



Gesundwerden im Grünen

Indikationsgerechte Vorsorge und Rehabilitation
für Mutter und Kind: Psychosomatik, Gynäkologie,
Schwangerschaft



Herzlich willkommen!

Für viele Frauen steigt die andauernde und mehrfache Belastung durch Familie, Kindererziehung und Beruf ins Unerträgliche. Folgen sind körperliche und seelische Probleme, die zu unterschiedlichen Beschwerden führen – oft zu psychosomatischen Krankheiten, somatoformen Störungen oder zu gynäkologischen Erkrankungen. Das betrifft Mütter mit einem oder mehreren Kindern genauso wie schwangere Frauen. Auch Kinder sind häufig so stark unter Druck, dass sie Hilfe brauchen.

Solche Gesundheitsstörungen sind eine zusätzliche Belastung für Mütter und Kinder. Nicht selten wird dadurch die Beziehung gestört und eine ganze Familie zum Patienten. Dagegen hilft stationäre Vorsorge oder Rehabilitation in der Rehaklinik Waldfrieden. Nach einem ganzheitlichen, bio-psycho-sozialen Ansatz werden Sie hier von erfahrenen Fachleuten behandelt.

Frischer Schwung für den Patienten Familie: in Mutter-Kind-Maßnahmen finden Sie Hilfe bei gesundheitlichen Problemen, Ruhe, neue Kraft und Sie finden Perspektiven für die Zukunft.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung!



Stark für die Gesundheit



Der stationäre Aufenthalt in der Rehaklinik Waldfrieden dauert drei Wochen – gut gefüllt mit einem genau auf Sie zugeschnittenen Behandlungsprogramm. Auf Ihrem Therapieplan stehen Arzttermine, psychosoziale Gesprächskreise, Physiotherapie, Sport- und Bewegungstherapie, Entspannungsübungen und Gesundheitsschulung. Selbstverständlich gibt es Kreativangebote, Zeit für Gespräche und viel Ruhe.

Nach der gründlichen ärztlichen Eingangsuntersuchung wird dieser ganzheitliche Therapieplan mit indikationsspezifischen Angeboten zusammengestellt. Natürlich auch für Ihr Kind, wenn es ebenfalls Behandlung braucht. Außerdem gibt es für die Kinder altersgerechte Gruppen mit Spiel, Spaß und vielen Fördermöglichkeiten.

Wir prüfen, ob die Maßnahme auch anschlügt und passen den Therapieplan entsprechend an. Wenn die drei Wochen in der Rehaklinik Waldfrieden nicht ausreichen, ist eine Verlängerung der Maßnahme nach ärztlicher Prüfung möglich. Außerdem geben wir Ihnen Tipps für die Rückkehr in den Alltag und bereiten die ambulante Weiterversorgung oder den Kontakt zu Selbsthilfegruppen an Ihrem Wohnort vor.





Gynäkologische Reha

Das ist etwas ganz Besonderes: Die Rehaklinik Waldfrieden hat einen Versorgungsvertrag für Gynäkologie (zusätzlich zur psychischen und psychosomatischen Vorsorge und Rehabilitation). Viele spezielle Angebote – bei der Diagnose z.B. Ultraschall und Labor – helfen bei der Behandlung gynäkologischer Erkrankungen. In der Physiotherapie ist das z.B. spezielles Beckenbodentraining; in der Bewegungstherapie gibt es z.B. spezielle Angebote für Schwangere. Ein Gynäkologe leitet das Klinik-Team. Ein Schwerpunkt ist die Behandlung von Schwangeren (Fachkonzept siehe nächste Seite).



