

Ambulante muskuloskeletale Rehabilitation

Und jetzt schnell wieder fit werden!



REHA VITAL

Willkommen bei REHAVITAL

Wir sind sicher, dass Sie sich bei uns wohl fühlen werden

Vor mehr als 20 Jahren gegründet, zählt REHAVITAL heute in Rheinhessen zu den großen Zentren für ambulante Rehabilitation, physikalische Therapie, medizinische Trainingstherapie sowie Physiotherapie und Ergotherapie.

Tradition

Inzwischen blickt REHAVITAL auf über 40 Jahre Familientradition im Dienste der Gesundheit zurück. 1969 von Friedel Nichtern in Heidesheim als ›Massagepraxis Heidesheim‹ gegründet, zog man bereits 10 Jahre später in eigene Räume und wurde zum ›Heidesheimer Sauna-, Bäder- und Massageinstitut‹. 1990 ist Sohn Thomas Nichtern in den väterlichen Praxis-

betrieb eingetreten. Auf Grund seiner fachlichen Qualifikation konnte das Angebot um Krankengymnastik erweitert werden.

Ein Jahr später erhielt die Praxis die Zulassung als ›Ambulantes Rehazentrum‹ und firmierte um in ›REHAVITAL – Ambulantes Rehazentrum‹.

1992 ist Friedel Nichtern in den Ruhestand getreten und Sohn Thomas übernahm die Praxis.

Schon damals begannen die Planungen für ein größeres ambulantes Rehazentrum, welche 2012 mit dem Bezug der über 2.500 qm großen Praxisflächen am zweiten Standort in Ingelheim am Rhein zum vorläufigen Abschluss kamen.

Erfahrung

Nach einer erfolgreichen Ausbildung zum Masseur und medizinischen Bademeister hat sich Thomas Nichtern am Klinikum der Universität Mainz zum Krankengymnasten weiter qualifiziert.

In der heutigen ›Universitätsmedizin Mainz‹ und dem heutigen ›Katholischen Klinikum Mainz‹ konnte Thomas Nichtern im Anschluss verschiedenste Disziplinen durchlaufen, um ein breites Erfahrungsspektrum zu sammeln.

Dieser Erfahrungsschatz bildet die Grundlage für den heute bei REHAVITAL praktizierten, ganzheitlichen Ansatz in der Therapie, der den Patienten und Kunden von REHAVITAL zu Gute kommt.

Philosophie

Die größte Motivation, sich selbständig zu machen, bestand für Thomas Nichtern darin, seine eigenen Vorstellungen des ›Team-Spirit‹ in die Realität umsetzen zu können.

Das Umfeld zu schaffen, in dem Mitarbeiter sich wohl fühlen und einen freundschaftlich-kollegialen Umgang miteinander pflegen, ist eines seiner Ziele.

Die Teammitglieder müssen sich gegenseitig ergänzen und unterstützen und – wenn es darauf ankommt – füreinander da sein.

Dies sorgt für eine Ausgeglichenheit bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, was sich – ganz gleich ob in der Therapie oder im Kun-

denservice – unmittelbar auch auf das Wohlbefinden der Patienten und Kunden von REHAVITAL auswirkt.

Die Qualität der Behandlung wird deutlich verbessert und die Erfolgschancen im Heilungsprozess können so zusätzlich gesteigert werden.

Wir sind sicher, Sie davon überzeugen zu können, dass Sie sich hier bei REHAVITAL wohl fühlen werden!

Herzlichst Ihr

Thomas Nichtern

Geschäftsführender
Gesellschafter der REHAVITAL
GmbH & Co.KG



The logo for REHA VITAL. It features the word "REHA" in a light grey, sans-serif font, followed by "VITAL" in a bold, dark grey, sans-serif font. A thin, light grey arc is positioned above the "V" in "VITAL".



Der Anfang ist die Hälfte des Ganzen

(Aristoteles)

Ambulante Rehabilitation bei REHAVITAL

Leichter wieder fit werden im gewohnten Umfeld

Bei der ganztägigen, ambulanten Rehabilitation halten Sie sich tagsüber bei uns im Rehabilitationszentrum REHAVITAL im Herzen der Rotweinstadt Ingelheim auf und kehren abends wieder nach Hause zurück. So haben Sie – im Gegensatz zur stationären Rehabilitation in einer Klinik – die Möglichkeit, sich nach einem Behandlungs- oder Therapietag zuhause in gewohnter Umgebung zu entspannen, zugleich aber auch Erlerntes sofort im Alltag umzusetzen. So werden Sie schnell wieder fit für Alltag und Beruf.

