



Willkommen in der Neurorehabilitation am HFR Meyriez-Murten

Informationen für Patientinnen und
Patienten und ihre Angehörigen

- 
- 3-4 Was versteht man unter Neurorehabilitation?
 - 6-7 Ihre Betreuung in unserer Abteilung
 - 8 Wochenplan und Besuchszeiten
 - 10-15 Das interdisziplinäre Team
 - 16-17 Austrittsvorbereitung
 - 18 Möglichkeiten nach dem Spitalaustritt
 - 19 Ratschläge für Angehörige

Was versteht man unter Neurorehabilitation?

Die Neurorehabilitation richtet sich an Menschen mit Erkrankungen oder Verletzungen des Nervensystems. Dieses besteht aus dem Gehirn, dem Rückenmark und den Nerven, die den ganzen Körper durchziehen. Zu diesen Krankheitsbildern gehören u. a. Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma oder Rückenmarksverletzungen, Hirntumore, Multiple Sklerose (MS), Morbus Parkinson, amyotrophe Lateralsklerose (ALS) und akute inflammatorische demyelinisierende Polyradikuloneuropathie (AIDP).

Die Folgen dieser Beeinträchtigungen können sich unterschiedlich äussern, zum Beispiel durch eine Lähmung einer Körperseite (Hemiplegie), beider Beine (Paraplegie) oder der Arme und Beine (Tetraplegie). Auch Gleichgewichts- und Koordinationsprobleme oder subtilere Auswirkungen wie Gedächtnis-, Konzentrations-, Sprach- oder Verhaltensstörungen sind möglich. Wie schwer diese Beeinträchtigungen sind, ist individuell und hängt von der betroffenen Hirnregion, der Grösse der Läsion, dem Alter und den bisherigen Fähigkeiten ab. Sie lassen sich von den Betroffenen nicht beeinflussen.

Die Probleme sind manchmal rein kognitiver Natur und nicht sichtbar, können aber die Fähigkeiten und damit die Autonomie und Selbstständigkeit der betroffenen Person stark beeinträchtigen. Das hat Auswirkungen auf den Alltag, den Beruf, die Freizeit und die Mobilität (Autofahren). Als Gesundheitsfachpersonen ist es unsere Aufgabe, diese Probleme zu erkennen, einzuordnen und geeignete Therapien vorzuschlagen. Wir beurteilen auch, inwiefern eine sichere Rückkehr in den gewohnten Alltag möglich ist.

Was versteht man unter Neurorehabilitation?

4



Leitlinien

In der Neurorehabilitation legen Sie gemeinsam mit Ihrem Therapieteam Ihre Ziele fest. Um diese zu erreichen, werden Sie von verschiedenen Fachpersonen begleitet. Die intensiven Therapiesitzungen finden täglich statt. Damit Sie sich wohlfühlen, empfehlen wir Ihnen, bequeme Kleidung und geeignete Schuhe zu tragen. Als Patientin bzw. Patient ist es wichtig, dass Sie aktiv an Ihrer Betreuung mitwirken, damit Sie Fortschritte machen und Ihr Privat-, Sozial- und Berufsleben bald wieder möglichst selbstständig gestalten können. Es ist daher wichtig, dass Sie uns Ihre Wünsche, Erwartungen und Ziele mitteilen, damit wir Ihre Betreuung danach ausrichten können.

Denken Sie daran, dass jede Übung Ihnen hilft, im Alltag unabhängiger zu sein. So ist auch jede Alltagstätigkeit eine Gelegenheit, um zu trainieren und sich zu verbessern. Deshalb werden diese Tätigkeiten in die Reha-Therapiesitzungen eingebaut. Wir ermutigen Sie, Ihr Bestes zu geben und gemäss den Empfehlungen Ihrer Therapeuten möglichst vieles alleine zu versuchen, auch wenn es länger dauert oder noch nicht ganz klappt. Wir werden Sie und, wenn Sie einverstanden sind, Ihre Angehörigen regelmässig über Ihren Gesundheitszustand, Ihre Fortschritte und alle wichtigen Änderungen, die sich während Ihres Spitalaufenthalts ergeben, informieren. Bei Fragen dürfen Sie sich jederzeit an unser Personal wenden.