DIAGNOSTIK

- Ärztliche Anamnese und Untersuchung
- Organmedizinische Funktionsdiagnostik
- Ultraschall, CTG, Labor, EKG
- Beobachtung der Mutter-Kind-Interaktion
- Psychodiagnostik
- Sozialanamnese

THERAPIE

Im Rahmen eines ganzheitlichen Behandlungskonzepts und entsprechend den individuellen Bedürfnissen wird der Therapieplan aus diesen Elementen zusammengestellt:

- Medizinische Beratung und Untersuchung
- Medikamentöse Therapie
- Balneo-physikalische Maßnahmen
- Kneipp-Therapie
- Physiotherapie
- Psychosoziale Gesprächskreise
- Themenzentrierte Gruppen
- Entspannungsübungen
- Spielpädagogische Förderung
- Kinderpsychologische Erziehungsberatung
- Kunsttherapie



INDIKATIONEN

bei Müttern:

- Psychische und psychosomatische Störungen wie Somatisierungsstörungen (z.B. stress- oder konfliktbedingt)
- Anpassungsstörungen (z.B. Depressionen)
- Gynäkologische Erkrankungen
- Gefährdete Schwangerschaft
- Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Atemwegserkrankungen
- Hauterkrankungen

bei Kindern:

- Psychische und Verhaltensstörungen
- Atemwegserkrankungen
- Hauterkrankungen

GESUND ESSEN

Gesund und mit Genuss essen – nichts leichter als das. Natürlich steht ausgewogene, vollwertige Mischkost auf dem Speiseplan der Klinik. In der Ernährungsberatung bekommen Sie jede Menge Tipps und Anregungen. Selbstverständlich werden alle notwendigen Sonderkosten (lactosefrei, glutenfrei), Ernährung bei Allergie und Lebensmittelunverträglichkeit sowie kulturspezifische Essgewohnheiten berücksichtigt.

TEAM

- o Facharzt für Frauenheilkunde
 - o Fachärztin für Allgemeinmedizin
 - o Facharzt für Innere Medizin
 - o Psychologische Psychotherapeutin
 - o Diplom-Psychologinnen
 - o Gesundheits- und Krankenpflegerinnen
 - o Physiotherapeuten
 - o Sporttherapeutin
 - o Diätassistentin
 - o Diplom-Sozialpädagogin
 - o Erzieherinnen und Erzieher
 - o Kinderbetreuerinnen
 - o Kunsttherapeutin
- o Leitender Arzt: Dr. med. Volker Melchert
FA für Frauenheilkunde und Geburtshilfe



Die Fachkonzepte

In den Kliniken der Kur + Reha GmbH haben wir für viele Krankheiten spezielle Behandlungskonzepte entwickelt. Qualität und Ergebnisse dieser „indikationsgerechten Therapie“ aus genau aufeinander abgestimmten Elementen sind sehr gut.

In der Rehaklinik Waldfrieden arbeiten wir mit diesen Fachkonzepten:

Burn Out und Depression

Burn Out und Depression entstehen oft durch mehrere Faktoren, die sich ungünstig ergänzen: Lebenskrisen, berufliche oder familiäre Überforderung, zu hohe und zu lange andauernde Stressbelastung ohne ausreichende Regeneration, die fehlende berufliche oder private Anerkennung und/oder eine vererbte Anfälligkeit.

Im Rahmen der Therapie lernen die Betroffenen durch die Auseinandersetzung mit ihrer aktuellen Lebenssituation die eigene Problematik besser zu verstehen. Depressionsfördernde Einstellungen und Denkmuster werden gemeinsam mit den Patienten identifiziert und sinnvoll modifiziert.

Hintergrundprobleme werden beleuchtet und Lösungsmöglichkeiten erarbeitet. Das gemeinsame Ziel aller Angebote ist es, eine Stabilisierung der Betroffenen zu erreichen und Ihnen eine Bewältigung des Alltags mit den unterschiedlichen Herausforderungen in Beruf und Familie zu ermöglichen.

Gefährdete Schwangerschaft

Selbst wenn eine Schwangerschaft ohne Komplikationen verläuft, verändert sie die Situation in der Familie oft bis zur Krise. Das kann zu gesundheitlichen Belastungen führen, die einen Anspruch auf fachliche Hilfe begründen – erst recht, wenn eine

Schwangere unter Störungen oder Gefährdungen zu leiden hat.