Ganzheitliche Therapie

Das speziell für die ambulante Rehabilitation ausgebildete Team

gewährleistet eine umfassende, ganzheitliche Rehabilitation – entsprechend dem so genannten „Bio-psycho-sozialen Modell“.

Modernste Technik

Modernste technische Ausstattung und erfahrenes Personal sorgen für eine optimale medizinische Diagnostik und eine qualitativ hochwertige, medizinisch-therapeutische Rehabilitation.

Atmosphäre & Ambiente

Das moderne Ambiente und die angenehme Atmosphäre in den großzügigen und hellen Räumlichkeiten sorgen dafür, dass Sie sich wohl fühlen. Denn wer sich wohlfühlt, wird leichter wieder gesund.

Perfekter Service

Abgerundet wird das Angebot von REHAVITAL durch perfekt organisierten Service, wie z.B. Fahrdienst, Lehrküche, Seminare oder Beratungsleistungen.

Einbeziehung von Angehörigen

Im Bedarfsfall können Angehörige in die Therapie eingebunden werden, um die Wirksamkeit der Rehabilitationsmaßnahme unter Umständen zu verbessern.

Beratung & Information

Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig vor einer geplanten Operation einen Termin mit uns, damit wir Ihnen REHAVITAL zeigen und Ihre Fragen beantworten können.

The logo for REHA VITAL features a stylized grey arch above the text. The word "REHA" is in a light grey, sans-serif font, and "VITAL" is in a bold, dark grey, sans-serif font.



Wer sichere Schritte tun will, muss sie langsam tun
(J.W. von Goethe)

Ambulant oder stationär, AHB oder HV?

Voraussetzungen, Arten und Dauer der ambulanten Rehabilitation

Um die ambulante Rehabilitation bei REHAVITAL in Anspruch nehmen zu können, müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein:

Wohnortnähe, Versorgung und Mobilität

Sie müssen REHAVITAL von Ihrem Wohnort aus in einer zumutbaren Zeit (max. ca. 45 Minuten) erreichen können, Ihre häusliche Versorgung muss gesichert sein und Sie sollten über eine ausreichende körperliche Mobilität verfügen.

Muskuloskeletäre Erkrankung

Dazu zählen Erkrankungen oder Beeinträchtigungen des gesamten Bewegungsapparates, wie beispielsweise

- degenerative Erkrankungen (Arthrose, Bandscheibenveränderungen)
- komplexe Gelenkverletzungen oder Frakturen
- nach Gelenkersatz (Hüfte, Knie o.a.)
- nach operativen Eingriffen an der Wirbelsäule
- chronische Schmerzzustände des gesamten muskuloskeletalen Systems

AHB oder HV?

Man unterscheidet zwei Arten von Rehabilitationsmaßnahmen:

Die so genannte **Anschlussheilbehandlung (AHB)** erhalten Sie nach einer stationären Krankenhausbe-

handlung. Sie wird mit Hilfe des Sozialdienstes des Krankenhauses eingeleitet und beantragt.

Das **Heilverfahren (HV)** hingegen erfolgt ohne Vorbehandlung im Krankenhaus und wird durch den behandelnden Arzt beantragt. Die entsprechenden Formulare erhalten Sie bei der Krankenkasse oder der gesetzlichen Rentenversicherung.

Im Falle einer ambulanten Rehabilitation werden in der Regel 15 Therapieeinheiten durch den Leistungsträger (z.B. die Krankenkasse) bewilligt. In medizinisch begründeten Fällen kann eine Verlängerung der Maßnahme erfolgen.



Das Rundum-Sorglos-Paket

REHAVITAL bietet Ihnen ein umfangreiches Leistungsangebot

Das Reha-Team bei REHAVITAL besteht aus Orthopäden, Physio- und Sporttherapeuten, Masseuren, Psychologen, Diätassistenten, Sozialarbeitern, Ergotherapeuten und Krankenschwestern. Mit diesem Fachpersonal deckt REHAVITAL das für die ambulante Rehabilitation erforderliche Therapie- und Beratungsspektrum ab:

Fachärztliche Betreuung

Das Fachärzteteam betreut Sie auch nach der obligatorischen Eingangsuntersuchung. Durch den ständigen Austausch zwischen Fachärzten und Therapeuten ist sicher gestellt, dass während der Rehabilitation auf aktuelle Situationen reagiert werden kann.

