

## Hausinformation von A-Z

Unter dem Begriff „Rehabilitation“ ist die stabile Wiederherstellung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit zu verstehen. Die Rehabilitation geht damit weit über den Begriff Kur hinaus. Wesentliche Voraussetzung ist eine Diagnostik unter Einbeziehung Ihrer bisherigen medizinischen Befunde, wobei auch die Suche nach gesundheitsschädigenden Einflüssen eingeschlossen ist. Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin wird Sie zu eventuellen persönlichen Risikofaktoren beraten. Wir möchten durch umfassende, individuell angepasste Therapiekonzepte Ihre Beschwerden lindern, Ihre chronischen Krankheiten bessern und Sie ausführlich über verschiedene Behandlungsmöglichkeiten im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe informieren.

In Ihrem Therapieplan messen wir der aktiven Bewegungstherapie und Fitness, dem Gesundheitstraining (wie z. B. Stressbewältigung, Beratung über gesunde Ernährung) sowie dem Umgang mit Alltagsdrogen (z. B. Nikotin) große Bedeutung bei. Entsprechend unserer Hauptindikationsgebiete bieten wir zusätzlich Seminare und Vorträge für Rehabilitandinnen und Rehabilitanden mit onkologischen und gynäkologischen Erkrankungen sowie Erkrankungen der Haut an.

Anschrift	Deutsche Rentenversicherung Bund Reha-Zentrum Ückeritz Klinik Ostseeblick Am Steilufer 17459 Ückeritz/Usedom Telefon: 038375/92-0 reha-klinik.ostseeblick@drv-bund.de
Abendveranstaltungen	Über Termine für Vorträge und kulturelle Veranstaltungen informieren Sie sich bitte an der Informationstafel im Foyer.
Abfall	Die Klinik betreibt Abfallsortierung. In den Entsorgungsräumen der Stationen können Sie in den Wertstoffbehältern Papier, Grüner Punkt, Altglas und Restmüll getrennt entsorgen.
Ärztlicher Dienst	Für medizinische Fragen und Informationen steht Ihnen die betreuende Ärztin bzw. der betreuende Arzt im Tagesdienst zur Verfügung. In dringenden Fällen, nachts und am Wochenende, wenden Sie sich an die diensthabende Pflegefachkraft, die den Bereitschaftsarzt verständigt.  Möchten Sie Arztbesuche außerhalb der Klinik erledigen, wie spezielle Untersuchungstermine bei niedergelassenen Ärzten oder Zahnärzten, wählen Sie bitte die therapiefreien Zeiten. Vergessen Sie als gesetzlich Versicherte nicht Ihre Chipkarte mitzunehmen, da die Abrechnung über Ihre Krankenkasse erfolgen muss; dies gilt für alle externen Behandlungen, die nicht im Zusammenhang mit der Heilbehandlungsmaßnahme stehen. Bei Abfahrt und Rückkehr melden Sie sich bitte bei dem Pflegepersonal.