5

6 Ihre Betreuung in unserer Abteilung



7

Eintritt

- ✓ Bei Ihrer Ankunft nimmt sich das interdisziplinäre Team Zeit, um Sie kennenzulernen, die Ziele Ihres Aufenthalts festzulegen und über Ihre Wünsche zu sprechen.
- ✓ Die Physiotherapeutin oder der Physiotherapeut kommt am Nachmittag zu Ihnen, um Ihre Mobilität zu beurteilen und Sie, wenn nötig, mit geeigneten Hilfsmitteln zu versorgen.
- ✓ Sie erhalten den Wochenplan für die Therapiesitzungen, die am nächsten Tag beginnen.

Aufenthalt

- ✓ So früh wie möglich wird besprochen, wie es nach Ihrem Spitalaufenthalt weitergehen soll. Diese Planung kann selbstverständlich im Laufe Ihres Aufenthalts erneut besprochen und angepasst werden.
- ✓ Das interdisziplinäre Team trifft sich einmal pro Woche, um Ihre Fortschritte, das Erreichen der Wochenziele und den weiteren Verlauf Ihrer Rehabilitation zu besprechen. In den darauffolgenden Tagen erhalten Sie bei der ärztlichen Visite ein Feedback.
- ✓ Wenn Ihr Gesundheitszustand es zulässt, können mit Zustimmung des interdisziplinären Teams nach und nach kurze Aufenthalte zu Hause geplant werden.
- ✓ Möglicherweise bitten wir Ihre Angehörigen um Fotos und Massangaben Ihres Zuhauses, damit wir Ihre gewohnte Umgebung nachstellen und in die Therapie integrieren können.

Aufenthalt

- ✓ Gemeinsam mit Ihnen, Ihren Angehörigen und der Ergotherapie kann eine Beurteilung der Wohnumgebung bei Ihnen zu Hause durchgeführt werden. Dies ist sinnvoll, um abzuklären, ob Sie nach Ihrem Spitalaufenthalt nach Hause zurückkehren können und welche Anpassungen dafür nötig wären.
- ✓ Bei Bedarf kann ein Treffen mit Ihnen, Ihren Angehörigen und dem interdisziplinären Team vereinbart werden, um Ihre Situation in Bezug auf die Entwicklung Ihres Gesundheitszustands zu besprechen und um die Planung nach dem Spitalaufenthalt zu klären.

Austritt

- ✓ USobald geklärt ist, wie es für Sie nach der Rehabilitation weitergeht, wird ein Austrittsdatum festgelegt. Es kommen mehrere Optionen infrage:
 - > Rückkehr nach Hause mit oder ohne externe Unterstützung sowie mit oder ohne ambulante Therapie
 - > Eintritt in eine Einrichtung
 - > Verlegung in eine andere HFR-Abteilung oder bei Bedarf in ein anderes Spital

8 Wochenplan und Besuchszeiten

Beim Eintritt erhalten Sie einen auf Sie abgestimmten Wochenplan mit den Therapiesitzungen, an den Sie sich bitte halten. Die Therapien finden zwischen 8 und 17 Uhr statt. Die Intensität des Reha-Programms richtet sich nach Ihren Fähigkeiten, Bedürfnissen und Zielen.

Wenn Sie einverstanden sind und es sich mit Ihren Zielen vereinbaren lässt, können Ihre Angehörigen (Familienmitglieder oder enge Freunde) bei den Therapiesitzungen dabei sein. So sehen sie Ihre Fortschritte mit eigenen Augen und können z. B. für bestimmte Hilfestellungen (beim Gehen, Treppensteigen, Ein- und Aussteigen aus dem Auto) oder geeignete Kommunikationsmittel geschult werden.

Die Besuchszeiten sind täglich von 14 bis 20 Uhr. Die Besucher werden gebeten, sich an folgende Vorgaben zu halten:

- ✓ Abstands- und Hygienemaßnahmen
- ✓ Anweisungen des medizinischen und therapeutischen Personals (z. B. kein Essen mitbringen für Patienten mit Schluckbeschwerden)



Während Ihres Aufenthalts kümmern sich verschiedene Fachpersonen um Sie und Ihre Bedürfnisse. Sie arbeiten eng mit Ihnen und Ihren Angehörigen zusammen. Es ist wichtig, dass Sie die Empfehlungen der Ärztinnen und Ärzte, des Pflorgeteams und der Therapeuten befolgen. Sie und Ihre Angehörigen werden regelmässig Informationen und Ratschläge erhalten, die dazu dienen, Ihre Rehabilitation zu unterstützen und Ihre Lebensqualität zu verbessern.



