



Wie bei einem Puzzle müssen bei einem maßgeschneiderten Therapieplan alle notwendigen Teile richtig zusammengesetzt werden.

Der Blick auf das große Ganze

In der Ostseeklinik Prerow steht die ganzheitliche Rehabilitation im Mittelpunkt. Symptome werden dabei nicht isoliert betrachtet, sondern im Gesamtbild gesehen. Nur die Betrachtung und Behandlung von Erkrankungen im großen Ganzen führt zum gewünschten Therapieziel.

Drei Fachdisziplinen unter einem Dach: Die Ostseeklinik Prerow hat sich auf Orthopädie, Innere Medizin/Atemwegserkrankungen und Dermatologie spezialisiert. Entscheidend ist das abgestimmte Zusammenspiel der drei Fachdisziplinen, das durch viele weitere Therapiebausteine ergänzt wird.

Hierfür ist eine intensive interdisziplinäre Zusammenarbeit mit den unterschiedlichsten Expertinnen nötig – von Pneumologinnen über Psychologinnen bis hin zu Physiothera-

peutinnen. Das ist die Basis für einen individuell zugeschnittenen Therapieplan, der die speziellen Bedürfnisse der Patientinnen in den Blick nimmt und effektiv greift. Um dieses Ziel zu erreichen, befinden sich alle Fachkräfte – von Fachärztinnen bis hin zu Therapeutinnen – in einem engen Austausch.

PRAXISBEISPIEL PNEUMOLOGIE

Zur besseren Veranschaulichung des ganzheitlichen Ansatzes hier sehr gutes Beispiel aus der Praxis:

FORTSETZUNG AUF DER NÄCHSTEN SEITE >>

Liebe Leserin,
lieber Leser,

die Ostsee glitzert in der Sonne, die Tage werden länger und der warme Wind duftet nach Meer – jetzt beginnt in der Ostseeklinik Prerow eine ganz besondere Zeit: der Sommer. Er schenkt neue Kraft, frische Ideen und sorgt für spannende Impulse.

In diesem Prerowbrief erfahren Sie, welche erfolgreichen Projekte in der Klinik weiter vorangetrieben werden. Lesen Sie zum Beispiel, wie das Thema „Ganzheitlichkeit“ in der Praxis behandelt wird. Außerdem erfahren Sie in dieser Ausgabe, wie die REHASAN-App von den Patientinnen angenommen wurde, welchen Stellenwert Atemmuskeltraining in der Klinik hat und wie die Kooperation mit der privaten ecolea-Schule aussieht.

Freuen Sie sich auf eine sonnige Zeit voller Leichtigkeit, Inspiration und Energie.

Ihr Team der
Ostseeklinik Prerow

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit werden Begriffe wie „Patient“ oder „Mitarbeiter“ in der weiblichen Form verwendet, beziehen sich aber grundsätzlich auf alle Geschlechter.

>> FORTSETZUNG VON SEITE 1



In der Ostseeklinik Prerow wird zwischen den unterschiedlichen Abteilungen Hand in Hand zusammengearbeitet. Dabei sind alle Prozesse eng miteinander verzahnt.

Im ausführlichen Aufnahmegespräch mit der behandelnden Ärztin in der Ostseeklinik Prerow werden die angestrebten Therapieziele gemeinsam mit der Patientin abgestimmt. Im Anschluss werden die für die Zielerreichung zielführenden Therapien von der Ärztin verordnet – dabei liegen immer die individuellen Beschwerdebilder und die jeweilige Leistungsfähigkeit der Patientinnen zugrunde. Der Leitgedanke dabei ist: „Alles kann, nichts muss.“ Anschließend erfolgt die Erstellung eines individuellen Therapieplans sowie die Durchführung einer umfassenden Diagnostik. Die erhobenen Befunde werden im Rahmen der Facharztvorstellungen erneut überprüft und diskutiert. Gegebenenfalls erfolgt eine weitere Anpassung der Therapien.

UMSETZUNG DES THERAPIEPLANS

Steht der Therapieplan erst einmal, werden die geplanten Anwendungen in Einzel- und Gruppensitzungen umgesetzt. So gibt es eine Vielzahl pneumologischer und physiotherapeutischer Einzeltherapien, aber auch Gruppensessions wie z. B. „Atmung

und Haltung“, Treppentraining, Nordic Walking, Ergometer- und Laufbandtraining, medizinisches Gerätetraining, Vorträge und Patientenschulungen für den Umgang mit chronischen Erkrankungen sowie ernährungstherapeutische Angebote und verschiedene Entspannungstherapien. Diese Bausteine werden je nach Bedarf ergänzt durch orthopädische und dermatologische Einzel- und Gruppentherapien. Treten im Rahmen der Behandlung neue Begleiterkrankungen auf, wird zur weiteren Abklärung z. B. ein orthopädisches oder dermatologisches Konsil angeordnet. Bei schwer erkrankten Patientinnen gibt es zudem eine Fallbesprechung mit mehreren Expertinnen. Dabei tauschen sich Ärztinnen, Therapeutinnen sowie die Ernährungsberatung über mögliche Anpassungen der Therapie aus. Bei der Facharztvisite werden die verordneten Therapien regelmäßig überprüft und die erreichten Ergebnisse besprochen.

