



GRÄFLICHE KLINIKEN

AMBULANTES REHA ZENTRUM  
JENA



UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

# Herzlich willkommen im ARZ Jena

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserem Zentrum.

Das Ambulante Reha Zentrum Jena (ARZ Jena) ist eine Rehabilitationseinrichtung für die Fachbereiche Orthopädie und Neurologie sowie ein Gesundheits- und Präventionszentrum.

Wenn Sie bei einer Verletzung oder Erkrankung für den Alltag und/oder Beruf wieder hergestellt werden müssen, steht Ihnen unser interdisziplinäres hochqualifiziertes Team in der orthopädisch/traumatologischen und in der neurologischen Rehabilitation zur Verfügung. Nach einer Rehabilitation können unsere Nachsorgeprogramme dazu beitragen, den Erfolg Ihrer Behandlung zu sichern.

Wir können Sie vorbeugend in unseren Praxen für Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie auf eine Heilmittelverordnung (Rezept) behandeln.

Für sich selbst können Sie viel „Gesundes“ in unseren Präventionskursen und in den Selbstzahlerangeboten tun.

Die großzügige Gestaltung der Therapie- und Behandlungsräume einschließlich des Bewegungsbeckens sowie die moderne Ausstattung mit Trainings- und Übungsgeräten werden Ihnen gefallen.

Unsere Cafeteria bietet Ihnen eine große Auswahl an leckeren Snacks und Mittagsmenüs. Hier können Sie zwischen oder nach Ihrer Therapie entspannen und neue Kräfte sammeln.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Sie finden uns verkehrsgünstig gelegen im Stadtteil Jena-Lobeda, direkt gegenüber dem Universitätsklinikum Jena. Für Sie sind ausreichend kostenlose Parkplätze vor Ort vorhanden.

Ihr Team des Ambulanten Reha Zentrums Jena

## REHABILITATION – PRÄVENTION – GESUNDHEIT – SPORT

Unsere Leistungen umfassen

- Ambulante muskuloskeletale Rehabilitation für alle Kostenträger
- Ambulante neurologische Rehabilitation für die Gesetzliche Krankenversicherung
- Arbeitsplatzbezogene Muskuloskeletale Rehabilitation für die gesetzliche Unfallversicherung
- Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP) für die Gesetzliche Unfallversicherung und Beihilfe
- Intensivierte Rehabilitationsnachsorge (IRENA)
- Praxis für Physiotherapie
- Praxis für Ergotherapie
- Praxis für Logopädie
- Gesundheits- und Präventionszentrum
- Angebote für Selbstzahler
- Praxis für Osteopathie (MSc. Ost. D. Hesse)

## AMBULANTE REHA

Bei einer ambulanten Reha erhalten Sie alle notwendigen Therapien und Gesundheitsinformationen. Nach Ende der Behandlung kehren Sie wieder nach Hause in Ihr gewohntes Umfeld zurück.

Folgende Voraussetzungen müssen erfüllt sein:

- Reha-Diagnose und Einleitung eines Reha-Antrags durch Ihren Haus-/Facharzt bzw. Krankenhausarzt
- Bewilligung des Reha-Antrags durch Ihre Krankenkasse oder Ihren Rentenversicherungsträger
- Ausreichende Mobilität und Erreichbarkeit zum ARZ Jena (i. d. R. bis 30 km zwischen dem ARZ Jena und Ihrem Wohnort bzw. 45 min. einfache Fahrzeit)
- Weitestgehende Selbstständigkeit in Ihrem häuslichen Umfeld

Nach Eingang Ihres bewilligten Reha-Antrags teilen wir Ihnen per Post oder telefonisch Ihren Aufnahmetermin mit.



Dr. med.  
Almut Heyne  
Ärztliche Leitung  
des ARZ Jena  
Leitende Ärztin  
Fachbereich  
Orthopädie  
Fachärztin für  
Physikalische und  
Rehabilitative  
Medizin  
Fachärztin für  
Sportmedizin



Dr. med.  
Kathrin Bergmann  
Leitende Ärztin  
Fachbereich  
Orthopädie  
Fachärztin für  
Orthopädie



Dr. med.  
Bastian Loosberg  
Facharzt für  
Physikalische und  
Rehabilitative  
Medizin  
Manuelle Medizin/  
Chirotherapie  
Sportmedizin  
- Notfallmedizin

## Ambulante Reha – Orthopädie

### REHABILITATIONSZIELE

- Erhalt bzw. Wiederherstellung der Erwerbsfähigkeit
- Vermeidung der Verschlimmerung eines Leidens
- Verbesserung der Selbstversorgung und Mobilität im Alltag

### WIE SOLLEN DIESE ZIELE ERREICHT WERDEN?

- Verbesserung Ihrer Kraft, Ausdauer und Kondition in der medizinischen Trainingstherapie (MTT)
- Gezielte Schmerzbehandlung, beispielsweise durch physikalische Therapie
- Funktionsverbesserung durch Physio- und Ergotherapie
- Psychologische Mitbetreuung
- Gesundheitsinformation

Bei Ihren Therapien legen wir besonders großen Wert auf eine umfassende interdisziplinäre Zusammenarbeit.

