

# Meine Reha

Informationsbroschüre  
für Ihren Aufenthalt



Versione italiana e inglese /  
italian and english version

**suva**



**rehaklinik  
bellikon**

Der Name für Unfallreha



Wir sind die  
Spezialisten  
für medizinische  
Rehabilitation  
und Integration  
von verunfallten  
Menschen.

Wir setzen  
Standards.



# Liebe Patientin, lieber Patient

Herzlich willkommen in der Rehaklinik Bellikon.

Wir sind eine Spezialklinik mit über 50 Jahren Erfahrung in der Unfallrehabilitation. Diese Kompetenzen nutzen wir seit mehreren Jahren auch in der Rehabilitation spezifischer Krankheiten. Unsere auf Sie abgestimmte Behandlung unterstützt Sie dabei, wieder in den Alltag und das Berufsleben zurückzufinden.

Als Mensch sind Sie unser Gast. Deshalb setzen wir uns täglich dafür ein, dass Sie sich bei uns wohlfühlen. Diese Broschüre hilft Ihnen, sich in unserer Klinik zurecht zu finden. Wenn Sie medizinische Fragen oder Anliegen haben, wenden Sie sich an Ihr Betreuungsteam. Für alle anderen Informationen hilft Ihnen unser Empfang gerne weiter.

Wir wünschen Ihnen einen erfolgreichen und möglichst angenehmen Aufenthalt bei uns.

Ihre Rehaklinik Bellikon

«Schritt für Schritt  
ins eigene Leben  
zurückfinden:  
In der Rehaklinik  
Bellikon lernte ich  
die Grundlagen  
dazu.»

**Roger Bolliger,**  
ehem. Patient



# Inhalt

- 08 Ihr Aufenthalt im Akutspital**  
Was bedeutet Rehabilitation?
- 09 Eintritt in die Rehaklinik**  
Anreise  
Gepäck, Zimmer
- 11 Alltag in der Rehaklinik**  
Leistungsangebote  
Betreuung  
Die Fragen Ihrer Angehörigen  
Besuch  
Mahlzeiten  
Ihr Therapieprogramm  
Beispiel für einen Therapieplan  
Freizeit
- 20 Austritt aus der Rehaklinik**
- 22 Allgemeine Informationen**  
Umgang mit Suchtmitteln  
Geld, Post, Einkaufen  
Multimedia und Telefonie
- 24 Behandlungsangebot**
- 25 Für die Zukunft gerüstet**

Für eine bessere Lesbarkeit verwenden wir in dieser Broschüre die männliche Form. Sinngemäss sind aber immer Personen allen Geschlechts gemeint.

Ihr Aufenthalt  
im Akutspital

Eintritt  
in die  
Rehaklinik

Alltag  
in der  
Rehaklinik

Austritt  
aus der  
Rehaklinik

Allgemeine  
Informationen

Behandlungs-  
angebot

## Was bedeutet Rehabilitation?

Wenn Sie nach einem Unfall oder einer Krankheit noch nicht in der Lage sind, Ihr gewohntes Leben wieder führen zu können, sind wir für Sie da. In der Rehaklinik Bellikon begleiten wir Sie Schritt für Schritt zurück in Ihr Leben und wenn möglich zurück in den Arbeitsprozess. Rehabilitation bedeutet Wiederbefähigung.

### Was ist Ihr Rehabilitationsziel?

Nach Ihrem Eintritt in unsere Klinik beginnt für Sie eine neue Phase im Heilungsprozess. Dazu erhebt Ihr Rehabilitationsteam am Anfang Ihre aktuelle Situation. Darauf aufbauend wird ein Behandlungsplan erstellt und erste Ziele mit Ihnen besprochen. Im Verlauf Ihrer Behandlung erarbeiten wir mit Ihnen das Rehabilitationsziel, um darauf Ihre Therapien abstimmen zu können. Ihr Team, bestehend aus Ärzten, spezialisierten Therapeuten und Pflegepersonen, unterstützt Sie tatkräftig dabei, Ihr bestmögliches Reha-Ziel Schritt für Schritt zu erreichen.

Ein Unfall oder eine Krankheit kann auch psychische Folgen hinterlassen. In der Rehaklinik Bellikon wird diesem Aspekt Rechnung getragen. Ein Team von Psychiatern und Psychotherapeuten hilft Ihnen bei der Verarbeitung.

### Wie lange dauert die Rehabilitation?

Die Dauer Ihres Aufenthalts orientiert sich an der Art und Schwere Ihrer Diagnose. Unsere Erfahrung zeigt, dass die Rehabilitation bei uns meist mehrere Wochen beansprucht. Das Behandlungsteam bespricht und plant mit Ihnen die verschiedenen Etappen regelmässig.

### Rehabilitation in allen Phasen

Auf unserer Station für Frührehabilitation versorgen wir auch Patienten, die nach der Erstversorgung im Akutspital noch eine vertiefte Überwachung brauchen. Sobald sie stabil genug sind, findet die weitere Rehabilitation auf einer unserer sechs Bettenstationen statt.

## Eintritt in die Rehaklinik

Wenn Sie mobil genug sind, melden Sie sich bitte an Ihrem Eintrittstag zur angegebenen Zeit bei der Patientenadministration im Eingangsbereich. Dort werden Sie begrüßt und administrativ in die Klinik aufgenommen. Danach können Sie Ihr Zimmer beziehen. Im weiteren Verlauf des ersten Tages finden Gespräche und Untersuchungen statt. Bei der Eintrittsvisite besprechen Sie mit dem Behandlungsteam

die ersten Schritte Ihrer Reha bei uns. Am Abend erhalten Sie Ihren ersten personalisierten Therapieplan.