Wenn alle Maßnahmen perfekt – wie ein Puzzle – ineinandergreifen, ist der Weg zu einer erfolgreichen Rehabilitation geebnet.

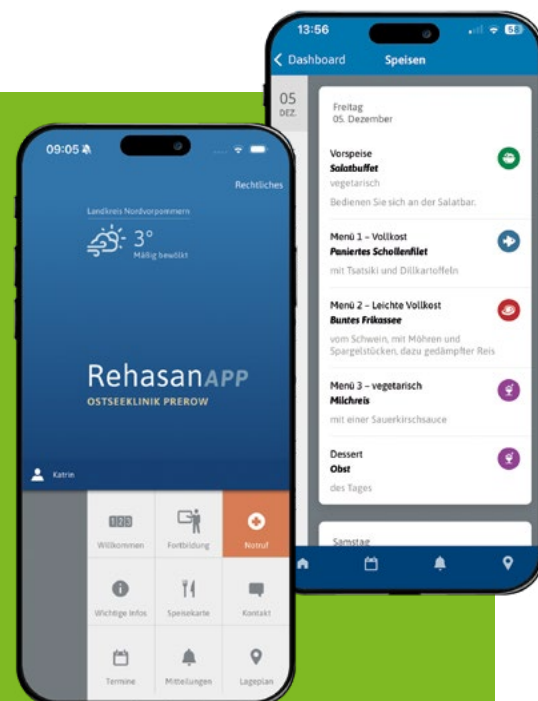
RANDNOTIZ

Die Zukunft ist digital

Alles auf einen Blick und mit nur einem Klick: Dank der REHASAN-App sind die Patientinnen jederzeit und überall auf dem neusten Stand.

Wie sehen die Menüs in dieser Woche aus? Was steht auf dem Therapieplan? Wo findet welche Behandlung statt und wie komme ich dorthin? Welche aktuellen Änderungen sind wichtig? Die REHASAN-App ist ein wichtiges Informationstool – und weit mehr als das. Mit der intuitiv bedienbaren App können die Therapiepläne angezeigt werden. Sogar die gewünschten Mahlzeiten können im Handumdrehen bestellt werden. So wird dieser wichtige logistische Prozess deutlich vereinfacht. Schluss mit umständlichen Papierlisten.

Außerdem ist die App ein wichtiges Kommunikationsmittel: Die Klinik kann aktuelle Informationen per Push-Nachricht an die Patientinnen schicken, sodass alle sofort informiert sind. Kein Wunder, dass dieser vielseitige Helfer von so vielen Patientinnen gerne aktiv genutzt wird.



Leicht bedienbar, übersichtlich und vielseitig – die REHASAN-App überzeugt in der Ostseeklinik Prerow auf ganzer Linie.

Endlich wieder frei durchatmen

Atemmuskeltraining, auch inspiratorisches Muskeltraining genannt, ist ein wichtiger Therapiebaustein, der das Zwerchfell stärkt, die Atemmuskulatur trainiert und das Lungenvolumen verbessert.

Am Anfang steht eine Atemmuskelfraktmessung. Die Ergebnisse dieser Diagnostik entscheiden, ob ein spezifisches Atemmuskeltraining für die jeweiligen Patientinnen sinnvoll ist. Auf Basis der Messergebnisse (z. B. bei Problemen mit dem Zwerchfell) wird in den meisten Fällen eine Hilfsmittelverordnung erstellt. Die verordneten medizinischen Geräte ermöglichen ein gezieltes Training der Atmung.

TRAINING UND THERAPIE IN EINEM

Das Trainingsgerät, das in der Ostseeklinik Prerow zum Einsatz kommt, ist ein Atem-Coach, der die Kräftigung und die Weitung der Atemwege unterstützt und das Lösen von Sekret fördert. Gleichzeitig hilft die Nutzung des Geräts, Stress, Atemnot, Konzentrationsmangel und Spannungsschmerzen zu reduzieren.

Meditative Töne bei der Ein- und Ausatmung werden von dem Apparat mit Atemmuskeltraining und Atemphysiotherapie verbunden. Das Gerät für inspiratorisches Muskeltraining wird zur Behandlung, Rehabilitation, Prävention und Entspannung verwendet und dabei zunächst in der Selbstbehandlungstherapie eingesetzt. Ziel ist es, dass die Patientinnen die Anwendung nach der Rehabilitation zu Hause ambulant fortführen.

WEITREICHENDES ANGEBOT

Das Atemmuskeltraining in der Ostseeklinik Prerow wird in Einzel-



Durch inspiratorisches Muskeltraining lernen die Patientinnen, bewusster und effizienter zu atmen.

und Gruppentherapien durchgeführt. Dazu gehören unter anderem pneumologische Einzeltherapien, die Gruppenanwendung „Atmung und Haltung“ sowie Treppensteigen.