Aufnahme	Am Aufnahmetag haben Sie mehrere kurzfristige Termine. Wir brauchen möglichst rasch die notwendigen medizinischen Informationen und aktuellen Befunde. Die gründliche ärztliche Untersuchung erfolgt zeitnah. Entsprechend werden auch weitere diagnostische Maßnahmen festgelegt und das Therapieprogramm individuell für Sie zusammengestellt.
Behandlungen	Medizinische Behandlungen erfolgen auf Anordnung des Arztes bzw. der Ärztin.
Besucher	Wir bitten Sie, die Aufenthaltsbereiche im Foyer zu benutzen.
Bett	Mittels des angebrachten Handgriffs können das Kopf- und Fußteil entsprechend Ihren individuellen Schlafgewohnheiten verstellt werden. Die Verstellung in die Ausgangsposition wird vorgenommen, indem mittels des Haltegriffs das Kopf- bzw. Fußteil bis ganz nach oben gezogen und anschließend heruntergelassen wird. Die Einstellung des Härtegrades wird mittels der Plastikschieber im Mittelzonenbereich des Lattenrostes vorgenommen.
Bettwäsche	Im Bereich der Dermatologie erfolgt während des Aufenthalts ein zweimaliger Bettwäschetausch sowie einmalig im onkologischen Bereich. Bei Verlängerung Ihrer Reha-Zeit sprechen Sie bitte die Reinigungskräfte aktiv an, sollten Sie in dieser Zeit einen weiteren Tausch wünschen.
Bügeln	Bügeleisen leihen Sie bitte an der Rezeption aus. Aus Brandschutzgründen darf nur im Waschraum, nicht in den Zimmern gebügelt werden.
Decken	Für kältere Nächte stehen zusätzlich Decken zur Verfügung, wenden Sie sich bitte an die Reinigungskräfte.
Entlassung	Die Abreise bzw. der Zimmer-Check-Out erfolgt zwischen 6:30 und 8:00 Uhr. Bei einer Abreise nach 8:00 Uhr haben Sie die Möglichkeit im Foyer zu verweilen. Von der für Sie zuständigen Pflegefachkraft erhalten Sie einen vorläufigen kurzen Arztbericht sowie an der Rezeption den Entlassungsschein. An der Rezeption geben Sie bitte auch Ihren Zimmerschlüssel ab.
Ernährungsberatung	Fragen zur Ernährung und zu besonderen Diäten beantworten unsere Diätassistentinnen. Termine für die ärztlich verordneten Beratungen und Gruppenveranstaltungen zu den Themen: Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen und Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) finden Sie in Ihrem Therapieplan.
Fahrräder	Die Fahrrad-Ausleihe erfolgt durch den externen Anbieter: UsedomRad. Informationen erhalten Sie an der Rezeption.

Fenster	Die oberen Kippfenster der Rehabilitandenzimmer sind mit einer Gaze versehen. In den Sommermonaten bitten wir Sie, nach Möglichkeit nur diese Fenster zu öffnen, um vor allem bei Dunkelheit Insekteneinflug zu verhindern.
Freizeit	können Sie aktiv und erholsam gestalten und dabei die schöne Umgebung der Klinik und die Insel erkunden. Im Hause bieten wir Ihnen regelmäßig abendliche kulturelle Veranstaltungen an. Außerhalb der Therapiezeiten und der Kulturveranstaltungen kann im Mehrzwecksaal Tischtennis, Federball oder Dart gespielt werden. Die Ausleihe der Dartpfeile erfolgt an der Rezeption.
Fundsachen	Bitte an der Rezeption abgeben.
Gelände	Das Gebäude des Reha-Zentrums wird von einer kleinen Parkanlage umgeben. Aufgrund der aktuellen Baumaßnahme ist diese nur begrenzt begehbar. Weiterhin nutzbar sind die Outdoorgeräte und der Barfußpfad.
Gepäcktransport	Rehabilitandinnen und Rehabilitanden, die mit der Deutschen Bahn AG nach Hause fahren, bitten wir, Koffer mit Behelfsbänderole am Tag der Abreise bis 8:00 Uhr vor Ihre Zimmertür zu stellen. Die Behelfsbänderolen erhalten Sie an der Rezeption. Tragen Sie sich bitte ab Donnerstag vor Abreise in die Gepäcktransportliste an der Rezeption ein.
Gerätetraining	Unsere Therapeutinnen und Therapeuten führen die Einweisung in das Gerätetraining durch. Voraussetzung ist die ärztliche Verordnung. Der Fitnessraum (Erdgeschoss, Container) kann daraufhin abends im Rahmen der aktiven Freizeitgestaltung genutzt werden.
Geschenke	Für den Öffentlichen Dienst gilt die Festlegung, dass Geschenke und Belohnungen für Mitarbeitende durch diese nicht angenommen werden dürfen. Wir bitten Sie somit von Geschenken Abstand zu nehmen, um Missverständnisse bzw. Konflikte auszuschließen. Ein freundliches Dankeschön ist eine ausreichende Achtung der guten Arbeit unserer Mitarbeitenden.
Gesundheitstraining	und medizinische Informationen über Ursachen der in unserer Klinik behandelten Krankheiten, über mögliche Diagnostik und verschiedene Therapieformen sowie psychische Einflüsse sind in das Behandlungsprogramm einbezogen. Ihre Teilnahme halten wir für wichtig. Termine entnehmen Sie bitte dem Therapieplan und den Mitteilungen der Informationstafeln.