DAS ÄRZTETEAM

Das Ärzteteam kümmert sich um Ihre medizinische Versorgung und organisiert alle Aspekte Ihrer Behandlung am HFR. Es überwacht Ihren Gesundheitszustand, behandelt mögliche gesundheitliche Probleme und koordiniert Ihre weitere therapeutische, medizinische und soziale Betreuung. Zu diesem Zweck steht es in engem Kontakt mit den übrigen Fachpersonen, die an Ihrer Behandlung beteiligt sind. Die Ärztinnen und Ärzte sind tagsüber von 8 bis 17 Uhr anwesend. In der Nacht ist ein Ärzteteam im Bereitschaftsdienst verfügbar. Die Assistenzärztinnen und -ärzte sind Ihre direkten Ansprechpartner und stehen für Fragen zur Verfügung. Die Nummer des für Sie zuständigen Assistenzarztes wird Ihnen beim Eintritt mitgeteilt. Die Kaderärztinnen und -ärzte überwachen die Assistenzärzte und besprechen mit ihnen Ihre Situation. Sie sind für Ihre Betreuung verantwortlich und stehen bei Bedarf ebenfalls zur Verfügung. Ausserdem sind sie bei der wöchentlichen Arztvisite dabei. Mit Ihrem Einverständnis informiert das Ärzteteam Ihre Angehörigen über Ihre medizinische Situation und steht in Kontakt mit Ihrem Hausarzt. Sie erreichen das Ärzteteam unter der folgenden Nummer: 026 306 73 83



DAS THERAPIETEAM



Das Pflorgeteam

Das Pflorgeteam ist Tag und Nacht um Ihr Wohlergehen besorgt. Die Pflegenden sind Ihre direkten Ansprechpartner und stehen auch Ihren Angehörigen für Auskünfte zur Verfügung. Das Team führt regelmässige klinische Beurteilungen durch und trifft gemeinsam mit Ihnen und für Sie Präventions- und Unterstützungsmassnahmen. Es hört Ihnen zu, gibt Ratschläge, begleitet und unterstützt Sie bei Alltagstätigkeiten wie Körperpflege, Essen und Mobilisation. Alle Pflegenden sind bestrebt, Ihre Selbstständigkeit zu fördern und dabei Ihre Würde und Sicherheit zu wahren. Neben technischen Pflegemassnahmen wie die Verabreichung von Medikamenten, Verbandwechsel, Injektionen usw. kümmert sich das Pflorgeteam auch um die Organisation der Pflege nach Ihrem Austritt und sorgt für eine gute Koordination zwischen den therapeutischen Übungen und Ihrem Alltag.

Sie erreichen das Pflorgeteam unter der folgenden Nummer: 026 306 70 32



Physiotherapie

Die Physiotherapeutinnen und -therapeuten haben die Aufgabe, Sie beim Wiedererwerb Ihrer allgemeinen Mobilität zu unterstützen, sei es beim Gehen oder im Rollstuhl, im Hinblick auf die Beweglichkeit der Arme, der Beine oder des Oberkörpers. Durch aktive Therapien arbeiten Sie gemeinsam mit Ihren Physiotherapeuten an der Motorik, der Kraft, der Sensibilität, dem Gleichgewicht, der Ausdauer und der Koordination. Je nach Bedarf empfehlen sie Ihnen geeignete Hilfsmittel (Gehstock, Unterarmstütze, Gehgestell oder Rollator).

Sie erreichen die Physiotherapie unter der folgenden Nummer: 026 306 71 50



Ergotherapie

In der Ergotherapie trainieren Sie grundlegende Alltagstätigkeiten wie Duschen, Anziehen und Essen sowie komplexere Aktivitäten wie Kochen, Haushalt, Einkaufen, administrative Aufgaben oder die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel. Bei Bedarf zeigen Ihnen die Ergotherapeutinnen und therapeuten neue Techniken oder Kompensationsmethoden. Ausserdem beurteilt das Ergotherapie-Team Ihre Wohnumgebung, um gegebenenfalls eine sichere Rückkehr nach Hause zu ermöglichen.