Atem bedeutet Energie: Gezieltes Atemmuskeltraining hilft Patientinnen dabei, leichter durchzuatmen, neue Kraft zu erlangen und ein Stück Lebensqualität zurückzugewinnen. Genau deshalb ist das inspiratorische Muskeltraining in der Ostseeklinik Prerow ein wertvoller Therapiebaustein.

LAND & LEUTE

Verwunschener Zauberwald

Uralte Eichen, knorri-ge Kiefern, vom Wind geformte Rotbuchen – der Darßer Urwald steckt voller Geheimnisse.

Er ist magisch, vielfältig und wild: Der ursprüngliche Darßer Urwald ist Teil des Nationalparks Vorpommersche Boddenlandschaft und wirkt wie aus einer anderen Zeit. Die mystische Stimmung des rund 5.800 Hektar großen Waldes zieht Besucherinnen sofort in ihren Bann.

Durch dieses weitgehend naturbelassene Areal schlängeln sich zahlreiche kleine Pfade, die nur darauf warten, entdeckt zu werden. Im Darßer Urwald wird kein Baum gefällt oder gepflanzt: Hier kann sich die Natur frei entfalten – und das treibt gar wundersame Blüten.

Ein Spaziergang durch diese ursprüngliche Natur reduziert Stress und fördert die Entspannung – ein fantastischer Kraftort zum Auftanken!



Zukunft entsteht gemeinsam

Die Ostseeklinik Prerow kooperiert intensiv mit der privaten Berufsfachschule ecolea, die unter anderem Physiotherapeutinnen ausbildet.



Aus engagierten Praktikantinnen werden oft geschätzte Kolleginnen. Auch deshalb ist die Kooperation mit der ecolea ein wichtiger Schritt in die Zukunft.

An der ecolea in Warnemünde und Stralsund können Schülerinnen und Schüler neben weiteren Berufsausbildungen auch eine dreijährige Ausbildung zur Physiotherapeutin bzw. zum Physiotherapeuten absolvieren. In diesem Zeitraum wird den Auszubildenden viel medizinisches, physiotherapeutisches und sozialwissenschaftliches Fachwissen vermittelt. Besonders großen Wert wird dabei auf Praktika gelegt. Insgesamt sind dafür 40 Wochen vorgesehen.

PRAKTIKUM IN PREROW

Allen Praktikantinnen werden von der Ostseeklinik Prerow Unterkunft und Verpflegung gestellt. Auf dem Ausbildungsplan stehen Hospitationen sowie selbstständiges Arbeiten

an den Patientinnen unter Aufsicht einer Fachkraft. Dazu gehören unter anderem Einzelkrankengymnastik, pneumologische Einzeltherapie, Massagetherapie, Bewegungs-, Atmungs- und Haltungsgruppen sowie Wassergymnastikgruppen – je nach Ausbildungsstand und Fähigkeiten.

Bei Nordic Walking, Feldenkrais, medizinischem Qigong, Training auf dem Fahrradergometer oder dem Laufband und medizinischem Gerätetraining finden Hospitationen statt. Die Praktikanten erhalten zudem umfassende Schulungen in den Bereichen „Elektrotherapie“, „Kryotherapie“ und „Wärmeanwendungen“. Ein besonderer Pluspunkt: Die Azubis haben außerdem die Möglichkeit, bei Facharztvorstellungen zu hospitieren und Fragen zu stellen.

Für die Ostseeklinik Prerow ist die Kooperation eine wichtige Investition in die Zukunft. Denn junge Talente für sich zu gewinnen, ist heute wichtiger denn je. Deshalb kann der Schritt auf potenzielle neue Mitarbeiterinnen zu gar nicht früh genug gemacht werden.

VERANSTALTUNGEN

Sonnige Highlights des Sommers

Lange Tage, warme Nächte – volls Programm: Der Sommer muss gefeiert werden! Das aktuelle Veranstaltungsprogramm liefert dafür die schönsten Inspirationen.



18.07.2026,
10 18 UHR
PREROWER HAFENFEST
Hafen Prerow,
Am Krabbenort

Wikingerlager, Drachenbootrennen, Musik, kulinarische Genüsse und vieles mehr für Groß und Klein.



26.07.2026,
AB 15 UHR
TRADITIONELLES
TONNENABSCHLAGEN
Am Krabbenort,
Prerow

Reiterwettbewerb, bei dem die Reste einer geschmückten Holztonne zerschlagen werden.



15.08.2026,
AB 11 UHR
SEEBRÜCKENFEST
IN PREROW
Seebrücke
Hauptaufgang

Live-Musik, Kinderprogramm, Straßen-show und spektakuläre Lasershow.



Herausgeber: Ostseeklinik Prerow • Kirchenort 5 • 18375 Ostseebad Prerow

Telefon 038233 / 650 • Fax 038233 / 655110 • www.ostseeklinik-prerow.de • info@ostseeklinik-prerow.de

Konzept und Design: www.c-drei.de