<b>Reha-Zentrum Ückeritz Klinik Ostseeblick</b>	<b>Klinikleitung</b>	 Deutsche Rentenversicherung Bund
---	----------------------	--

Handtücher	Die Handtücher werden durch die Reinigung jeden Montag getauscht. Sollten Sie einen häufigeren Wechsel benötigen, sprechen Sie bitte die Reinigungskräfte an.
Informationen	An den Informationstafeln Ihrer Station, der Physiotherapie und im Foyer sowie im Klinikkanal erhalten Sie viele Informationen zu Ihrem Aufenthalt. Die Rezeption verfügt darüber hinaus über Informationen und wichtige Hinweise zur Umgebung und zu Dienstleistungen.
Internet/WLAN	Ein kostenloses und passwortfreies WLAN steht im gesamten Haus zur Verfügung
Klinikkanal	Über den Fernseher können Sie 2 Klinikkanäle sowie das regionale Radioprogramm nutzen. Sie erhalten über die Klinikkanäle Informationen des Reha-Zentrums sowie das Angebot von Frühspport und Vorträgen.
Kopien	können kostenpflichtig an der Rezeption erstellt werden.
Kreativwerkstatt	Die Kreativwerkstatt finden Sie im Bauteil A im 3. OG, Raum A 3.002. Dort gibt es an den Wochentagen unter fachkundiger Anleitung Gelegenheit zu gestalterischem Schaffen und fantasievollen Handarbeiten. Im Raum A 3.002d können Sie darüber hinaus werktags ab 18 Uhr und am Wochenende ganztägig künstlerisch tätig sein und Ihre kreativen Ideen ausdrücken.
Küchen für Rehabilitanden	Im ersten, zweiten und dritten Obergeschoss des Bauteils A stehen Ihnen in den Rehabilitandenküchen rund um die Uhr Wasserautomaten für kostenloses Mineralwasser und Heißwasser zur Verfügung. Hier können Sie außerdem einen kleinen Kühlschrank nutzen. Bitte geben Sie kühlpflichtige Medikamente bei den Pflegefachkräften zur Lagerung ab.
Kurkarte/Kurtaxe	Die Kurtaxe wird von der Deutschen Rentenversicherung Bund bezahlt. Die Kurkarte erhalten sie an der Rezeption, bitte tragen Sie diese stets bei sich (Besuch anderer Seebäder, Aufenthalt am Strand, Nutzung der Usedomer Bäderbahn).
Kurverwaltung	Bei der Kurverwaltung des Ortes Ückeritz können Sie neben Informationen zu kulturellen Angeboten auch Hinweise für Übernachtungen einholen, (Tel.: 038375 2520). An der Rezeption liegen ebenfalls Verzeichnisse von Unterbringungsmöglichkeiten aus.
Lehrküche	Unsere Lehrküche befindet sich im Erdgeschoss, Bauteil A, am Durchgang rechts neben dem Aufzug. Unter Anleitung unserer Diätassistentinnen erhalten Sie wertvolle Tipps für die Zubereitung von einfachen und schmackhaften Gerichten, die Sie auch zu Hause im Alltag bequem umsetzen können.

