



DEKIMED®

Celenus Deutsche Klinik für Integrative Medizin
und Naturheilverfahren

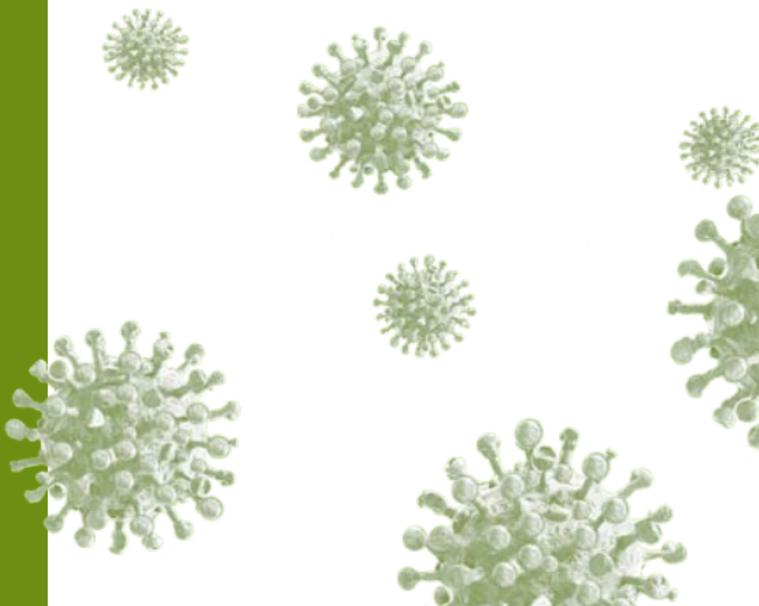
Fachzentrum für
Innere Medizin/
Stoffwechsel,
Psychosomatik und
Orthopädie



Post-Covid-Syndrom

Gezielte Rehabilitation nach einer
Covid-19-Erkrankung

ORPEA
GROUP





Über drei Mio. Menschen sind bisher in Deutschland an Covid-19 erkrankt. Die meisten davon gelten als genesen. Viele leiden jedoch trotz überstandener Coronavirus-Infektion unter erheblichen Covid-19-Spätfolgen. „Post-Covid-Syndrom“ oder „Long-Covid“ nennen Fachleute dieses Krankheitsbild. Zudem gibt es Menschen, die zwar nicht an Covid-19 erkrankt sind, aber unter den seelischen Auswirkungen der Corona-Pandemie leiden.

In der Celenus DEKIMED ermöglichen wir für Betroffene spezielle stationäre Rehabilitationen, **die bei den gesetzlichen Krankenkassen und der Deutschen Rentenversicherung anerkannt** sind. Wir bieten den Patienten professionelle Hilfe in Form einer interdisziplinären Post-Covid-Reha: Ein interdisziplinäres Team ermöglicht den fachübergreifenden Austausch zwischen Ärzten und Therapeuten im Sinne einer ganzheitlichen Behandlung. Unser ganzheitliches Therapiekonzept arbeitet mit integrativen Therapieangeboten, die sich sowohl aus **verhaltensmedizinischen, schulmedizinischen und naturheilkundlichen Therapieverfahren** zusammensetzen. Wir berücksichtigen besonders den psychosomatischen Aspekt – die engen Verzahnung von Körper und Seele – vor allem bei chronischen Erkrankungen.

Zudem bietet die Lage der DEKIMED im Vogtland mit seinem milden Reizklima und guter Luftqualität einen günstigen Behandlungsfaktor. Bad Elster hat ein interessantes Terrainkurwegesystem, welches unmittelbar im Kurzentrum, direkt an der DEKIMED, beginnt. Die Terrainkur, d. h. aktive Bewegung im Freien, ist traditionell ein einkalkulierter Bestandteil der Kurorttherapie.