### LEISTUNGEN IM FACHBEREICH ORTHOPÄDIE

- Ambulante muskuloskeletale Rehabilitation für alle Kostenträger (Orthopädie-Traumatologie)
- IRENA als Nachsorgeprogramm der Deutschen Rentenversicherung
- EAP zu Lasten der Unfallversicherungsträger und Berufsgenossenschaften sowie Beihilfe
- ABMR zu Lasten der Unfallversicherungsträger
- Ambulante Rehabilitation für Selbstzahler

### INDIKATIONEN

- Wiederherstellung nach Operationen an Gelenken und Wirbelsäule
- Schädigungsfolgen nach Verletzungen am Bewegungsapparat
- Degenerative Erkrankungen der Gelenke und Wirbelsäule
- Entwicklungsstörungen des Skelettsystems
- Zustand nach Amputationen



# Ambulante Reha – Orthopädie



## IRENA

Die Intensivierte Rehabilitationsnachsorge (IRENA) ist ein Nachsorgeprogramm der Deutschen Rentenversicherung und wird im Anschluss an Ihre stationäre oder ambulante Rehabilitation angeboten.

Es dient der Stabilisierung des Rehabilitationsergebnisses. Die IRENA-Maßnahme wird von Ihrem behandelnden Arzt in der Rehabilitationseinrichtung verordnet.

## EAP

Bei der Erweiterten Ambulanten Physiotherapie (EAP) handelt es sich um eine Komplexbehandlung. Hier kommen die Methoden der Physikalischen Therapie, der Krankengymnastik und der Medizinischen Trainingstherapie (Sporttherapie) auch in Kombination mit einer ergotherapeutischen Behandlung zur Anwendung.

Diese Therapieform wird durch die Berufsgenossenschaften und Unfallversicherungsträger bei Arbeitsunfällen gewährt.

## ABMR

Das ARZ Jena ist auch von den gesetzlichen Unfallversicherungsträgern als Rehabilitationseinrichtung zur Durchführung der Arbeitsplatzbezogenen Muskuloskeletalen Rehabilitation (ABMR) zugelassen. Bei einer ABMR werden Ihre Verletzungsfolgen oder Schäden, die Sie sich bei einem Arbeitsunfall zugezogen haben, mit konkret benötigten arbeitsrelevanten Aktivitäten therapiert. In unserem WorkPark®, einem lizenzierten Trainings- und Therapiebereich zur Simulation von Bewegungsabläufen bei der Arbeit, trainieren Sie unter Anleitung speziell ausgebildeter Ergotherapeuten. Das Ziel ist Ihre Rückkehr an Ihren bisherigen Arbeitsplatz.





Prof. Dr. med. Ottmar Leidner  
Leitender Arzt Bereich Neurologie  
Facharzt für Neurologie, Psychiatrie  
und Psychotherapie  
Sozialmedizin



Dr. med. Birgit Neumann  
Fachärztin für Physikalische und  
Rehabilitative Medizin

## Ambulante Reha – Neurologie

### REHABILITATIONSZIELE

- Erhalt bzw. Wiederherstellung der Erwerbsfähigkeit
- Vermeidung der Verschlimmerung eines Leidens
- Verbesserung der Selbstversorgung und Mobilität im Alltag

### WIE SOLLEN DIESE ZIELE ERREICHT WERDEN?

Beratung, Therapie und Training in den Bereichen:

- Rehabilitationsmedizin
- Psychologie
- Logopädie
- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Sporttherapie
- Gesundheitsinformation
- Ernährungsberatung
- Rehabilitationspflege
- Sozialrechtliche Beratung

Bei Ihren Therapien legen wir besonders großen Wert auf eine umfassende interdisziplinäre Zusammenarbeit.

### LEISTUNGEN IM FACHBEREICH NEUROLOGIE

- Ambulante neurologische Rehabilitation  
(für gesetzliche und private Krankenkassen)
- Ambulante neurologische Rehabilitation für Selbstzahler

### INDIKATIONEN

- Folgen von Schlaganfall, Durchblutungsstörungen oder Sauerstoffmangel im Gehirn oder Rückenmark
- Verletzungsfolgen an Gehirn oder Rückenmark
- Stoffwechselerkrankungen von Gehirn oder Rückenmark
- Entzündliche Erkrankungen des Gehirns und des Rückenmarks
- Tumorerkrankungen von Hirn oder Rückenmark
- Degenerative Hirn- oder Rückenmarkerkrankungen (z.B. Parkinsonsyndrom)
- Erkrankungen und Verletzungen der Nerven von Armen und Beinen



# Praxis für Physiotherapie

## ZIELE

Physiotherapie dient der Wiedererlangung, Erhaltung und Förderung Ihrer bestmöglichen Bewegungsabläufe, aber gleichzeitig auch die Veränderung Ihrer Gewohnheiten sowie gesundheitsförderndes Verhalten.