Mahlzeiten	Informationen zu unseren Mahlzeiten erhalten Sie am Speisesaal und im Klinikkanal. Um die Verpflegung in unserer Klinik dauerhaft zu optimieren und die Qualität zu sichern, ist unsere Klinik über die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. nach dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kliniken“ zertifiziert. Weiterführende Informationen erhalten Sie im Speisesaal und bei unseren Diätassistentinnen.
Medikamente	Die Einnahme von Medikamenten wird ärztlich verordnet. Falls Sie weitere Medikamente regelmäßig einnehmen müssen, teilen Sie dies unbedingt bei dem pflegerischen Aufnahmegespräch mit.
Medizinische Kosmetik	wird nach ärztlicher Verordnung bei bestimmten Hautkrankheiten im Rahmen des Heilverfahrens durch unsere dermatologischen Assistentinnen ausgeführt. Der Therapieraum ist im Erdgeschoss Bauteil B zu finden.
Nachtdienst	Die diensthabende Pflegefachkraft steht für Ihre medizinische Betreuung zur Verfügung. Die diensthabende Ärztin bzw. der diensthabende Arzt ist stets in der Klinik anwesend. Die Verständigung des Arztes erfolgt über die diensthabende Pflegefachkraft.
Notfall/Notruf	Die Zimmer sind mit Notrufanlagen ausgestattet. Es befindet sich eine Notruf-Taste am Nachttisch sowie jeweils eine Notruf-Taste und ein Notruf-Zug in der Sanitärzelle. Diese sind ausschließlich bei Notfällen zu betätigen.
Pflegedienst	Unsere Pflegefachkräfte haben innerhalb unseres Reha-Teams wichtige Aufgaben. Sie stehen Ihnen jederzeit zu Ihrer pflegerischen Betreuung, Begleitung und Unterstützung im Ablauf der Heilbehandlungsmaßnahme und Klärung organisatorischer Fragen zur Verfügung.
Physiotherapie	Unsere Abteilung Physiotherapie/Bäderabteilung befindet sich im Erdgeschoss, Bauteil B.
Post	Ihre tägliche Post finden Sie in Ihrem Postfach, Ihr Fach trägt die Nummer Ihres Zimmers. Sperrige Sendungen, Pakete oder Päckchen liegen an der Rezeption für Sie bereit. Ausgehende Post kann in den Briefkasten an der Rezeption eingeworfen werden.  Eingehende Post erhalten Sie in den frühen Nachmittagsstunden, abhängig von der Postlieferung.
Psychologischer Dienst	Die psychologische Betreuung erfolgt durch unsere Psychologinnen im Rahmen unseres psychoonkologischen Konzepts. Termine werden über die zentrale Therapieplanung ausgewiesen.

Rauchen	Wie wäre es, wenn Sie die Zeit Ihres Aufenthaltes nutzen, um vom Rauchen Abschied zu nehmen? Wir können Ihnen dabei im Rauchfrei-Seminar helfen.
Reinigung	<p>Die Reinigung der Zimmer findet 3 x wöchentlich statt (Mo, Mi, Fr). Wir möchten Sie bitten, an diesen Tagen nichts auf dem Boden liegen zu lassen und die Schuhe hochzustellen, da sonst keine optimale Reinigung erfolgen kann. Wenn im Nassbereich die Konsole gereinigt werden soll, müssen Ihre persönlichen Utensilien zur Seite bzw. abgeräumt sein.</p> <p>Auf jeder Station finden Sie einen Staubsauger. Mit diesem können u. a. Mücken und Spinnen abgesaugt werden, um nicht an den Wänden „zerdrückt“ zu werden. Natürlich können Sie den Staubsauger auch zwischendurch nutzen, wenn bspw. zu viel Strandsand mit in das Zimmer gebracht wurde.</p>
Reisekosten	Beachten Sie bitte die Hinweise in Ihrem Therapieplan.
Ruhezeiten	<p>Nachtruhe ist Sonntag bis Donnerstag ab 23:00 Uhr sowie Freitag und Sonnabend ab 24:00 Uhr. Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Zimmernachbarn nicht durch Fernseher oder Radio gestört werden.</p> <p>Wir bitten um Verständnis, dass dienstags und mittwochs wegen der An- und Abreisen umfassende Reinigungsarbeiten durchgeführt werden.</p>
Sauna	<p>Voraussetzung für die Nutzung der Sauna ist die Bestätigung durch Ihren behandelnden Arzt und die schriftliche Kenntnisnahme der Sicherheitsvorschriften.</p> <p>Saunazeiten: siehe Aushang Infotafel Physiotherapie</p>
Schwimmen	<p>Unser Bewegungsbad (mit Wassertiefe 1,35 m) steht Ihnen täglich zu den Öffnungszeiten (lt. Aushang Therapiebecken) zum Schwimmen zur Verfügung, Voraussetzung ist die Bestätigung durch Ihren Arzt und Ihre schriftliche Kenntnisnahme der Sicherheitsvorschriften. Die Nutzung des Therapiebeckens ist nur nach dem 6-Augenprinzip möglich (mindestens 3 Rehabilitanden), da von der Klinik keine Aufsicht gestellt wird. Auf der Station unterschreiben Sie bitte die Kenntnisnahme dieser Festlegung.</p> <p>Schwimmzeiten: siehe Aushang Infotafel Physiotherapie</p>
Seelsorge	Beratungsmöglichkeiten entnehmen Sie bitte der Informationstafel im Foyer.
Sozialdienst	Der Sozialdienst berät Sie kompetent in sozialrechtlichen Fragen (z. B. Schwerbehindertenrecht, Renten- und Krankengeldgewährung) und bei der Planung weiterer Maßnahmen (z. B. Rehasport, stufenweise Wiedereingliederung).