In den folgenden Tagen werden weitere auf Sie abgestimmte Abklärungen und Untersuchungen durchgeführt. Darauf basierend wird Ihr individueller Therapieplan erstellt.

Jeder Tag  
bringt neue  
Erfolgsenerlebnisse





## Anreise

### Adresse

Rehaklinik Bellikon  
Mutschellenstrasse 2  
CH-5454 Bellikon AG  
Telefon +41 (0)56 485 51 11  
Telefax +41 (0)56 485 54 44  
info@rehabellikon.ch  
www.rehabellikon.ch

### Anfahrt mit dem öffentlichen Verkehr

Bellikon ist mit dem öffentlichen Verkehr aus dem Raum Baden, Aarau-Olten, dem Fricktal, dem unteren Aaretal sowie aus den Regionen Zürich-Winterthur und Zug innerhalb von 30 bis 70 Minuten erreichbar. Wir empfehlen Ihnen, mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen, da die Parkplätze begrenzt sind.

Ab Baden: mit Postauto bis Bellikon  
Ab Dietikon oder Wohlen/Bremgarten: mit S 17 bis Berikon-Widen, Postauto bis Bellikon  
Ab Zürich Wiedikon/Birmensdorf: mit Postauto bis Berikon-Widen, Postauto bis Bellikon  
Ab Mellingen Heitersberg: mit Postauto bis Bellikon

Die Postautohaltestellen «Bellikon Dorf» und «Bellikon Rehaklinik» befinden sich unmittelbar vor der Klinik.

### Parkmöglichkeiten mit dem Auto

Unser Parkhaus (mit Parkebenen P1 und P2) erreichen Sie von der Küntenerstrasse aus. Die Parkplätze sind gebührenpflichtig, und die Anzahl ist begrenzt. Die Tagespauschale beträgt CHF 20.–, für vergünstigtes Langzeit-Parken dürfen Sie sich am Empfang informieren. Für Patienten mit Zusatzversicherung Privat ist ein kostenloser Parkplatz im stationären Aufenthalt inbegriffen. Bitte berücksichtigen Sie, dass diese kostenlose Leistung nicht auf eine andere Person übertragen werden kann.

Ihr Elektro-Auto können Sie bei uns auf den entsprechenden Parkplätzen auf den Parkebenen laden.

## Gepäck

Ihr Aufenthalt in der Rehaklinik kann mehrere Wochen dauern. Im hinteren Teil dieser Broschüre finden Sie eine Checkliste mit Empfehlungen, was für den Klinikaufenthalt notwendig ist. Beachten Sie jedoch, dass der Platz in den Zimmern beschränkt ist.

Bett- und Frotteewäsche stellt Ihnen die Klinik zur Verfügung.

### Wäsche

Für das Waschen Ihrer privaten Kleidung und Wäsche sind Sie selbst verantwortlich. Auf den Bettenstationen hat es Waschmaschinen und Tumbler, die Sie nach 16 Uhr oder tagsüber nach Absprache mit dem Pflegepersonal kostenfrei nutzen können (Waschmittel selbst mitbringen oder in der Cafeteria kaufen). Für Zusatzversicherte bieten wir einen Wäscheservice an. Bitte fragen Sie den Roomservice nach der Preisliste.

## Zimmer

Während Ihres Aufenthalts in der Rehaklinik Bellikon wohnen Sie in einem modernen Ein-, Zwei- oder Dreibettzimmer. Bei der Bettenplanung nehmen wir Rücksicht auf die Art Ihrer Einschränkungen sowie auf Ihren Versicherungsstatus (allgemein, halbprivat oder privat). Anspruch auf ein Einzelzimmer haben ausschliesslich Patienten mit dem Versicherungsstatus Privat.

Sie erhalten einen Badge, mit dem sich Ihr Zimmer und Ihren Kleiderschrank sowie die Garderobekästchen im Therapiebereich öffnen und schliessen lassen. Abhängig von Ihrem Zimmer/Bettenstation haben Sie im Erdgeschoss beim Empfang ein persönliches Postfach, das sich mit Ihrem Badge öffnen lässt.

## Leistungsangebote

Die detaillierten Leistungen für allgemein, halbprivat oder privat Versicherte finden Sie auf unserer Internetseite unter [www.rehabellikon.ch/anmeldung](http://www.rehabellikon.ch/anmeldung)

## Betreuung

Falls Sie Fragen zu Ihrem Klinikaufenthalt haben, helfen wir Ihnen gerne weiter. Sie können sich jederzeit an das Pflegepersonal, die Therapeuten, den Roomservice oder das Empfangspersonal wenden. Weitere Informationen finden Sie auch auf der Website: [www.rehabellikon.ch](http://www.rehabellikon.ch)

Wir bieten Ihnen eine interkulturelle und konfessionsübergreifende Seelsorge an. Wenn Sie das Angebot nutzen möchten, wenden Sie bitte an eine für Sie zuständige Mitarbeitende aus dem Behandlungsteam.

Übrigens: Im Raum der Stille können Sie durchatmen, innehalten und Kraft tanken. Sie finden ihn in der REHA 2, Korridor 4.