Therapie

Kern der Rehabilitation sind therapeutische Maßnahmen. Dazu zählen im Wesentlichen:

- Physiotherapie
- Medizinisches Gerätetraining
- Bewegungsbad
- Elektrotherapie
- Massage
- Manuelle Lymphdrainage
- Entspannungstherapie
- Ergotherapie

Beratung & Information

Ein weiterer, wichtiger Bestandteil der Rehabilitation sind begleitende Beratungs- und Informationsangebote. Auch hier steht Ihnen bei REHAVITAL ein speziell geschultes

Spezialisten-Team zur Verfügung, das folgende Bereiche abdeckt:

- Ernährungsberatung mit Lehrküche
- Psychologische Beratung
- Gesundheitsseminare
- Sozialberatung

Service

Das vielseitige Leistungsangebot bei REHAVITAL schließt außerdem ein Mittagstisch-Angebot ein, das nach Vorgabe der Diät-Assistentin durch einen Caterer zusammengestellt wird. Medizinisch notwendige Besonderheiten bei der Zubereitung (z.B. Diabetes) werden berücksichtigt. Schließlich halten wir einen Fahrdienst vor, der die An- und Abreise für Sie organisiert.

The logo for REHA VITAL features the word "REHA" in a light grey, sans-serif font, followed by "VITAL" in a bold, dark grey, sans-serif font. A thin, light grey arc curves over the top of the letters "H" and "A" in "REHA".



*Aus Steinen, die in den Weg gelegt werden,
kann man auch etwas schönes bauen*
(J.W. von Goethe)

Langfristiger Erfolg durch Nachsorge

Die intensive Nachsorge sichert den Erfolg der Rehabilitation nachhaltig

IRENA und MERENA sind zwei, von der Rentenversicherung aufgelegte Programme zur intensivierten Rehabilitationsnachsorge nach einer ambulanten oder stationären Rehabilitation.

Die Programme dienen der Festigung und Stabilisierung des bereits erreichten Rehabilitationserfolges.

Voraussetzungen

Für die Teilnahme benötigen Sie eine Verordnung durch die Ärzte, die Sie während der vorangegangenen Reha-Maßnahme betreut haben. Außerdem müssen Sie REHAVITAL selbständig erreichen können.

Das Programm

Das Nachsorge-Programm findet an ein bis drei Therapietagen pro Woche statt. Insgesamt können bis zu 24 Therapietage innerhalb von sechs Monaten in Anspruch genommen werden. Je Tag dauern die Therapien eineinhalb bis zwei Stunden.

Zeitpunkt der Nachsorge

Die Nachsorge sollte zügig nach Abschluss der Rehabilitation beginnen, um die Rehabilitationsergebnisse weiter zu stabilisieren. Sie muss allerdings spätestens drei Monate nach Abschluss der Rehabilitation begonnen werden.

Ablauf der Programme

Nach dem Aufnahmegespräch mit dem Facharzt beginnen Sie ihr Nachsorge-Programm.

Schwerpunkte hierbei sind neben der medizinischen Trainingstherapie (MTT) auch Übungen im Bewegungsbad sowie Gruppengymnastik. Hinzu kommen können indikationsspezifisch Gruppentherapien, z.B. zur Erweiterung der Entspannungskompetenz und ggf. ergotherapeutische Kleingruppenbehandlungen.

Fahrtkosten

Am Ende der Maßnahme erhalten Sie pro Behandlungstag einen Fahrtkostenzuschuss.

Ingelheim am Rhein – die Rotweinstadt

Große Geschichte – Moderner Auftritt



Zentral im Landkreis Mainz-Bingen und damit am westlichen Rand des Rhein-Main-Gebietes gelegen ist die Rotweinstadt Ingelheim aus Richtung Mainz, Bingen, Bad Kreuznach und Alzey, aber auch aus dem Rheingau oder aus Wiesbaden schnell erreichbar. Über die Autobahn A60 oder mit Bahn und Bus. Ingelheim verfügt über zwei BAB-Anschlussstellen und einen Bahnhof – in unmittelbarer Nähe zu REHAVITAL.

Ingelheim bietet neben der guten Infrastruktur auch ein großes Kulturangebot. Das macht den Aufenthalt sowohl für Patienten, aber auch die begleitenden Angehörigen lukrativ und kurzweilig.

Bummeln & Shoppen

Das neu entstandene Stadtzentrum mit Stadtplatz liegt in fußläufiger Nähe. Das Einkaufszentrum ›Neue Mitte‹ und viele kleinere Geschäfte laden zum Shoppen ein.

Geschichte erleben

An vielen Stellen in Ingelheim ist Geschichte gegenwärtig: von den alten Römern über die Zeit des Karl dem Großen bis zur französischen Besatzung unter Napoleon.