	<p>Die Zeiten der „offenen Sprechstunde“ (ohne Terminvereinbarung) entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Informations-tafel im Foyer.</p>
Strandkörbe	<p>Auf dem Gelände werden in den warmen Monaten Strandkörbe zur freien Nutzung bereitgestellt. Bitte bringen Sie die Rückenlehnen bei Ende der Benutzung wieder in ihre Ausgangsposition zurück, damit keine Schäden entstehen.</p>
Taxi	<p>Die Telefonnummer erhalten Sie an der Rezeption.</p>
Telefon	<p>Sie selbst können jederzeit unter der Rufnummer 038375 92xxx (xxx = Zimmer-Nr.) angerufen werden. Gespräche zwischen den Zimmern sind nicht möglich. Sie können kostenlos das deutsche Festnetz erreichen, Mobilfunk und Ausland sind gesperrt. Um ein Amt zu bekommen, wählen Sie die Null „0“, dann die Vorwahl und anschließend die Rufnummer.</p>
Therapieplan	<p>erhalten Sie über Ihr Postfach. Bitte schauen sie regelmäßig nach, um sich über mögliche Änderungen zu informieren.</p>
Visite	<p>Die jeweiligen Visitenzeiten (Ärztliche Direktorin, Oberarzt/ärztin, Facharzt/ärztin) entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan. Bei Terminüberschneidung durch Diagnostik u. a. melden Sie sich bitte bei dem Pflegepersonal.</p>
Waschmaschine/ Trockner	<p>befinden sich im Keller des Bauteils A, Raum A U.057. Aus hygienischen Gründen machen wir Sie darauf aufmerksam, Ihre Wäsche im Wäschetrockner zu trocknen. Beachten Sie bitte die Bedienungsanleitung. Bei Bedienungsfehlern können die Unkosten nicht zurückerstattet werden.</p>
Zugverbindung	<p>Bei regulärer Heimreise wird die Fahrt unserer Rehabilitandinnen und Rehabilitanden zum Ückeritzer Bahnhof zu den festgelegten Zügen in den Vormittagsstunden sichergestellt. Tragen Sie sich hierzu bitte in der Vorwoche ihrer Abreise bis Sonntag in die ausliegenden Listen an der Rezeption ein.</p>
Zusammenarbeit	<p>mit unseren Rehabilitandinnen und Rehabilitanden hat für unser gesamtes Reha-Team eine vorrangige Bedeutung. Bitte suchen Sie das Gespräch mit uns, wenn Informationen fehlen oder etwas besser gemacht werden könnte.</p>

Wir bitten um Kenntnisnahme und Beachtung.  
Ihre Klinikleitung