Um die Perspektiven der werdenden Mutter und des Ungeborenen zu verbessern, wird ein Therapieplan erstellt, der die besondere Situation der Schwangeren einbezieht und spezielle Entspannungs-, Bewegungs- und physiotherapeutische Angebote enthält. Selbstverständlich gibt es in der Rehaklinik Waldfrieden einen Gynäkologen. Es wird alles getan, um den Stress zu mildern und den Frauen die Angst vor der Geburt und der Zeit danach zu nehmen.

Förderung der Eltern-Kind-Interaktion

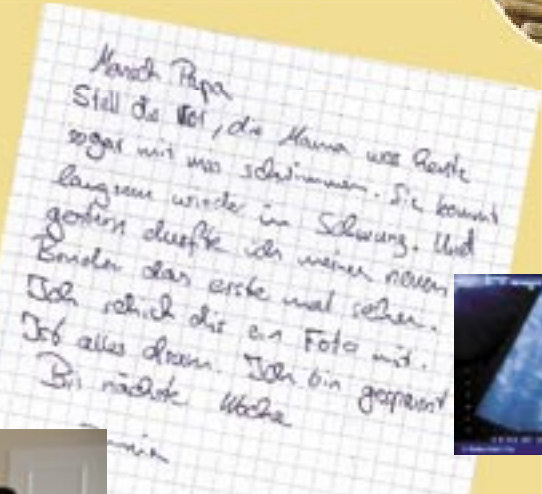
Wenn Eltern krank sind, dann ist die Beziehung zu den Kindern meist schlecht. Es kommt vermehrt zu Konflikten und Missverständnissen, die Interaktionsstörungen nach sich ziehen.

Die Therapie berücksichtigt die sozialen, psychischen und somatischen (körperlichen) Faktoren gesundheitlicher Beeinträchtigungen. Der "Patient Familie" wird in den Blick genommen. Die Eltern werden zunächst entlastet, um dann in Gruppen- und ggf. Einzeltherapie die Beziehung zu den Kindern zu analysieren und zu bearbeiten.

Das Ziel unserer vielfältigen Therapiebausteine ist ein emotional herzliches, zugewandtes Erziehungsklima mit festen und klaren Verhaltensregeln, Stärkung von Selbstvertrauen und positivem Selbstwertgefühl bei Müttern, Vätern und Kindern.

Sie finden die ausführlichen Konzepte unter www.kur.org. Gerne schicken wir sie Ihnen auch zu. **Anruf genügt: 0 800 2 23 23 73**

Volles Programm für die Kinder



- o **Kinderbetreuung** werktags min. 45 Stunden in der Woche
Kinder ab 3 Jahren können in den Kindergruppen zu Mittag essen

- o **Hausaufgabenbetreuung**
- o **Schulbesuch** in der Buckower Grundschule möglich (1. - 6. Klasse)
- o **Gruppenangebote:** Bewegung, Entspannungsübungen, Singen, Reiten, Besuche auf dem Bauernhof, Backen



Wenn eine Kostenzusage für ein behandlungsbedürftiges Krankheitsbild (Indikation) vorliegt, werden die Kinder nach einem individuellen, indikationsgerechten Therapieplan behandelt.

Weitere Angebote für Kinder: Bewegungsbad, neuer Erlebnis-Spielplatz, Freizeit- und Kreativangebote, z.B. Erwerb des Seepferdchens, Angelkurs, Fotoworkshop, Trommeln, GPS-Touren, Kunstwerkstatt, Holz-Workshop



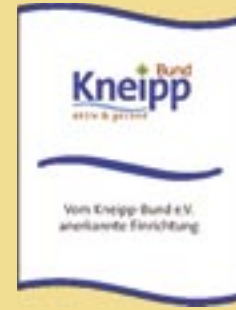
Aufnahmearter der Kinder: 0 - 12 Jahre
(bis 14 Jahre nach Absprache)

In der Märkischen Schweiz

Die Lage ist idyllisch: Auf einem herrlichen Seegrundstück am Buckow-See, in der Ortsmitte von Buckow, befindet sich die Rehaklinik Waldfrieden. Buckow liegt nur ca. 50 km östlich von Berlin entfernt im Naturpark Märkische Schweiz. Hier finden Sie Ruhe und Entspannung – in einer einzigartigen Landschaft!