## Einbezug Ihrer Angehörigen

Bei Ihrem Eintritt geben Sie uns Ihre Kontaktpersonen bekannt. Diese werden von uns kontaktiert, sollte sich Ihr Gesundheitszustand verschlechtern. Aus Datenschutzgründen informieren wir keine weiteren Personen.

Wer über Ihr Befinden von uns Auskunft erhalten oder in die Behandlung miteinbezogen werden soll, können Sie in einer Patientenverfügung oder in einem Vorsorgeauftrag festhalten und uns bei Ihrem Eintritt eine Kopie davon abgeben. Bitte wenden Sie sich an das Behandlungsteam, wenn Sie Angehörigengespräche wünschen.

Ausserdem bieten wir Angehörigentage an. Diese ermöglichen Ihren Nächsten bei der Pflege oder Therapie dabei zu sein, um Sie zuhause optimal unterstützen zu können.

## Besuch

### Besuchszeiten

Ihre Angehörigen und Freunde sind in der Klinik herzlich willkommen. Unsere Besuchszeiten sind:

<b>Montag bis Freitag</b>	17.00–22.00 Uhr
<b>Samstag und Sonntag</b>	09.00–22.00 Uhr

Für die Frührehabilitation gelten spezielle Besuchszeiten:

<b>Montag bis Samstag</b>	16.00–20.00 Uhr
<b>Sonn- und Feiertage</b>	14.00–20.00 Uhr

Wir bitten Sie und Ihre Angehörigen, sich aus Rücksicht auf die anderen Patienten an die Besuchszeiten zu halten. Bitte planen Sie Ihre Besuche ausserhalb der Therapiezeiten. Sonderregelungen der Besuchszeiten sind nur in Ausnahmefällen und nach Absprache mit dem Pflegepersonal möglich.

### Angebote für Ihre Besucher

Ihre Angehörigen und Besucher sind ebenfalls herzlich in unseren Restaurants willkommen. Ihre Konsumationen begleichen sie direkt im Restaurant mit den gängigen Zahlungsmitteln. Sie können auch die Angebote unserer Aquazone mit Saunalandschaft oder das Medical Training Center mitbenutzen. Informationen hierzu finden Sie in einer separaten Broschüre, die am Empfang erhältlich ist.

### Übernachten in Bellikon

Für Besucher, die in Bellikon übernachten möchten, bestehen ausserhalb der Klinik entsprechende Möglichkeiten – bitte wenden Sie sich an unseren Empfang, Telefon +41 (0)56 485 51 11.



Premium Restaurant Abalone



Restaurant Mercato

Premium Restaurant Abalone

## Kulinarik

### Restaurant Mercato

Unsere Hotellerie bietet Ihnen jeden Tag mit frisch zubereiteten Mahlzeiten einen kulinarischen Genuss. Die Mahlzeiten finden, sofern es Ihre Mobilität erlaubt, im Patientenrestaurant Mercato statt. Als allgemeinversicherter Patient geniessen Ihre Mahlzeiten in diesen luftigen Räumlichkeiten mit Aussicht auf das Reusstal. Im Sommer steht Ihnen dafür auch unsere Terrasse zur Verfügung.

Lassen Sie sich Zeit für den Genuss unserer feinen Menüs, die wir mit Sorgfalt für Sie zubereiten. Dies wirkt sich ebenfalls positiv auf Ihre Rehabilitation aus.

Wenn Sie Hilfe brauchen, werden Sie von unseren Mitarbeitenden begleitet und unterstützt. Sollten Sie Wünsche bezüglich des Essens haben, teilen Sie uns diese mit. Es ist uns ein Anliegen, dass die Mahlzeiten für Sie eine Gaumenfreude und ein Moment der Erholung sind.

	Montag bis Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück	06.45–08.15 Uhr	06.45–09.30 Uhr	08.00–09.30 Uhr
Mittagessen	11.30–13.00 Uhr	11.30–13.00 Uhr	11.30–13.00 Uhr
Abendessen	17.15–18.15 Uhr	17.15–18.15 Uhr	17.15–18.15 Uhr

### Premium Restaurant Abalone

Als zusatzversicherter Patient steht Ihnen unser beidientes à la carte-Restaurant mit einsehbarer Küche zur Verfügung. Sie geniessen im Abalone saisonale, harmonisch zusammengestellte Gerichte und speisen in gediegenem Ambiente mit direktem Blick in die Kochtöpfe.

	Montag bis Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück	06.45–08.15 Uhr	06.45–09.30 Uhr	08.00–09.30 Uhr Das Frühstück findet im Restaurant Mercato statt.
Mittagessen	11.30–13.00 Uhr	11.30–13.00 Uhr	11.30–13.00 Uhr
Abendessen	17.15–20.00 Uhr	17.15–20.00 Uhr	17.15–20.00 Uhr

### Vista Coffee & Lounge

Unsere Cafeteria mit Lounge-Ambiente und grosszügiger Terrasse ist ein beliebter Treffpunkt. Er lädt ein zum Verweilen und Geniessen. Sie finden ein breites Angebot diverser warmer und kalter Snacks, Kuchen, Kaffee und Getränke. Am integrierten Kiosk bieten wir Ihnen ausserdem ein Sortiment von Artikeln des täglichen Gebrauchs, Tageszeitungen, Zeitschriften oder auch Pflanzen und kleine Geschenke.