Sie erreichen die Ergotherapie unter der folgenden Nummer:
026 306 70 80



Logopädie

Die Logopädie hat das Ziel, Ihre Fähigkeiten im Bereich des Sprechens, des Kommunizierens und des Schluckens zu verbessern und/oder wiederzuerlangen. Die Logopädie kann Ihnen helfen:

- > die sprachlichen Fähigkeiten zu verbessern, z. B. bei Wortfindungsstörungen oder Problemen, einem Gespräch zu folgen
- > sich verschiedene Mittel anzueignen, um wieder besser kommunizieren zu können: Schreiben, Kommunikationsheft, Anwendungen auf Geräten usw.
- > besser Sprechen zu können, indem die Artikulation und die Stimme trainiert werden
- > wieder essen und/oder trinken zu können, ohne sich zu verschlucken

Sie erreichen die Logopädie unter der folgenden Nummer: 026 306 73 80



Neuropsychologie

Die Neuropsychologinnen und -psychologen kommen zum Einsatz, wenn kognitive und/oder verhaltensbezogene Beeinträchtigungen auftreten.

Kognitiv	Verhalten
Aufmerksamkeit und Konzentration	Apathie und Antriebslosigkeit
exekutive Funktionen	Veränderung der emotionalen Reaktionen
Gedächtnis	Enthemmung
räumliche Orientierung	Erregbarkeit, Aggressivität
Gestik und Wahrnehmung	fehlendes Bewusstsein für die eigenen Schwierigkeiten

Zur neuropsychologischen Betreuung gehören die Abklärung von kognitiven und verhaltensbezogenen Defiziten sowie praktische Übungen, um mögliche Schwierigkeiten zu überwinden oder auszugleichen und ihre Auswirkungen auf den Alltag zu reduzieren.

Sie erreichen die Neuropsychologie unter der folgenden Nummer:
026 306 73 80



Ernährungsberatung

Auf Verordnung Ihres Arztes stellt die Abteilung Ernährungsberatung eine auf Sie und Ihre Bedürfnisse abgestimmte Ernährung zusammen. Sie passt sowohl die Menge als auch die Qualität Ihrer Mahlzeiten an (Zwischenmahlzeiten, Anreicherung oder Aufteilen der Mahlzeiten, orale Nahrungsergänzungsmittel) und/oder kümmert sich bei Bedarf um die künstliche Ernährung. Die Ernährungsberaterinnen und -berater bieten auch Einzelgespräche, Kochkurse, Beratungen und ambulante Betreuungen an.

Sie erreichen die Ernährungsberatung unter der folgenden Nummer:
026 306 70 60



Psychiatrie

Die Psychiaterin oder der Psychiater steht dem Ärzteteam bei Bedarf für eine Beratung zur Verfügung. Wenn es die Situation erfordert, beurteilt sie oder er Ihren Fall, leitet eine Betreuung während Ihres Aufenthalts ein (wöchentliche Sprechstunde) und empfiehlt bei Bedarf eine Verordnung von Medikamenten. Wenn die Betreuung nach Ihrem Spitalaustritt fortgesetzt werden muss, kann die Psychiaterin oder der Psychiater dabei helfen, die Verbindung zu externen psychiatrischen Diensten herzustellen.



Kunsttherapie

Bei der Kunsttherapie werden kreative und künstlerische Energien freigesetzt. Es sind keine Vorkenntnisse oder besondere Talente erforderlich. Ziel ist es, die Lebensqualität und das grundlegende Wohlbefinden zu verbessern. Malen, Zeichnen, Collagen, Schreiben, Modellieren oder weitere künstlerische Ausdrucksformen können Ihnen helfen, sich auszudrücken und Ihre Ressourcen zu mobilisieren, um sich besser zu fühlen. Sie erreichen die Kunsttherapie unter der folgenden Nummer:
026 306 73 83



Musiktherapie

Der Schweizerische Fachverband für Musiktherapie (SFMT) definiert die Musiktherapie als „Behandlungsverfahren, bei dem Musik im therapeutischen Prozess zur Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung von Gesundheit gezielt eingesetzt wird“. Die Musik wird in allen Formen eingesetzt, um über Ausdruck und Kommunikation persönliche Ressourcen und tiefverwurzelte Ausdruckspotenziale freizusetzen.

Sie erreichen die Musiktherapie unter der folgenden Nummer:
026 306 73 83



Patientenberatung

Die Patientenberatung berät Sie bei medizinisch-sozialen, sozialen und administrativen Problemen während des Spitalaufenthalts. Ab Ihrem Eintritt sammelt die Patientenberatung in Zusammenarbeit mit Ihnen und Ihren Angehörigen alle Informationen im Hinblick auf Ihren Austritt. Sie klärt Sie über geeignete Unterstützungsangebote auf, verweist Sie an die zuständigen Stellen und hilft Ihnen, die geeigneten Netzwerke für Ihre weitere Betreuung zu aktivieren. Sie informiert Sie ausserdem über die administrativen Verfahren im Zusammenhang mit Versicherungen sowie juristischen oder finanziellen Fragen, insbesondere für die Anmeldung bei der IV oder in einem Pflegeheim.

