



## Klinik Sonnenblick

## Rehabilitation und Nachsorge nach einer Post-COVID-Erkrankung



Klinik  
Sonnenblick  
Marburg

### Rundum wohlfühlen

Sie sollen sich während Ihrer Rehabilitation wohl und geborgen fühlen. Unsere Klinik ist in freundlichen und warmen Farben gestaltet. Die Zimmer sind hell und modern eingerichtet sowie mit Fernseher und Telefon ausgestattet. Sie können die Geräte kostenlos nutzen. Neben Einzel- und Doppelzimmern gibt es Pflegeintensivzimmer und barrierefreie Zimmer. Das WLAN kann kostenfrei genutzt werden. Bitte bringen Sie hierfür Ihr eigenes Endgerät (Note- oder Netbook, Smartphone) mit.

### Leib und Seele

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung leistet einen wichtigen Beitrag zu Ihrem Wohlbefinden. Unsere Küche genießt einen ausgezeichneten Ruf. Mit frisch zubereiteten sowie regionalen Lebensmitteln sorgen wir für guten Geschmack. Selbstverständlich bieten wir auch spezielle Diät- und Sonderkostformen an.

### Natur erleben und gesund werden

Mit ihrem 16 Hektar großen Grundstück liegt die Klinik in direkter Nachbarschaft zur Universitätsklinik Marburg in einem malerischen Waldgrundstück. Der weitläufige Park sowie die großzügig angelegte Außenanlage mit Mehrzwecksportfeld, Minigolfanlage, Gehgarten, Kneipp-Becken, Boule-Bahn und Outdoor-Fitnessgeräten laden zum Spaziergehen und Verweilen sowie zu sportlichen Aktivitäten an der frischen Luft ein. Erholung und Entspannung findet man auf gut ausgebauten Wanderwegen. Nahe der Klinik liegt der Botanische Garten der Universität Marburg mit vielen Raritäten.

### Aktive Freizeitgestaltung

Neben den speziell auf Sie abgestimmten Behandlungen sollten Sie auch einmal Ihre „Seele baumeln lassen“. Eine Vielzahl von Beschäftigungs- und Kulturangeboten bieten Abwechslung und Anregung. Eingebunden in den Terminplan gibt es verschiedene Kreativangebote. Unser Haus verfügt über großzügige Aufenthalts- und Gemeinschaftsräume sowie eine Cafeteria. Darüber hinaus können Sie Dart, Billard, Airhockey und Tischfußball spielen. Nutzen Sie in Ihrer Freizeit auch unsere hauseigene Sauna, die Medizinische Trainingstherapie und unser Schwimmbad. Schauen Sie sich das vielfältige Freizeit- und Unterhaltungsprogramm der Stadt Marburg an.

Für E-Bikes und Elektroautos steht auf dem Gelände der Klinik eine Lademöglichkeit zur Verfügung. In den Sommermonaten können kostenpflichtig E-Bikes gemietet werden.

### Qualitätssicherung

Unser Qualitätsmanagement stellt die Interessen und das Wohl der Patientinnen und Patienten in den Vordergrund. Die „exzellente Qualität“, mit der wir Rehabilitationen durchführen, wird durch die Zertifizierung bestätigt. Nachweislich gehören wir zu den besten Rehabilitationskliniken in Deutschland. Für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ist es selbstverständlich, kontinuierlich an einer weiteren Verbesserung unserer Qualität auf höchstem Niveau zu arbeiten.

### Leicht verständlich

Unsere Wege sind mit Piktogrammen ausgeschildert. Durch die einfache bildliche Darstellung in unserem Klinikgebäude findet sich jede Rehabilitandin und jeder Rehabilitand leicht zurecht.

|              |  |
|--------------|--|
| Schwimmbad   |  |
| Piscina      |  |
| Basen        |  |
| БАСЕЙН       |  |
| Piscina      |  |
| Yüzme havuzu |  |

|                            |  |
|----------------------------|--|
| Krankengymnastik           |  |
| Ginnastica medica          |  |
| Fizjoterapia               |  |
| ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА        |  |
| Gimnasia de rehabilitación |  |
| Jimnastik                  |  |

|                            |  |
|----------------------------|--|
| Lehrküche                  |  |
| Corsi di Cucina            |  |
| Luchnia uczniowska         |  |
| УЧЕБНАЯ КУХНЯ              |  |
| Cocina escuela para dietas |  |
| Mutfak öğretimi            |  |

|                       |  |
|-----------------------|--|
| Fit für den Beruf     |  |
| Pronto per il lavoro  |  |
| Sprawność zawodowa    |  |
| СНОВА ТРУДОСПОСОБЕН   |  |
| Listo para el trabajo |  |
| Iş için uygun         |  |