Montag bis Donnerstag	08.00–22.00 Uhr
Freitag	08.00–20.00 Uhr
Samstag	09.00–20.00 Uhr
Sonntag	10.00–22.00 Uhr

### Getränke- und Snackautomaten

Rund um die Uhr stehen Ihnen Getränke- und Snackautomaten in der Freizeit-Stadt Down Town und bei der Vista Coffee & Lounge zur Verfügung. Weiter können Sie sich jederzeit bei den Spendern auf den Bettenstationen kostenlos mit Wasser bedienen.

# Ihr Therapieprogramm

Basierend auf Ihrem Gesundheitszustand stellen wir in Absprache mit Ihnen ein individuelles Therapieprogramm zusammen. Die Therapien finden in der Regel von Montag bis Samstag statt. Sie stehen unter ärztlicher Leitung und werden von erfahrenen Therapeuten durchgeführt. Den Verlauf Ihrer Therapien besprechen Sie regelmässig auf den Visiten mit dem Arzt und den Therapeuten, damit Ihr Therapieprogramm und die Therapieziele laufend Ihren Fortschritten angepasst werden können.

Ihre aktive Mitarbeit ist die entscheidende Voraussetzung dafür, dass Sie Ihre Therapieziele erreichen können.

Haben Sie mit sich Geduld, auch wenn es einmal nicht so rasch vorwärtsgehen sollte, wie Sie sich das vorstellen. Wenn Sie den Eindruck haben, die Behandlung zeige nicht die erhoffte Wirkung, oder wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte direkt an Ihren Arzt oder Therapeuten.



## Die wichtigsten Therapieformen

**Physiotherapie:** die Behandlung durch Bewegung und physikalische Reize wie Wärme oder Kälte

**Logopädie:** die Behandlung von Sprech- und Stimmstörungen sowie Schluckstörungen

**Ergotherapie:** das Einüben von praktischen Alltagsfähigkeiten

**Roboterassistierte Therapien:** von der Frühmobilisation bis zum Gehtraining mit The FLOAT, G-EO, Erigo, Andago etc.

**Kraft- und Ausdauertraining,** zum Beispiel an Trainingsgeräten

**Sporttherapie:** Trainingsangebote (auch Sport für Amputierte) und Sportberatung

**Neuropsychologische Therapie:** die Behandlung kognitiver Störungen, die als Folge einer Hirnverletzung auftreten; u.A. mittels eines Fahrsimulators

**Spezielle Therapien** von verschiedenen Krankheitssymptomen, wie zum Beispiel bei Schmerzen oder Lymphödemen

**Psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung** bei psychischen Beschwerden

**Sozialberatung** bei sozialen, familiären oder finanziellen Schwierigkeiten

**Arbeitsorientierte Therapie:** das Trainieren von Fähigkeiten, die zur Ausübung einer beruflichen Tätigkeit nötig sind

**Berufliche Eingliederung** – Vorbereitung für die Rückkehr in den angestammten oder in einen neuen Beruf

**Wassertherapien in der Aquazone:** im Schwimmbad mit Hubboden oder im Geh- und Therapiebad

**Gartentherapie**





# Beispiel für einen Therapieplan

Nach einem Sturz beim Skifahren lag der Patient fünf Wochen im Koma. Diagnose: schweres Schädel-Hirn-Trauma. Als er vom Akutspital in die Rehaklinik Bellikon verlegt wurde, war er so geschwächt, dass er kaum aufsitzen konnte, seine Sprache und das Gedächtnis waren eingeschränkt.

In der Spezialabteilung für Frührehabilitation lernte er wieder, selbstständig aufzusitzen, aufzustehen, zu essen und bald auch zu gehen. Täglich hatte der Patient entsprechende Therapien – entnehmen Sie hier einen Auszug aus seinem Therapieplan.

<b>Montag</b>		<b>Donnerstag</b>	
09.15 – 09.25 Uhr	Reha-Besprechung	10.00 – 11.00 Uhr	Neuropsychologische Therapie
10.00 – 10.30 Uhr	Logopädie	14.00 – 14.30 Uhr	Physiotherapie
11.00 – 11.30 Uhr	Physiotherapie	15.00 – 16.00 Uhr	Ergotherapie
14.30 – 15.00 Uhr	Robotergestütztes Gangtraining mit G-EO	16.30 – 17.00 Uhr	Basis-, Ausdauer- und Krafttraining
16.30 – 17.00 Uhr	Basis-, Ausdauer- und Krafttraining		
<b>Dienstag</b>		<b>Freitag</b>	
08.30 – 09.00 Uhr	Ergotherapie	10.00 – 10.30 Uhr	Logopädie
09.00 – 09.30 Uhr	Maltherapie	11.00 – 11.30 Uhr	Wasserfit-Gruppe in der Aquazone
10.30 – 11.00 Uhr	Neuropsychologische Therapie	14.00 – 14.30 Uhr	Physiotherapie
14.30 – 15.00 Uhr	Computerunterstütztes Armtraining mit Armeo Spring	15.00 – 16.00 Uhr	Kognitive Trainingsgruppe
15.00 – 16.00 Uhr	Kognitive Trainingsgruppe		
<b>Mittwoch</b>		<b>Samstag</b>	
08.30 – 09.00 Uhr	Physiotherapie	10.00 – 10.30 Uhr	Ergotherapie
09.00 – 09.30 Uhr	Musiktherapie	14.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Trainingsgruppe
14.30 – 15.00 Uhr	Computerunterstütztes Armtraining		
16.00 – 17.00 Uhr	Robotikgestütztes Training mit Armeo Power		





## Freizeit

In den therapiefreien Zeiten und am Abend haben Sie vielfältige Möglichkeiten, Ihre Freizeit zu nutzen.