Durch die Anwendung verschiedener aktiver und passiver Maßnahmen wird der Weg geebnet, den Heilungsprozess zu unterstützen, fortzuführen und erneuten Beschwerden vorzubeugen.

## LEISTUNGSSPEKTRUM

- Allgemeine Krankengymnastik
- Manuelle Therapie Erwachsene und Kinder
- Krankengymnastik auf neurologischer Basis
  - Vojta
  - Bobath
  - PNF
- Manuelle Lymphdrainage
- Kompressionsbandagierung
- CMD-Behandlung (Kieferbehandlung)
- Gerätegestützte Krankengymnastik
- D1- Behandlungen (Heilmittelkombination)
- Traktionsbehandlung mit Schlingentisch
- Osteopathische Techniken
- Skoliotherapie nach Schroth
- Dreidimensionale Manuelle Fußtherapie nach Zukunft
  - Huber
- Krankengymnastik im Bewegungsbad
- Massage (Klassische-, Segment-, Periost-, Colon- und Bindegewebsmassage)
- Fußreflexzonenmassage
- Heiße Rolle
- Wärmetherapie
- Kältetherapie
- Vierzellenbad
- Kohlensäurebad
- Kinesiotape

## WAS BENÖTIGEN SIE?

Die Behandlungen werden von Hausärzten und/oder den jeweiligen Fachärzten als Heilmittel verordnet (Rezept).



## ZIELE

Diagnostik, Therapie und Beratung bei Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter.

Für die Verbesserung Ihrer kommunikativen Fähigkeiten im Alltag stehen wir auch gern Ihren Angehörigen bei Fragen anleitend und beratend zur Seite.

## BEHANDLUNGSSCHWERPUNKTE

- Sprachstörungen, z.B. nach Schlaganfall oder Schädelhirntrauma (Aphasie)
- Sprechstörungen, z.B. nach Schlaganfall (Dysarthrie/Dysarthrophonie)
- Zentrale Planungsstörungen von Sprechbewegungen (Sprechapraxie)
- Schluckstörungen (Dysphagie)
- Gesichtsnervenlähmung (Facialisparese)
- Organische, funktionelle und psychogene Stimmstörungen (Dysphonie)
- Artikulationsstörungen
- Naseln (Rhinophonie)
- Störungen des Redeflusses (Stottern, Poltern)
- Sprachentwicklungsstörungen (SES)
- Sprachentwicklungsstörungen bei geistiger oder körperlicher Behinderung
- Artikulationsstörungen mit Lautbildungsfehler (Dyslalie)
- Auditive Wahrnehmungs- und Verarbeitungsstörungen (AVWS)
- Störungen der grammatikalischen Entwicklung (Dysgrammatismus)
- Naseln (Rhinophonie, z.B. durch Lippen-, Kiefer-, Gaumenspalten)

## WAS BENÖTIGEN SIE ?

Die logopädische Behandlung wird als Heilmittelverordnung (Rezept) vom Allgemeinmediziner/Internist, Neurologe/Psychiater, Facharzt für Hals-, Nasen-, Ohren-, Heilkunde oder Phoniatrie, Zahnarzt und Kieferorthopäde/Kieferchirurg ausgestellt.

## ZIELE

Ziele der Ergotherapie sind die Wiederherstellung und Verbesserung von beeinträchtigten motorischen, sensorischen oder kognitiven Fähigkeiten und Funktionen.

Dabei wird mit aktivierenden und handlungsorientierten Methoden und Verfahren gearbeitet. Wir setzen adaptierte Übungsmaterialien, funktionelle, spielerische, handwerkliche sowie gestalterische Techniken ein.

## LEISTUNGSSPEKTRUM

- Motorisch-funktionelle Behandlung mit Alltagsorientierung (u.a. Feinmotoriktraining und Kraftaufbautraining anhand funktioneller Materialien, Schienenversorgung)
- Sensomotorisch-perzeptive Behandlung (u.a. Desensibilisierung und Sensibilisierung einzelner Sinnesfunktionen, Hemmung und Abbau pathologischer Haltungs- und Bewegungsmuster und Bahnung normaler Bewegungen)
- Psychisch-funktionelle Behandlung
- Hirnleistungstraining
- Thermische Anwendungen
- Beratung zu Gelenkschutz und Hilfsmitteln

## METHODEN u.a.

- Handtherapie (zertifizierte Handtherapeutin)
- Manuelle Therapie der oberen Extremitäten
- Bobath-Therapie
- Führen nach Affolter
- Basale Stimulation
- F.O.T.T. (Facio Orale Trakt Therapie)
- Arbeiten mit handwerklichen Techniken
- Schienenherstellung
- Beratung und Anleitung der Angehörigen und Wohnumfeldberatung

## WAS BENÖTIGEN SIE ?

Die Behandlungen werden von Hausärzten und/oder den jeweiligen Fachärzten als Heilmittel verordnet (Rezept).