### Ihr Weg zu einer Rehabilitation bei uns

Während Ihres Krankenhausaufenthaltes kann über Ihre Klinikärztin/Ihren Klinikarzt oder den Sozialdienst eine Rehabilitationsmaßnahme beantragt werden. Bei einer anschließenden ambulanten Behandlung kann die Rehabilitation von Ihrer behandelnden Ärztin/Ihrem behandelnden Arzt eingeleitet werden. Später können Sie eine Rehabilitation stationär oder ganztätig ambulant durchführen. Den Antrag hierfür können Sie mit Unterstützung durch Ihre behandelnde Ärztin/Ihren behandelnden Arzt bei der Renten- oder Krankenversicherung stellen.

Infos unter [www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de)  
→ Reha → Reha-Antragstellung

Sie haben ein Wunsch- und Wahlrecht bei der Auswahl Ihrer Reha-Klinik. Auf unserer Website [www.klinik-sonnenblick.de](http://www.klinik-sonnenblick.de) finden Sie auf der Startseite einen Vordruck. Legen Sie diesen ausgefüllt Ihrem Reha-Antrag bei. Für weitere Informationen stehen Ihnen regionale Ansprechstellen Ihrer Rentenversicherung zur Verfügung.

Infos unter [www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de)  
→ Reha → Ansprechstellen für Reha und Teilhabe

Als Klinik der Deutschen Rentenversicherung Hessen betreuen wir primär Rehabilitandinnen und Rehabilitanden dieses Trägers. Darüber hinaus arbeiten wir unter anderem mit allen Rentenversicherungsträgern und allen gesetzlichen Krankenkassen zusammen. Wir sind als beihilfefähig anerkannt. Begleitpersonen bei medizinischer Indikation und Selbstzahler sind ebenfalls willkommen.



## So kommen Sie zu uns

### Anreise mit dem PKW:

Auf der B3 nehmen Sie die Abfahrt Marburg-Süd, weiter Richtung Uni-Lahnberge, Abfahrt Klinik Sonnenblick.

### Anreise mit der Bahn:

Ihr Reiseziel ist der Hauptbahnhof Marburg. Von dort weiter mit dem Stadtbis bis zur Haltestelle Sonnenblick.



Die Fahrplanauskunft über Ihre Busverbindung zu uns können Sie unter [www.rmv.de](http://www.rmv.de) abrufen.

Informieren Sie uns rechtzeitig und wir holen Sie vom Bahnhof ab!

## Mehr als gut versorgt

Die Klinik Sonnenblick in Marburg ist die einzige Rehabilitationsklinik der Deutschen Rentenversicherung Hessen mit den Indikationen Hämatologie/Onkologie, Orthopädie und Post-COVID. Fernerhin sind wir derzeit das einzige zugelassene sozialmedizinische Kompetenzzentrum in Hessen. Unsere besondere Stärke ist die eng aufeinander abgestimmte Zusammenarbeit des Klinikteams. Gemeinsam tun wir alles, um Ihren Aufenthalt so erfolgreich und angenehm wie möglich zu gestalten.

Wir bieten ausgezeichnete Voraussetzungen und eine angenehme Atmosphäre für Ihre stationäre bzw. ganztägig ambulante Rehabilitationsmaßnahme oder Anschlussheilbehandlung. Unser Therapieansatz beruht auf einem ganzheitlichen Behandlungskonzept und basiert auf der internationalen Klassifikation von Erkrankungen (ICF).

Die medizinische Rehabilitation entwickelt sich ständig weiter.

Die Klinik Sonnenblick ist als akademisches Lehrkrankenhaus der Philipps-Universität Marburg anerkannt. Für unsere Patienten bedeutet dies, dass sie nach den neuesten Erkenntnissen der Wissenschaft behandelt, betreut und informiert werden. Unsere Ärzte, Therapeuten und Pflegekräfte halten sich immer auf dem aktuellen Stand der Medizin, Reha-Wissenschaft, Sportmedizin und Trainingswissenschaft.

Die Klinik verfügt über eine modern ausgestattete Diagnostik.

Die Patientinnen und Patienten werden in ihren Einschränkungen gezielt unterstützt und ihre Leistungsgrenze nach oben verschoben. So können sie ihr individuell bestimmtes Leben wieder aufnehmen.

## Erkrankung und Behandlung hinterlassen Spuren bei den Patientinnen und Patienten

Die Behandlung im Krankenhaus ist beendet. Was nun?

Erst jetzt wird vielen Patientinnen und Patienten bewusst, wie belastend diese Situation sein kann und welche Fragen sich ergeben.