Sie erreichen die Patientenberatung unter der folgenden Nummer:
026 306 70 50

Austrittsvorbereitung



Um Ihre Rückkehr nach Hause bestmöglich vorzubereiten, werden in Absprache mit dem interdisziplinären Team einzelne Tage oder Wochenende zu Hause organisiert. Bei der ersten Heimkehr erhalten Sie einen Fragebogen, um die Therapieziele anhand der Antworten allenfalls anpassen zu können.

Bei Bedarf kann eine Betreuung durch die Spitex organisiert werden. Es kann auch sein, dass Sie selbst oder ein Angehöriger bestimmte Pflegemaßnahmen übernehmen. Dazu wird vorgängig eine therapeutische Schulung organisiert, etwa zur Verwaltung der Medikamente, dem Messen des Blutzuckers und der Hilfestellung bei Transfers oder dem Gehen.

Möglichkeiten nach dem Spitalaustritt

Rückkehr nach Hause

Wenn Sie selbstständig genug sind, um nach Hause zurückzukehren, entscheidet Ihre Ärztin oder Ihr Arzt gemeinsam mit dem interdisziplinären Team über den Zeitpunkt Ihres Austritts. Für die Zeit danach werden ambulante Therapien und gegebenenfalls Unterstützungsleistungen (Spitex, Haushaltshilfe, Mahlzeitendienst usw.) organisiert. Die Patientenberatung steht Ihnen bei Fragen gerne zur Verfügung und hilft Ihnen bei der Austrittsplanung.

Eintritt in eine Einrichtung

Wenn nach Abschluss der Rehabilitation eine Rückkehr nach Hause nicht möglich ist, gibt es alternative Lösungen:

- Kurz- oder Langzeitaufenthalt in einem Pflegeheim
- Seniorenheim
- Betreutes Wohnen
- Spezialisierte Einrichtungen für Menschen unter 65 Jahren

Sie werden frühzeitig über eine mögliche Verlegung in eine Einrichtung informiert. Aufgrund der langen Wartezeiten ist es am besten, frühzeitig zu planen und Sie vorsorglich anzumelden, sofern ein Heimeintritt für Sie in Frage kommt.



Ratschläge für Angehörige 19

- ✓ Sie sind aktiv an der Betreuung Ihrer/Ihres Angehörigen beteiligt und eine wichtige Ressource!
- ✓ Denken Sie aber auch an sich und Ihre Gesundheit und überlasten Sie sich nicht.
- ✓ Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie sich jederzeit an unser Personal wenden.
- ✓ Ihre Mitwirkung an der Rehabilitation ist eine grosse Unterstützung, sofern Sie die Anweisungen des medizinisch-therapeutischen Personals befolgen. Wichtige Informationen des Therapieteams finden Sie grundsätzlich am Anschlagbrett im Zimmer Ihrer/Ihres Angehörigen.
- ✓ Begleiten Sie Ihre/Ihren Angehörigen und ermutigen Sie sie/ihn, die vorgesehenen Übungen zu absolvieren, um Fortschritte zu erzielen.
- ✓ Lassen Sie ihr/ihm Zeit, um Dinge zu erledigen oder sich auszudrücken.

Bitte beachten Sie bei Ihren Besuchen Folgendes:

- ✓ Die Therapiesitzungen sind am Anschlagbrett im Zimmer ersichtlich; bitte legen Sie Ihre Besuche auf die Zeit zwischen den Sitzungen.
- ✓ Seien Sie sich bewusst, dass Ihre Angehörige/Ihr Angehöriger Ruhe braucht, um sich nach den intensiven Therapietagen zu erholen und am nächsten Tag fit zu sein.

Das interdisziplinäre Team steht Ihnen bei Fragen zu einem bestimmten Fachbereich gerne zur Verfügung.



HFR Meyriez-Murten

Chemin du Village 24
3280 Meyriez
026 306 70 00
empfang.meyriez@h-fr.ch



HFR Tafers

Maggenberg 1
1712 Tafers
026 306 60 00
empfang.tafers@h-fr.ch



HFR Freiburg – Kantonsspital

Postfach
1708 Freiburg
026 306 00 00
admission.fribourg@h-fr.ch



HFR Riaz

Rue de l'Hôpital 9
1632 Riaz
026 306 40 00
admission.riaz@h-fr.ch