfsmitteln
- Organisation ambulanter Therapie
- Hausabklärungen
- Instruktion/Abgabe von Übungsprogrammen
- Beratung und Instruktion der Angehörigen
- Austrittsbericht

Spezialtherapien

- Facio-orale Trakttherapie (FoTT)
- Respiratorische Physiotherapie/pulmonale Rehabilitation
- Kardiologische Reha (SAKR-anerkannt)

- Amputationsnachbehandlung
- Schwindeltherapie
- Neurodynamik
- Kinesiotape, Medical Tape
- Graded Motor Imagery
- Therapeutische Gipsverbände (serielle Gelenkredression, Lagerungs- und Funktionsschienen)
- Rückenschule, -gruppe
- Beckenbodentherapie

Atemtherapie

Durch das Entwickeln der Atemkraft und das Wahrnehmen der eigenen unbewussten Atemmuster können Beschwerden erleichtert oder gelöst, der Gedankenfluss beruhigt und die körperlichen, seelischen und geistigen Kräfte des Menschen gestärkt werden. Das begleitende therapeutische Gespräch unterstützt den Wahrnehmungsprozess und ermöglicht, über die eigenen Erfahrungen und Gefühle, Klarheit und Erkenntnis zu erlangen.

Zielsetzung der Atemtherapie ist, den Selbstwahrnehmungsprozess in körperlicher und seelischer Hinsicht sowie in sinnstiftender Richtung zu fördern. Als Leitfaden hierzu dient das Bewusstsein des Atems in seinem Rhythmus und Bewegungsraum sowie der Achtsamkeit. Mittels Atem- und körperorientierten Übungen sowie Atembehandlungen mittels Druck, Dehnung und Bewegung wird die Empfindungsfähigkeit, Selbstwahrnehmung und Differenzierungsfähigkeit gefördert. Dabei wird grosser Wert auf die Integration des Erfahrenen in den Alltag gelegt.

Kunsttherapie

Die Kunsttherapie, welche als Einzeltherapie angeboten wird, stärkt Ressourcen, fördert den nonverbalen Ausdruck und wirkt stabilisierend. Sie fördert mittels Malen, Zeichnen wie auch der Arbeit mit Ton oder als rezeptive Kunsttherapie (d.h. die Arbeit mit vorbestehenden Bildern) die Entwicklung von Selbstwert, Autonomie, Entscheidungsfähigkeit, Handlungs-/Sozialkompetenz, Kommunikation und Interaktion.

Fachliche Schwerpunkte

- Krankheitsverarbeitung und Unterstützung von Anpassungsleistungen im Rahmen der Erkrankung
- Emotionale Stabilisierung
- Aktivierung von Ressourcen und lösungsorientiertes Handeln
- Entspannung
- Dezentralisierung der Symptomatik (z.B. von Schmerzen) und dadurch eine neue Sichtweise/Fokussierung erarbeiten und erlangen
- Im Hier und Jetzt sein
- «Ins Tun kommen» und sich aktiv gestaltend, sich schöpferisch und gestaltend erleben
- Erarbeitung neuer Verhaltensmuster

Musiktherapie

Die Musiktherapie ist eine ressourcenorientierte, kommunikative und ausdrucksfördernde Therapieform. Sie wird in allen Bereichen (neurologische, kardiovaskuläre, pulmonale und muskuloskeletale Rehabilitation) vorwiegend als Ein-

zeltherapie eingesetzt. Die Musik und das Gespräch stehen als Arbeitsmittel im Zentrum.

Fachliche Schwerpunkte

- Krankheitsverarbeitung, emotionale Stabilisierung
- Sprach-, Sprech-, Stimmstörungen, auch in Doppelbehandlung mit Logopädie
- Singgruppe bei COPD
- Gangtraining in Doppelbehandlung mit Physiotherapie
- Parkinson: Gangtraining mit Musik, Stimmstärkung, Tanzen, auch in Doppelbehandlung mit Physiotherapie
- Koordinationsförderung und Konzentrationsförderung durch Instrumentalspiel
- Entspannung und Körperwahrnehmung, auch mit Liegemonochord oder Klangschalen (vibroakustisch)

Ernährungsberatung

Die Ernährungsberatung umfasst eine gezielte Beratung entsprechend dem Krankheitsbild und der Umsetzung von individuellen, ernährungstherapeutischen Massnahmen für eine bedarfsgerechte Ernährung. Das Ziel: Die Rehabilitation über die Ernährung optimal zu unterstützen.