Dr. phil. Kerstin Erler  
Leitende Sporttherapeutin

## Gesundheits- und Präventionsleistungen



In unserem Gesundheits- und Präventionszentrum bieten wir Ihnen vielfältige Angebote in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung.

Lassen Sie sich von uns beraten – wir finden gemeinsam ein passendes Angebot für Sie!

Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor Kursbeginn über die Anerkennung bzw. Bezuschussung des von Ihnen gewählten Präventionskurses.

Eine Übersicht unserer Kurse und Preise finden Sie unter [www.arz-jena.de/gesundheits-praeventionszentrum](http://www.arz-jena.de/gesundheits-praeventionszentrum)



### PRÄVENTIONSKURSE: BEWEGUNG

- Functional Training für den Rücken – Wirbelsäulengymnastik für Anfänger
- Core Training – Wirbelsäulengymnastik für Fortgeschrittene
- Rücken Basic und Rücken Plus
- Fitness Basic und Fitness Special
- Aqua-Fitness
- Aktiv und Fit (Herz-Kreislauf-Training)
- Schritt für Schritt Fit (Herz-Kreislauf-Training)
- Von 0 auf 21 (Laufkurs, Hinführung zum Halbmarathon)

### PRÄVENTIONSKURS: ERNÄHRUNG

- Schokolade erlaubt

### PRÄVENTIONSKURS: ENTSPANNUNG

- Progressive Relaxation (PR)

### KOMBINIERTE KURSE

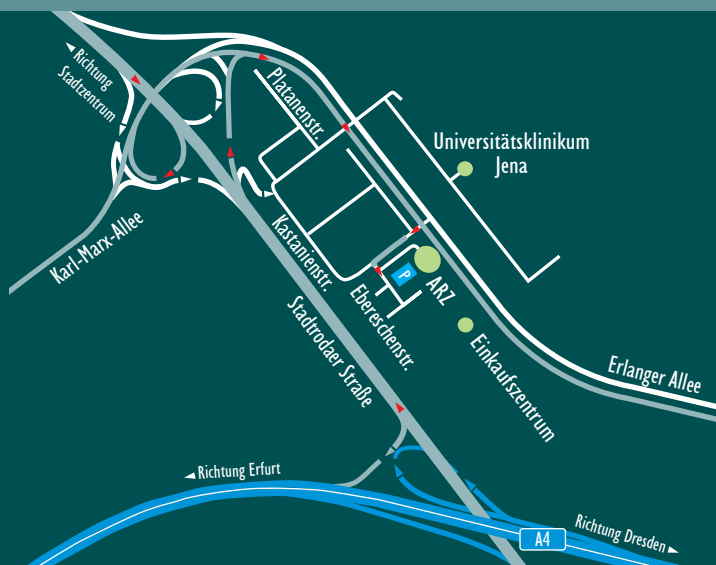
- Fit in Form (Ernährung und Bewegung)
- Bewegung und Entspannung

### SELBSTZÄHLERANGEBOTE

- Medizinische Trainingstherapie  
10 x 60 Minuten  
6-Monate-Karte (je 60 Minuten)
- verschiedene Leistungstests  
(z.B. Ausdauer, Koordination)
- Aqua-Gymnastik, 10 x 30 Minuten
- Aqua-Jogging, 10 x 30 Minuten
- Nordic Walking, 8 x 90 Minuten
- Regulatives Musiktraining, 10 x 60 Minuten
- Sport für den Doc (nur für Ärzte)  
8 x 60 Minuten



WWW.ARZ-JENA.DE



## PATIENTENSERVICE

Für Ihre Fragen zum Reha Antrag und Ihre Anmeldung bei uns steht Ihnen das Team der Rezeption gerne zur Verfügung.

Tel.: 03641.4824-0

Fax: 03641.4824-199

E-Mail: [info@arz-jena.de](mailto:info@arz-jena.de)

Für Anfragen von Kostenträgern steht Ihnen Frau Jahn zur Verfügung:

Tel.: 03641.4824-104

Fax: 03641.4824-199

## AMBULANTES REHA ZENTRUM JENA GMBH & CO. KG

Ebereschenstraße 1+3 • 07747 Jena

Tel.: 03641.48-240 • Fax: 03641.4824-199

[info@arz-jena.de](mailto:info@arz-jena.de)