

Onko Reha

Sehr geehrte Teilnehmende, sehr geehrter Teilnehmender der Onkologischen Rehabilitation

Sie befinden sich in onkologischer Behandlung und wurden in Absprache mit der zuständigen Ärztin zur Rehabilitation bei uns in der Physiotherapie angemeldet. Wir freuen uns darauf, Sie in den nächsten Wochen zu betreuen.

Eine onkologische Diagnose stellt für Patienten und ihr Umfeld einen grossen Einschnitt dar. Die medikamentöse Therapie, allfällig notwendige Operationen und Bestrahlungen belasten den Körper und oft leidet man an Erschöpfung und Kraftlosigkeit. Eines unserer Rehabilitations-Ziele ist es, durch eine verbesserte Leistungsfähigkeit die Freude an der Bewegung zurück zu gewinnen und dabei Ihr Vertrauen in Ihren Körper wieder zu stärken.

Mit einer Mischung aus gut dosierten körperlichen Trainings- und Entspannungsübungen versuchen wir in 2 Therapieeinheiten à ca. 45. Minuten pro Woche, dieses Ziel zu erreichen.

Hier nun einige organisatorische Informationen:

Erster Therapietag

In einer ersten Sitzung werden in einem Einzelgespräch Ihre Beschwerden erfasst und die Therapie geplant. Allenfalls kann es neben den 2 Trainingseinheiten pro Woche nötig sein, dass Sie zusätzlich in einer Einzelphysiotherapie behandelt werden.

In Absprache mit Frau Dr. Zeidler haben Sie zu diesem Zeitpunkt bereits einen Leistungstest in der Kardiologie absolviert oder sind dafür angemeldet.

Gruppeneinteilung

Die Rehabilitation kann jederzeit gestartet werden. Je nach Anzahl Patienten führen wir 1-2 Gruppen à maximal 8 Personen.

Material und Bekleidung

Für die **Gymnastik** und das Training auf dem **Fahrradergometer** benutzen Sie bitte Trainer- oder Turnhosen sowie Turnschuhe. Zur Schonung des Hallenbodens bitten wir Sie höflich, nur sauberes Schuhwerk, auf keinen Fall Schuhe mit schwarzen Sohlen zu verwenden.

Die **Wassertherapie** absolvieren Sie selbstverständlich mit Badehose/Badekleid. Eine Badekappe ist hingegen nicht notwendig, Badeschuhe jedoch wünschenswert. Wir bitten um Verständnis, dass Patienten mit Pilzinfektionen, Inkontinenz und offenen Wunden nicht an dieser Therapieform teilnehmen können.

Für alle Trainings ist es wichtig, dass Sie Ihre eigene Trinkflasche mitbringen. Ebenfalls Zwischenverpflegungen sollten selber mitgenommen werden.

Wichtiges

Wir bitten Sie, sich bei Verhinderung im Sekretariat der Physiotherapie Stans (Direktwahl 041 618 17 40) abzumelden.

Die Rehabilitation dauert in der Regel 12 Wochen. Bei Interesse, Kapazität der Gruppe und in Absprache mit Frau Dr. Zeidler, besteht die Möglichkeit, die Rehabilitation zu verlängern (ist auch abhängig von der Kostengutsprache der Krankenkasse).

Bei Unwohlsein melden Sie sich bitte unbedingt vor dem Programmstart beim jeweiligen Leiter der Trainingseinheit.

Es ist uns ein Anliegen, allfällige fachliche oder auch organisatorische Fragen möglichst schnell zu klären, zögern Sie also nicht, uns zu kontaktieren.

Das Rehabilitationsteam

Ärzte	Physiotherapie
Dr. med. Kristin Zeidler Onkologin Kantonsspital Nidwalden	Valerie Tschui Organisatorische Leitung Physiotherapeutin FH Kantonsspital Nidwalden
Dr. med. Thomas Schefer Kardiologe Kantonsspital Nidwalden	Adriano Botticelli Physiotherapeut FH Kantonsspital Nidwalden
	Karin Haas Physiotherapeutin FH Kantonsspital Nidwalden

Informationen und Sekretariat

Weitere Informationen erhalten Sie über das Sekretariat Physiotherapie, Kantonsspital Nidwalden

Telefon: 041 / 618 17 40 oder Mail: physiotherapie@ksnw.ch.

Bitte vereinbaren Sie ein individuelles Erstgespräch direkt mit der Physiotherapie.

Wir wünschen Ihnen einen guten Start in unserem Programm und eine erfolgreiche Rehabilitation!

Ihr Rehabilitationsteam