- Muss ich meinen Lebensstil ändern?
- Werde ich gemeinsam mit meiner Familie und meinen Freunden lernen, mit der Erkrankung umzugehen?
- Wie werde ich meinen Alltag bewältigen?
- Kann ich mit meiner Erkrankung wieder arbeiten?

Hier beginnt die Aufgabe der Post-COVID-Rehabilitation.

Sie sind nicht allein, wenn die körperlichen und seelischen Folgen Ihrer Erkrankung bewältigt werden müssen. Gemeinsam suchen wir nach Antworten auf Ihre Fragen.

Wir beraten und unterstützen auch bei sozial- und rentenrechtlichen Fragen, beruflicher Wiedereingliederung, Schwerbehindertenrecht und häuslicher Versorgung. Als einziges sozialmedizinisches Kompetenzzentrum in Hessen verfügen wir auch in diesen Fragen über eine außerordentliche Kompetenz.

Wir stehen Ihnen zur Seite!

## Behandlung nach einer Post-COVID-Erkrankung – Ziele der Rehabilitation

Am Anfang der Therapie führen wir mit unseren Rehabilitandinnen und Rehabilitanden eine zum Teil sehr ausgefeilte Funktionsdiagnostik durch. Auf dieser Grundlage bieten wir Ihnen konkrete Lösungen für Ihre krankheitsbedingten Einschränkungen an.

### → **Behandlung von Krankheitsfolgen**

Andauernde Symptome wie Erschöpfung, Kopfschmerzen, Konzentrationsdefizite, Haarausfall, Atemnot, Kurzatmigkeit, Husten, Schmerzen bzw. Beklemmungen im Brustbereich, vermehrte Ängste und Depressivität, Geruchs- und Geschmackverlust.

### → **Mit Post-COVID leben lernen**

Mit unserer Hilfe finden Sie Ihren eigenen Weg, die Krankheit zu bewältigen und Ihre Einschränkungen durch Atem-, Bewegungs- und Ergotherapie sowie psychologischer Betreuung zurückzugewinnen bzw. zu verbessern.

### → **Fachfrau oder Fachmann in eigener Gesundheit werden**

Wir informieren Sie umfassend über die Erkrankung, zeigen Ihnen, wie Post-COVID entsteht, reden über Behandlung und Nachsorge. Gemeinsam diskutieren wir über gesunde Ernährung und Naturheilkunde.

### → **Soziale Fragen klären**

Wir beraten Sie über Ihre Rechte bei der beruflichen Wiedereingliederung und geben Ihnen Tipps, um sich auch in Ihrem privaten und beruflichen Umfeld wieder zurechtzufinden.

## Therapie

- Atemgymnastik, Drainagenlagerungen, Vibrax
- Atemtherapie, Inhalation
- Komplexe physikalische Entstauungstherapie
- Intercostalausstriche, Packe-Griffe
- Marnitztherapie
- Gezielte Einzelkrankengymnastik und spezielle Bewegungsübungen
- Haltungsschulung und Wirbelsäulenmobilisation aus der funktionellen Bewegungslehre
- Muskelaufbautraining mit individueller Leistungseinstufung
- Vibrationstherapie mit Galileo
- Ergometertraining
- Geruchstest
- Sensibilitätstraining
- Konzentrationstraining
- Psychologische Betreuung in Einzel- und Gruppentherapie
- Fatigue Therapie
- Seminare zu Post-COVID, COPD, Stressbewältigung, Schlafstörungen usw.
- Entspannungstherapie
- Klangschalenmeditation und Fantasiereisen
- Kunst- und Musiktherapie
- Qigong
- Yoga
- Medijet
- Gehtraining Lunge
- Bewegungsbad
- Verhaltenstherapie
- Schmerzbewältigungsstrategien
- Ernährungsberatung
- Mobilisierung bei allgemeiner Leistungsminderung

### → **Nach der Rehabilitation**

Entlassen ist nicht entlassen. Nach der Rehabilitation bei uns besteht die Möglichkeit, Ihren Therapieerfolg in Form eines IRENA-Programms oder einer Tele-Reha-Nachsorge zu stabilisieren.

## Klinik Sonnenblick

Klinik für Hämatologie/Onkologie, Orthopädie und Post-COVID  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Philipps-Universität Marburg  
Sozialmedizinisches Kompetenzzentrum



## Besuchen Sie uns



Amöneburger Straße 1–6 • 35043 Marburg  
Telefon 06421 295-0 • Fax 06421 295-333  
Patientenmanagement Telefon 06421 295-306  
Mail [linik-sonnenblick@drv-hessen.de](mailto:linik-sonnenblick@drv-hessen.de)  
Homepage [www.klinik-sonnenblick.de](http://www.klinik-sonnenblick.de)