### Umgebung

Geniessen Sie die schöne Umgebung der Klinik, sie eignet sich für Spaziergänge und Wanderungen. Im Sommer laden unsere Terrasse und unser Garten mit Strandkörben zum Verweilen ein. In Gehdistanz zur Klinik finden Sie ausserdem eine Volg-Filiale.

### Aquazone und Saunalandschaft

Ausserhalb der Therapiezeiten dürfen Sie unsere Bade- und Saunalandschaft, sofern mit Ihrem behandelnden Arzt abgesprochen, während der regulären Öffnungszeiten kostenlos benutzen. Mehr hierzu erfahren Sie in einer separaten Broschüre.

## Freizeit-Stadt Down Town

Innerhalb der Klinik bietet Ihnen die Freizeit-Stadt Down Town ein reiches Angebot an Freizeitbeschäftigungen: Kino, GameZone, Atelier zum Werken, Smokers Lounge, Arena und World Café mit Bibliothek. Das aktuelle Kinoprogramm ist jeweils beim Empfang sowie direkt im Down Town aufgehängt. In der Arena, dem interaktiven Museum, erfahren Sie zudem viel Wissenswertes über die Geschichte der Rehaklinik Bellikon und über die Entwicklung der Rehabilitation. Falls Sie gerne musizieren, können Sie dies in unserem Musikzimmer auf Ihrem mitgebrachten oder einem klinikeigenen Instrument tun.

## World Café, Smokers Lounge, Ping Pong

Montag bis Sonntag 05.30–22.30 Uhr

## Musikzimmer, GameZone, Arena

Montag bis Donnerstag 13.30–22.30 Uhr

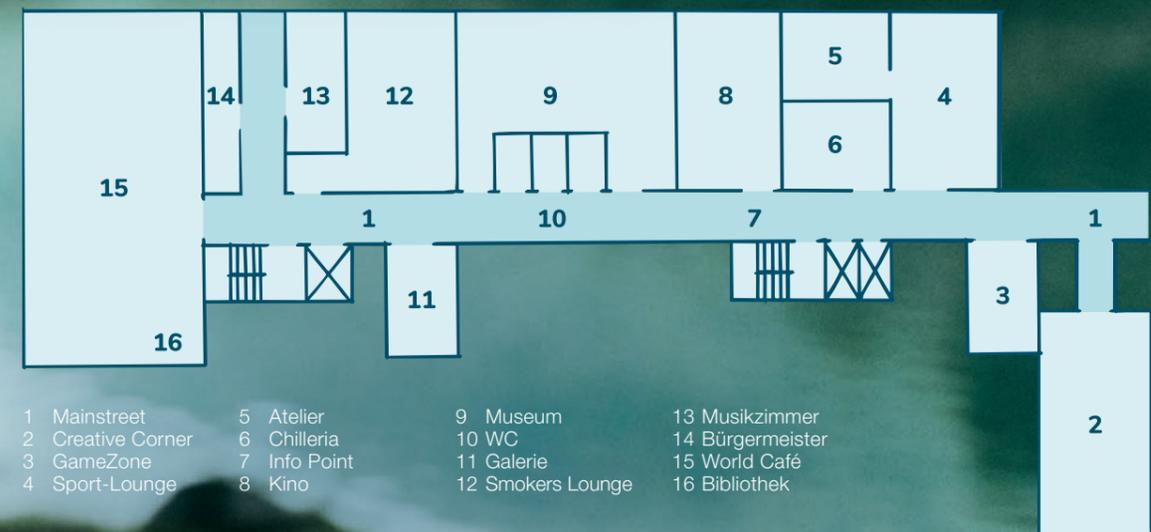
## Chilleria, Creative Corner

Montag bis Sonntag 13.30–22.30 Uhr

## Kino

Montag bis Samstag ab 19.30 Uhr

## Lageplan Freizeit-Stadt Down Town



Zur Freizeit-Stadt Down Town im 2. Untergeschoss gelangen Sie über den Lift oder das Treppenhaus beim Bettenhaus 2. Down Town ist eine Nichtraucher-Zone, ausgenommen die Smokers Lounge (12).



## Ihr Austritt

Die Dauer des Reha-Aufenthalts ist individuell und hängt ab von verschiedenen Faktoren wie Zielsetzung, Ihren Fortschritten in der Therapie sowie der Kostengutsprache Ihres Versicherers.

### Austrittsphase

Wenn sich das Ende Ihrer Rehabilitation nähert, unterstützen wir Sie bei der Vorbereitung auf die Zeit nach Ihrem Aufenthalt.

### Ihre Erfahrungen

Ihre Eindrücke helfen uns, unsere Dienstleistungen laufend zu verbessern. Sie erhalten deshalb bei Ihrem Austritt von uns einen Fragebogen, in dem wir Sie zu Ihren Erfahrungen in unserer Klinik befragen. Ihre Teilnahme ist freiwillig, die Auswertung erfolgt anonym.

Ausserdem haben Sie oder Ihre Angehörigen die Möglichkeit, uns auch während des Aufenthalts Anliegen, Wünsche oder Kritik mitzuteilen. Bitte nutzen Sie dafür das Feedback-Formular beim Empfang und werfen Sie es in den entsprechenden Briefkasten. Selbstverständlich können Sie uns auch via Mail kontaktieren: [linikentwicklung@rehabellikon.ch](mailto:linikentwicklung@rehabellikon.ch).

