

Nachsorge


Das Rehabilitationsergebnis ist die Basis Ihrer Genesung. Nach abgeschlossener Reha sind Sie in der Lage, auch selbständig mit Eigenübungen weitere Verbesserungen zu erreichen.

Zusätzlich bieten wir Ihnen Nachsorgeprogramme an, um den langfristigen Reha-Erfolg zu sichern. Bereits während Ihrer Rehabilitation beraten wir Sie gern, so dass Sie im Anschluss an die Reha nahtlos mit der Nachsorge in unserem Zentrum beginnen können.

ZAR Reha-Sprechstunde

Jeden Mittwoch 16.30 Uhr findet unsere Reha-Sprechstunde im ZAR Berlin statt. Hier zeigen wir Ihnen gern unser ambulantes Rehabilitationszentrum, informieren Sie über den Ablauf der Rehabilitation und beantworten Ihre Fragen.

Weitere Informationen unter: www.zar-berlin.de

 **030. 285 184-0**




ZAR Berlin . Ihr Weg zu uns


ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation Berlin
Gartenstraße 5 . 10115 Berlin-Mitte


 030. 285 184-0 .  030. 285 184-350
info@zar-berlin.de . www.zar-berlin.de





Wir sind mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar:

 U8
bis Rosenthaler Platz
Fußweg 600m

 S1, S2 und S25
bis Nordbahnhof
Fußweg 450m

 Tram M8 und 12
bis Nordbahnhof
Fußweg 450m

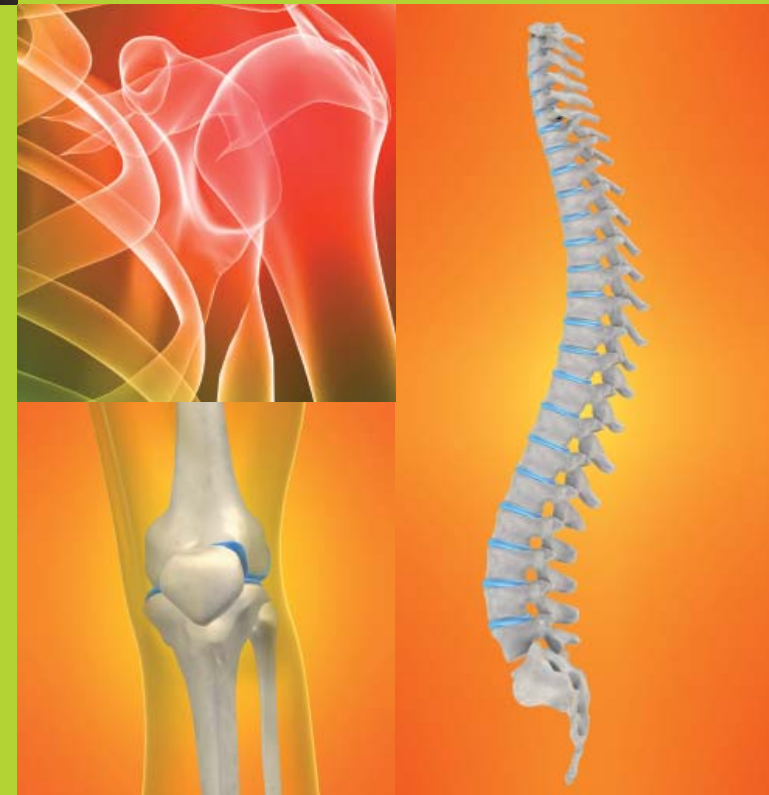
 Bus 245, 247
bis Nordbahnhof
Fußweg 450m

 Bus 142
bis Tucholskystraße
Fußweg 100m

Orthopädie

Der Mensch im Mittelpunkt unseres Handelns

ZAR Berlin Zentrum für ambulante Rehabilitation



Nanz medico Zentren für ambulante Rehabilitation
www.nanz-medico.de Unternehmen der Helmut Nanz-Stiftung

Orthopädie im ZAR - Bewegung ist Leben

ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation

Wir stehen Ihnen zur Seite! In unserer orthopädischen Abteilung behandeln wir Funktionsfehler des Stütz- und Bewegungsapparates, also der Gelenke, Knochen, Bänder, Sehnen und der Muskulatur rehabilitativ. Unser erfahrenes Team arbeitet interdisziplinär zusammen, um die Therapieziele Ihres persönlichen Behandlungsplans Schritt für Schritt zu erreichen.

Indikationen

Wir behandeln Patienten mit allen orthopädischen Erkrankungen sowie allen Erkrankungen des Bewegungsapparates wie:

- chronischen Rückenbeschwerden
- Bandscheibenvorfällen
- chronischen Gelenkbeschwerden, -entzündungen
- Arthrosen
- Muskel- und Nervenstörungen

Nach Knochenbrüchen, Verletzungen und nach Operationen:

- Endoprothesen (Hüfte, Knie, Schulter u.a.)
- Gelenkoperationen (Schulter, Knie u.a.)
- Bandersatzoperationen (Kreuzband u.a.)
- Wirbelsäulenoperationen

Behandlungs- und Rehabilitationsangebot

Die Behandlung und die Ergebnisse der ambulanten Reha sind denen einer stationären Reha gleichwertig. Sie verbleiben jedoch in Ihrem gewohnten Familien- und Freundeskreis.

Therapiespektrum

- Fachärztliche Betreuung
- Diagnostik
- Physiotherapie aller Methoden, einzeln und in Gruppen, auch im Bewegungsbad
- Physikalische Therapie
- Sport- und Bewegungstherapie
- Aqua-Fitness im Hallenbad
- Ergotherapie
- Massagen
- Wärmetherapie
- Kältetherapie
- Psychologie
- Arbeitsplatzberatung
- Sozialberatung
- Ernährungsberatung . Lehrküche
- Nachsorgeprogramme: IRENA . Gesundheitssport

Ziele

Unser individuelles Rehabilitationsangebot hat als Ziel, Fähigkeiten neu zu erlernen, wieder ein Gefühl für seinen Körper zu entwickeln und sich selbst wieder vertrauen zu können. Selbständigkeit und Unabhängigkeit im Alltag und Beruf, aktiv sein können und am Leben teilzuhaben, dies wollen wir mit unseren Patienten erreichen.

Aufenthalt

Die ambulante Reha findet jeweils von montags bis freitags zwischen 08.00 und 17.00 Uhr für vier bis sechs Stunden statt. Inhalt und Dauer der Behandlungen richten sich nach Ihrer persönlichen Situation sowie nach den ärztlichen Empfehlungen.

Service

Täglich erhalten Sie im ZAR Berlin ein ausgewogenes Mittagessen. Darüber hinaus bieten wir Ihnen in der Cafeteria Snacks und Erfrischungen an. Bei medizinischer Notwendigkeit steht Ihnen unser Transportdienst innerhalb Berlins zur Verfügung.