Wein genießen

Ingelheim ist von Weinbergen umgeben. Hier wachsen edle Weine, die in einem der unzähligen Weingüter verkostet und gekauft werden können.

* Mit freundlicher Genehmigung durch Pro Ingelheim e.V., Fotografie: Helga Eckert, Ingelheim

Großzügigkeit & Vielfalt

REHAVITAL Ingelheim bietet auf drei Etagen ein breites Leistungsspektrum

Auf rund 2.500 qm Praxisfläche bietet REHAVITAL in Ingelheim in großzügig gestalteten Räumen neben der ambulanten Rehabilitation auch das komplette Spektrum der physikalischen Therapie, der medizinischen Trainingstherapie, sowie der Physiotherapie und der Ergotherapie.

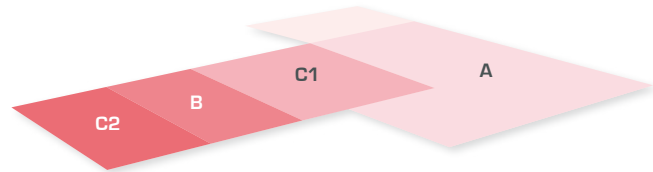
Das moderne und angenehme Ambiente hilft Ihnen, sich wohlzufühlen – wichtige Voraussetzung für einen schnellen Heilungserfolg.

Überzeugen Sie sich selbst!

Die ambulante Rehabilitation bei REHAVITAL steht der stationären Rehabilitation in nichts nach, weder beim Leistungsangebot noch beim Service und Komfort.

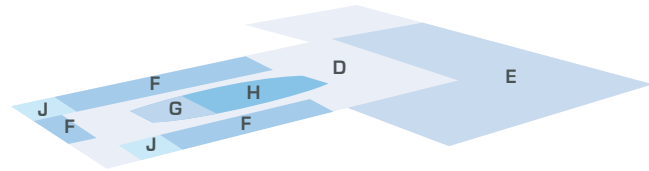
3. OG

Ärztzentrum | Diagnostik [A]
Osteopathie [B]
Privatzentrum [C]
• Training [C1]
• Therapie [B]
• Anmeldung | Umkleiden [C2]



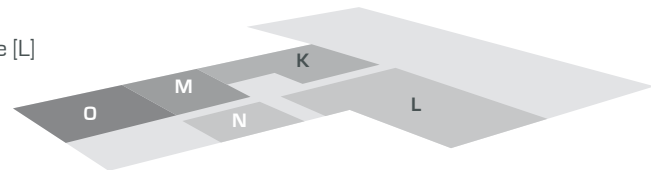
2. OG

Infotheke [D]
Trainingszentrum [E]
Therapie [F]
Ergotherapie [G]
Seminarräume [H]
Fachberatung [J]