### Medizinische Forschung

Um unsere medizinischen Angebote weiterentwickeln zu können, werten wir immer wieder gezielt anonymisierte Daten für Forschungszwecke aus. Sie erhalten dazu eine Information bei Ihrem Eintritt. Wenn Sie Ihre Daten nicht zur Verfügung stellen möchten, können Sie uns das mit dem der Information angefügten Formular mitteilen. Geben Sie das unterzeichnete Formular Ihrem behandelnden Arzt ab, damit wir es in Ihrem Dossier ablegen können.





## Umgang mit Suchtmitteln

Nach einem Unfall oder einer Krankheit braucht der Körper seine ganze Kraft zur Genesung. Bei übermässigem Konsum verlangsamen oder verhindern Suchtmittel den Heilungsprozess. Wir bitten Sie, das Rauchen und den Konsum von Alkohol auf ein moderates Mass zu reduzieren und auf sonstige Suchtmittel/Drogen zu verzichten.

Im Vista Coffee & Lounge sowie im Restaurant Abalone haben Sie die Möglichkeit, ausserhalb der Therapiezeiten d. h. Montag bis Freitag ab 17.00 Uhr sowie Samstag und Sonntag ab 11.00 Uhr gegen Bezahlung alkoholische Getränke zu konsumieren. Um diese erwerben zu können, wenden Sie sich an Ihren behandelnden Arzt.

## Nachtruhe

Ab 22.00 Uhr gilt die Nachtruhe für die Aussenanlagen und ab 23.00 Uhr im Innenbereich der Klinik. Vielen Dank, dass Sie bis um 07.00 Uhr auf jeglichen Lärm verzichten.

Bitte beachten Sie auch unsere Hausordnung, die in den Zimmern aufliegt.

## Rücksichtnahme im Mehrbettzimmer

Ein Mehrbettzimmer erfordert gegenseitige Wertschätzung und Rücksichtnahme. Deshalb bitten wir Sie von 22.30 – 07.30 Uhr:

- keine Telefongespräche zu führen – während dieser Zeit werden auch keine externen Anrufe durchgestellt.
- Ihr Handy lautlos einzustellen und wenn möglich sparsam zu nutzen.
- das Multimedia-Terminal (PMT) so zu stellen, dass Ihr Bett Nachbar ungestört ist, und die Kopfhörer zu nutzen.
- das Licht am Bett auszuschalten oder so zu stellen, dass Ihr Bett Nachbar nicht geblendet ist.

Wenn Sie sich gestört fühlen, teilen Sie Ihrem Mitpatienten Ihre Bedürfnisse mit. Finden keine Lösung, wenden Sie sich an die Pflegepersonen.

## Geld, Post, Einkaufen

### Geld

In Ihrem Aufenthalt ist die Verpflegung mit Getränken während der Mahlzeiten inbegriffen. Bringen Sie deshalb nur so viel Bargeld mit, wie Sie für Ihren persönlichen Bedarf benötigen. Bei der Patientenadministration und in der Cafeteria können Sie auch mit EC-Karte, Postcard oder Kreditkarte (Visa, Maestro) zahlen.

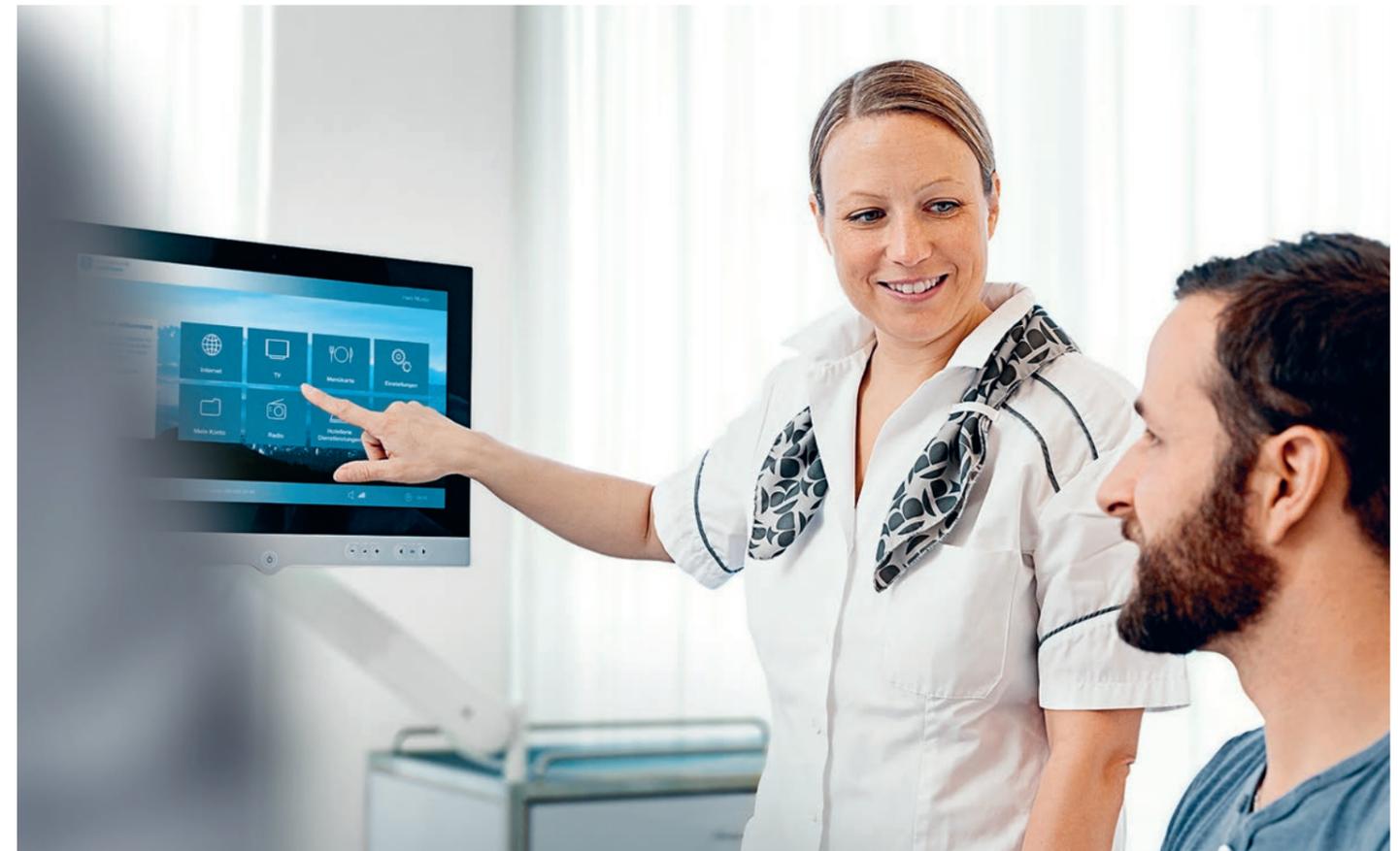
Wir empfehlen Ihnen, Ihr Geld und Ihre Wertsachen im Zimmersafe aufzubewahren. Für fehlende Geldbeträge und Wertsachen kann die Klinik keine Haftung übernehmen.