Unzählige Seen in der Umgebung laden zu Ausflügen ein. Die Märkische Schweiz ist ein besonders reizvolles Revier für Wanderer – und das schon zu Theodor Fontanes Zeiten. Sanfte Hügel, prächtige Wälder... darüber wurde viel geschrieben. In Buckow kann man das Brecht-Weigel-Haus besichtigen, nicht weit ist es bis Strausberg.

Aktuelle Informationen gibt es kostenlos bei unserem Beratungsteam unter der Nummer **0800 2 23 23 73**.



Immer aktuell: Kneipp-Therapie

Die körpereigenen Abwehrkräfte nachhaltig stärken – bei der Kneipp-Therapie steht das im Mittelpunkt. Die Rehaklinik Waldfrieden bietet zusätzlich zu physiotherapeutischen Maßnahmen Kneipp'sche Anwendungen an. Und auch für die Kinder ist es nie zu früh, um mit dem Kneippen zu beginnen. Übrigens: Buckow ist der einzige staatlich anerkannte Kneippkurort in Brandenburg, die Klinik eine anerkannte Einrichtung!



Bequeme Anreise: von Berlin mit der Bahn in ca. 1 Stunde

Ruhe und Entspannung – natürlich mit Seeblick



Die Rehaklinik Waldfrieden hat großzügige Appartements für Mütter und Kinder sowie Einzelzimmer. Die Zimmer sind familienfreundlich eingerichtet (Dusche, WC, Telefon, TV). Zur Ausstattung gehören:

- o Schwimmbad
- o Sauna
- o Physiotherapieräumlichkeiten
- o Lehrküche
- o Kneipp-Einrichtungen
- o Bewegungs- und Sportraum
- o Atelier und Werkraum
- o Kaminzimmer
- o Aufenthaltsräume
- o Spielzimmer
- o Teeküchen
- o Kinderspielhaus „Murmelburg“
- o Kinderspielplatz, Kinderbetreuung
- o Sonnenterrasse
- o Liegewiese am See
- o Kräuterhütte
- o Waschmaschine, Trockner
- o Bibliothek
- o WLAN



druck.02 18

Rehaklinik
Waldfrieden
für Mutter + Kind

Werderstraße 36
15377 Buckow

Telefon 03 34 33/65 -0
Telefax 03 34 33/65 -213

Klinik.Waldfrieden@kur.org

IK-Nr. 511 201 005

Träger: Kur + Reha GmbH

Fragen zur Kur – Einfach anrufen!

Wenn Sie Fragen zur Kur haben oder Hilfe bei der Antragstellung benötigen: Rufen Sie einfach an!

Unsere Mitarbeiterinnen helfen Ihnen gerne weiter – kostenlos unter **0800 2 23 23 73**, Montag bis Freitag von 8 - 19 Uhr.

Übrigens: Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Kuren sind Pflichtleistungen der Krankenkassen.

Infos: www.klinikwaldfrieden.de

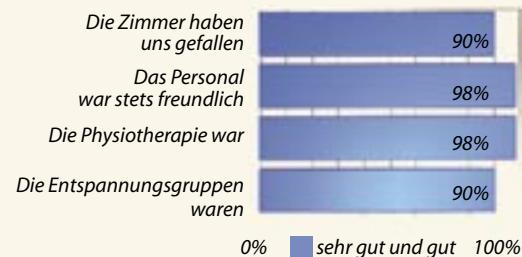
Die Rehaklinik Waldfrieden ist eine anerkannte Einrichtung der



Eilly Heuss-Knapp-Stiftung
Müttergenesungswerk

Bestnoten für die Rehaklinik Waldfrieden

Ihre Meinung ist uns wichtig: wir befragen unsere Patienten systematisch, ob sie mit der Klinik und den Leistungen zufrieden waren. Die Rehaklinik Waldfrieden bekommt dabei gute Noten in allen Bereichen. Hier einige repräsentative Ergebnisse aus den über 50 Fragen:



Zertifiziertes Qualitätsmanagement für Rehakliniken nach §20 Abs. 2a SGB IX