Die Ernährungsberatung orientiert sich an der aktuellen, wissenschaftlichen Ernährungsmedizin. Die ernährungstherapeutischen Massnahmen richten sich nach dem individuellen Verlauf des Rehaaufenthaltes. Bei Austritt werden Lösungen zur Umsetzung der Ernährung zu Hause oder ein Übertritt in eine andere Institution besprochen und organisiert. Je nach Situation wird zusätzlich eine ambulante Weiterbetreuung organisiert.

Fachliche Schwerpunkte

- Probleme mit dem Schlucken oder Kauen z. B. nach einem Hirnschlag (Apoplexie) oder nach Bestrahlung von Tumoren im Mund-, Rachen- oder Halsbereich
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie z.B. nach Herzinfarkt (Myokardinfarkt)
- Erkrankungen der Lunge wie COPD (Chronisch obstruktive Pneumopathie) oder Tuberkulose
- Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes Mellitus
- Spezielle Ernährungshygiene nach einer frischen Organtransplantation

- Nahrungsmittelallergien/-intoleranzen
- Erkrankungen und Operationen im Magen-Darmtrakt wie z. B. bei Entfernung von Speiseröhre, Magen, Darm (Kurzdarmsymptomatik), Bauchspeicheldrüse, künstlichem Darmausgang
- Erkrankungen im Verdauungstrakt wie z. B. Durchfallerkrankungen, Zöliakie (Glutenunverträglichkeit).
- Akute und chronische Nierenerkrankungen, dialysebedürftige Nierenerkrankungen

Diabetesberatung

In der Diabetesberatung umfasst die Autonomie, Prävention oder Verzögerung von diabetischen Folgeerkrankungen sowie Vermittlung von Informationen, um die Sicherheit im Umgang mit Diabetes stärken.

Fachliche Schwerpunkte

- Grundkenntnisse des Stoffwechsels
- Metabolisches Syndrom
- Stoffwechselfbstkontrolle/Blutzucker-Messung
- Hypoglykämie/Hyperglykämie
- Insulintherapie/Injektion/Lipodystrophien
- Vorsorgeberatung (Diabetespass)
- Körperliche Aktivität/Sport
- Folgeerkrankungen/Verhalten bei Krankheit
- Reisen/Ferien/Fahrzeug lenken
- Ketoazidose (Übersäuerung)
- Repetitionsberatung

Sozialberatung

Unser Sozialdienst unterstützt Patientinnen und Patienten bei persönlichen und sozialen Problemen. Er hilft ihnen dabei, individuelle Lösungen zu finden, damit die Weiterversorgung nach dem Klinikaufenthalt gewährleistet ist.

Weitere Beratungen

- Seelsorge
- Beratung zum Umgang mit medizinischen Geräten/Systemen

Durch die stetige Weiterentwicklung werden die Behandlungsmöglichkeiten laufend dem Bedarf angepasst und können von diesen Ausführungen abweichen. Die Basis für den Behandlungsplan bildet das individuelle Krankheitsbild mit ärztlicher Diagnostik sowie therapeutischer Beratung.



Zürcher RehaZentren | Klinik Wald
Faltigbergstrasse 7
8636 Wald



Mikis Cecon
Bereichsleiter Therapien

☎ T +41 55 256 64 50
✉ mikis.cecon@zhreha.ch

Unser gemeinsames

Rehabilitationsziel

Wir unterstützen Menschen individuell und bestmöglich mit Fachwissen und Herzlichkeit beim Genesungsprozess zur Förderung eines selbstbestimmten Lebens mit Freude.

Neue Chancen schaffen