### Post

Abhängig von Ihrem Zimmer / Pflegestockwerk verfügen Sie während Ihres Klinikaufenthalts über ein persönliches Postfach, welches Sie mit Ihrem Badge bedienen. Patienten ohne persönliches Postfach erhalten die Post ins Zimmer. Die eingehende Briefpost wird Montag bis Samstag jeweils um 10.15 Uhr verteilt und ins Postfach gelegt. Pakete können beim Empfang abgeholt werden. Bitte berücksichtigen Sie, dass am Samstag keine Zustellung erfolgt. Ein Briefkasten für den Versand Ihrer Post befindet sich beim Klinikeingang (Leerung Montag – Freitag).

Öffnungszeiten der Volg-Filiale (mit Postagentur)

<b>Montag bis Samstag</b>	06.30 – 19.30 Uhr
---------------------------	-------------------



## Multimedia und Telefonie

### Patienten-Multimedia-Terminal (PMT)

Das PMT mit Touchscreen dient als Telefon, TV-Gerät und Radio in einem. Es verschafft überdies Zugang zum Internet. Auch können Sie mit diesem Gerät per Touchscreen weitere Services in Anspruch nehmen.

### Telefon

Am PMT haben Sie einen direkten Telefonanschluss. Bitte nehmen Sie im Mehrbettzimmer Rücksicht auf Ihre Mitpatienten. Von 22.30 – 7.30 Uhr werden deshalb keine externen Anrufe durchgestellt.

### Fernsehen und Radio

Ihnen steht eine grosse Auswahl an TV- und Radio-programmen kostenlos zur Verfügung. Bitte achten Sie darauf, das PMT aus Rücksicht auf die anderen Patienten nur bis 22.30 Uhr auf Zimmerlautstärke zu betreiben. Nach 22.30 Uhr können Sie mit Kopfhörern, die Ihnen beim Eintritt abgegeben werden, Radio hören und fernsehen.

### Internet

Falls Sie online arbeiten oder kommunizieren möchten, bringen Sie Ihren Laptop mit. Die Rehaklinik Bellikon ist mit Gratis-WLAN ausgestattet.

### Dokumente drucken

Sie verfügen in der Klinik über verschiedene Möglichkeiten, Ihre persönlichen Dokumente auf einem Klinikdrucker beim Empfang auszudrucken. Hierzu erhalten Sie beim Empfang eine separate Anleitung.

### Mit einer Powerbank mobil laden

Am Empfang können Sie oder Ihr Besuch kostenlos eine Powerbank ausleihen, um Ihr Handy oder Tablet aufzuladen.

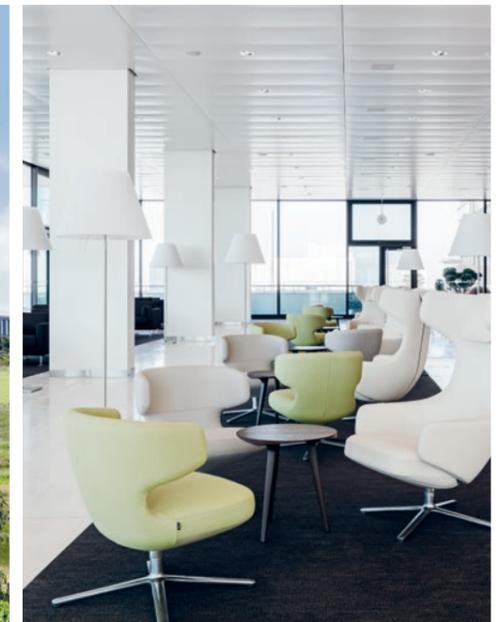
### Energie sparen

Bitte helfen Sie uns beim Energie sparen: Schalten Sie Licht, Fernseher, Computer etc. aus, wenn Sie sich nicht im Zimmer aufhalten.