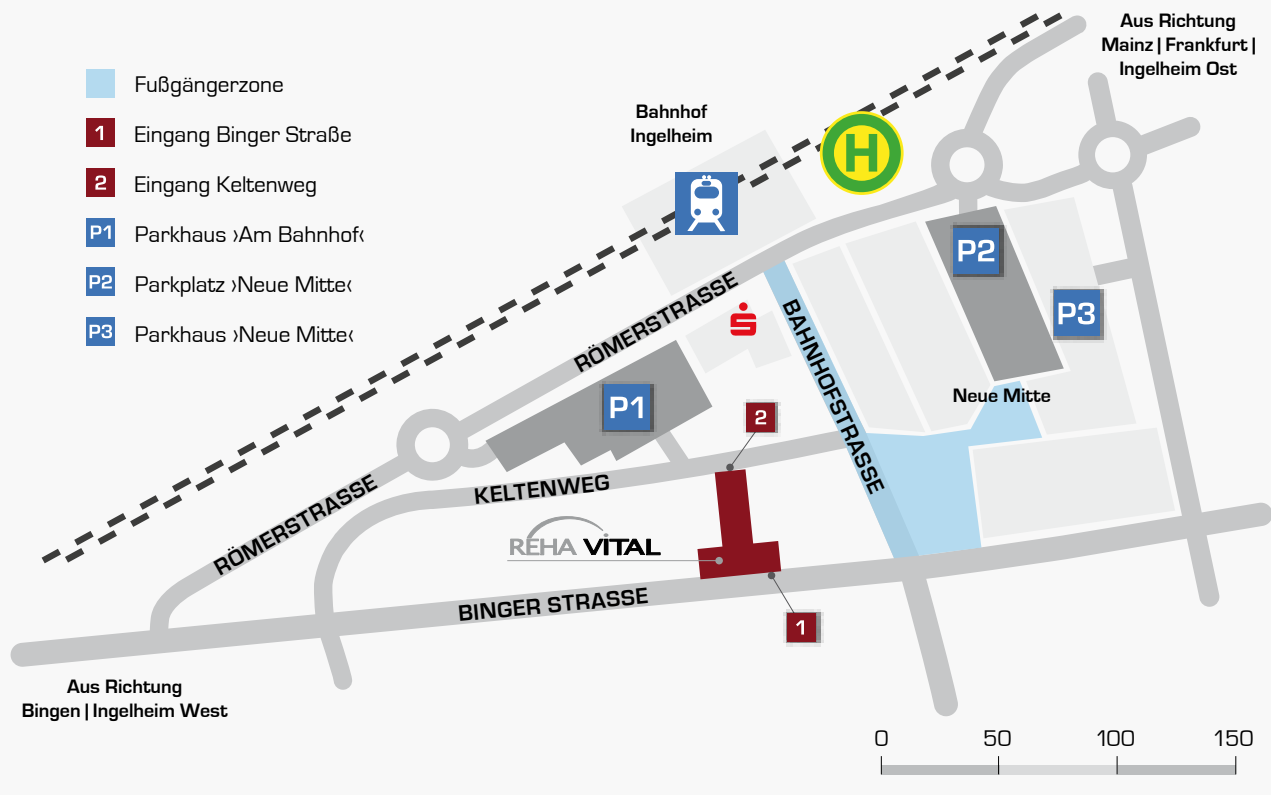
1. OG

Anmeldung [K]
Restaurant | Lehrküche [L]
Umkleiden [M]
Ruheraum [N]
Bewegungsbad [O]



REHA VITAL

- Fußgängerzone
- 1 Eingang Binger Straße
- 2 Eingang Keltenweg
- P1 Parkhaus »Am Bahnhof«
- P2 Parkplatz »Neue Mitte«
- P3 Parkhaus »Neue Mitte«



So finden Sie uns!

Anfahrtswege, Parkmöglichkeiten, Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel

Ingelheim ist zentral im Landkreis Mainz-Bingen gelegen und aus ganz Rheinhessen sowie aus dem westlichen Rhein-Main-Gebiet innerhalb der für eine ambulante Rehabilitation erforderlichen 45 Minuten erreichbar. In Ingelheim selbst liegt REHAVITAL mitten im neu gestalteten Zentrum und ist damit problemlos erreichbar.

Mit dem PKW aus Richtung Wiesbaden/Mainz

Über die Autobahn A60 Richtung Koblenz/Bingen, **Ausfahrt Ingelheim Ost**. Hier zunächst links, dann wieder rechts abbiegen in Richtung Ingelheim. Anschließend der Beschilderung Richtung Zentrum/Bahnhof folgen.

Mit dem PKW aus Richtung Alzey/Bingen

Über die Autobahn A60 Richtung Mainz, **Ausfahrt Ingelheim West**. Hier links abbiegen Richtung Gau-Algesheim. An der nächsten Ampel links (McDonalds), dann den Wegweisern Richtung Zentrum/Bahnhof folgen.

Parkmöglichkeiten in der Nähe

In unmittelbarer Nähe befinden sich zahlreiche Parkmöglichkeiten, von denen Sie REHAVITAL bequem in wenigen Schritten erreichen.

Die Parkgebühren in Ingelheim sind sehr moderat. Dadurch halten sich die Ausgaben selbst für ganztätiges Parken in Grenzen.

- Parkhaus »Am Bahnhof«, Einfahrt Römerstraße, von dort zu Fuß über den Eingang »Keltenweg«
- Parkplatz oder Parkhaus »Neue Mitte«, (ca. 100 m entfernt), von dort über die Fußgängerzone zum Eingang »Binger Straße«
- Kurzzeitparkplätze »Keltenweg«, von dort über den Eingang »Keltenweg«.

Anfahrt mit Bus oder Bahn

Bahnhof und Busbahnhof sind ca. 100 m von REHAVITAL entfernt und über die Fußgängerzone in wenigen Minuten erreichbar.

The logo for REHA VITAL features a stylized grey arch above the text. 'REHA' is in a light grey sans-serif font, and 'VITAL' is in a bold, dark grey sans-serif font.

REHA VITAL

**Rehavital
GmbH & Co. KG**

Binger Str. 96-98
55218 Ingelheim am Rhein

Fon 06132 - 9520050

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
7:30 bis 20:00 Uhr

info@rehavital-online.de
www.rehavital-online.de