# Für die Zukunft gerüstet

Die Rehaklinik Bellikon verfügt über eine zeitgemässe Infrastruktur, von der Patienten, Mitarbeitende und Besucher gleichwohl profitieren. Damit sind wir die erste Adresse für Unfallrehabilitation und berufliche Wiedereingliederung.



## Unser Behandlungsangebot

### Neurologische Rehabilitation

#### Stationär

- Stationäre Rehabilitationsprogramme für Patienten mit neurologischen Einschränkungen wie:
- Mehrfachverletzung mit Hirnverletzung
  - Traumatische Hirnverletzung
  - Schlaganfall/Hirnblutung
  - Verletzungen von Nervengeflechten (Plexusschaden)
  - Postoperative neurochirurgische Patienten
  - Berufliche Reintegration

#### Ambulant

- Ambulante Rehabilitationsprogramme
- Ambulante Spezialsprechstunden
- Ambulante Therapien

### Orthopädische und Handchirurgische Rehabilitation

#### Stationär

- Stationäre Rehabilitationsprogramme für Patienten mit Einschränkungen wie:
- Mehrfachverletzungen
  - Akute Verletzungen des Bewegungsapparats
  - Amputationen und Prothesenversorgungen
  - Verbrennungen
  - Komplexe Handverletzungen
  - CRPS (Komplexes Regionales Schmerzsyndrom)
  - Lymphödeme
  - Berufliche Reintegration

#### Ambulant

- Ambulante Rehabilitationsprogramme
- Ambulante Spezialsprechstunden
- Assessment für computergesteuerte Prothesenkniegelenke
- Ambulante Therapien

### Arbeitsorientierte Rehabilitation

#### Stationär

- Arbeitsorientierte multimodale Rehabilitationsprogramme
- Frühe muskuloskeletale Rehabilitation
- Funktionelle Belastungstests zur Beurteilung der Arbeitsfähigkeit und Zumutbarkeit
- Vorbereitung auf eine berufliche Wiedereingliederung
- Beurteilung der Arbeitsbezogenen Leistungsfähigkeit
- Medizinische Standortbestimmung

#### Ambulant

- Ambulante Rehabilitationsprogramme
- Evaluation von Indikation und Potenzial für eine arbeitsorientierte Rehabilitation (Reha-Triage)

### Sportmedizin und Rehabilitation

- Sportwissenschaftlich basierte Trainingstherapie
- Sportmedizinische Abklärung und Beratung
- Leistungsdiagnostik Kraft, Ausdauer und Koordination
- Sportpsychologie, Trainings- und Ernährungsberatung

### Tagesrehabilitation

Intensive ambulante Rehabilitation in den folgenden Bereichen:

- Arbeitsorientierte Rehabilitation
- Neurologische Rehabilitation
- Orthopädische und Handchirurgische Rehabilitation

### Zentrum für interdisziplinäre Begutachtung

- Interdisziplinäre Begutachtungen unter stationären oder ambulanten Bedingungen
- Ambulantes Assessment für Funktionsstörungen am Bewegungsapparat (HWS-Assessment)
- Assessment nach traumatischer Hirnverletzung bzw. nach leichter traumatischer Hirnverletzung (Gehirnerschütterung)
- Assessment für computergesteuerte Prothesenkniegelenke
- Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit (EFL)
- Evaluation der funktionellen Haushaltsfähigkeit

### Kompetenzzentrum berufliche Eingliederung

- Berufsorientierte Therapie
- Integrationsmassnahmen
- Berufliche Abklärungen und Vorbereitungszeit
- Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung
- Jobcoaching

### Technische Orthopädie

- Orthopädietechnische Versorgungen
- Orthopädieschuhtechnische Versorgungen
- Reha-Technik und Rollstuhlservice

Wir setzen Standards

# Rehabilitation auf höchstem Niveau

## Lageplan

Die Rehaklinik Bellikon liegt an sonniger Lage am Heitersberg zwischen Zürich und Baden und ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar.

Geniessen Sie die einmalige Sicht auf das reizvolle Reusstal und das eindruckliche Alpenpanorama.



**Die Rehaklinik Bellikon pflegt eine enge Zusammenarbeit mit folgenden Kooperationspartnern**  
Universitätsspital Zürich  
Kantonsspital Aarau  
Luzerner Kantonsspital  
Kantonsspital Baden

**Die Rehaklinik Bellikon ist Mitglied von**  
SWISS REHA, die führenden Rehabilitationskliniken der Schweiz  
SAR Swiss Association of Rehabilitation  
H+ Die Spitäler der Schweiz  
VAKA Aargauische Spitäler, Kliniken und Pflegeinstitutionen  
GNAO Gesundheits-Netz Aargau Ost

**Die Rehaklinik Bellikon arbeitet zusammen mit**  
PluSport Behindertensport Schweiz  
Swiss Paralympic

**Spezialklinik für  
Traumatologische Rehabilitation,  
Sportmedizin, Berufliche Integration  
und Medizinische Expertisen**

**Rehaklinik Bellikon**  
CH-5454 Bellikon AG  
Telefon +41 (0)56 485 51 11  
Telefax +41 (0)56 485 54 44  
info@rehabellikon.ch  
www.rehabellikon.ch