Indikation für die Post-Covid-Rehabilitation

- weiterbestehende Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit (Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen, Atembeschwerden, Müdigkeit, Konzentrationschwäche)
- eingeschränkte Teilhabe durch Covid-19 assoziierte psychische Störungen wie Erschöpfungssyndrom (Fatigue), Erschöpfungsdepression, Angststörung, posttraumatische Störung

Voraussetzungen für Post-Covid-Rehabilitation

Virusfreiheit, Reha-Fähigkeit, positive Rehaprognose

Die wichtigsten Ziele der Post-Covid-Rehabilitation

- Wiederherstellung und Sicherung der Teilhabe am Alltags- und gesellschaftlichen Leben
- Hilfe bei der Wiedereingliederung ins Berufsleben
- Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit, Kräftigung der Muskulatur
- Psychische Stabilisierung und Entwicklung der Strategien zur besseren Bewältigung der Erkrankung und ihrer Spätfolgen

Der psycho-somatische Ansatz

Psychische Komplikationen nach Covid-19 sind häufig und sehr belastend. Sie können ohne entsprechende Vorerkrankungen bei einem Post-Covid-Syndrom neu auftreten oder bestehende Vorerkrankungen können sich verschlechtern. Dabei handelt es sich zumeist um Angsterkrankungen einschließlich Panikstörung, Depressionen, Schlafstörungen und somatoforme Beschwerden sowie nach intensivmedizinischen Aufenthalten auch um Anpassungsstörungen und posttraumatische Belastungsstörungen. Auslösend sind neben direkten viralen



Wirkungen auf das Zentrale Nervensystem auch indirekte Wirkungen durch überschießende Immunreaktionen. Das Fortbestehen der Beschwerden, die Ungewissheit über den weiteren Verlauf sowie psychosoziale Belastungen durch die Erkrankung und die Pandemie selbst wirken zudem verstärkend. Kognitive Einschränkungen sowie Leistungsminderung bzw. Fatigue können zu erheblichen Sorgen hinsichtlich der weiteren beruflichen Perspektive führen.

Therapiemöglichkeiten

Ein interdisziplinäres Ärzte- und Therapeutenteam betreut die Patienten auf ihrem ganz individuellen Weg zu mehr Gesundheit und zur Normalität im Alltag. **Sport- und Physiotherapie** sind elementare Bausteine jedes Therapieplan.

Je nach Notwendigkeit kommen **psychotherapeutische Interventionen** zur Anwendung, die zukunftsorientiert und unterstützend auf die Bewältigung der Erkrankung abzielen. Dies erfolgt in Einzel- und verhaltenstherapeutischen Gruppensetting. Achtsamkeits- und Entspannungsübungen sowie Anti-Grübel-Strategien begleiten diese. Zudem werden körperorientierte und ausdruckszentrierte Therapieformen eingesetzt. Zusätzlich besteht die Möglichkeit einer medikamentösen Behandlung von Angsterkrankungen, Depressionen und Schlafstörungen.

Unser **Sozialdienst** begleitet unterstützend die Wiederherstellung der beruflichen Perspektive und das spezielle **Gesundheitstraining** der DEKIMED vermittelt alltagspraktikable Selbsthilfestrategien für die Zeit nach der Reha.



Naturheilkundliche Unterstützung bei Post-Covid-Syndrom

Schröpfen und Schröpfkopfmassage führen zu einer vermehrten Durchblutung der Haut, des Bindegewebes und der Muskulatur und bewirken einen erhöhten Stoffwechsel. Bei Anwendung im Bereich der Zwischenrippenmuskulatur („Tor des Windes“) kann die Schleimlösung im Bronchialbereich unterstützt und somit die Atmung erleichtert werden. Beim Schröpfen als Segmenttherapie werden Nervenverschaltungen stimuliert, die innere Organe und Haut miteinander verbinden, so dass letztendlich jedes innere Organ an der Oberfläche abgebildet wird und somit bei Post-Covid-Patienten die Lunge positiv beeinflusst werden kann.

Heusäckchen und Naturmoorauflagen sind feucht-heiße Kompressen, die entspannend, stoffwechsellanregend, beruhigend und schmerzlindernd wirken. Dies führt zur vegetativen Entspannung und Linderung von muskulären Beschwerden.

Sporttherapie und Physiotherapie ermöglichen Konditionssteigerung, Motorikschulung, Gleichgewichtsübungen, Erhöhung des Atemvolumens/ Aktivierung der Atemhilfsmuskulaturen am Rumpf, in der Flanke und Stärkung des Diaphragmas (Zwerchfell)

Unterstützend und begleitend setzen wir **Akupunktur** als Regulationstherapie und **Phytotherapie** (Pflanzenheilkunde) sowie **Wickel und Auflagen** mit speziellen Zusätzen ein.

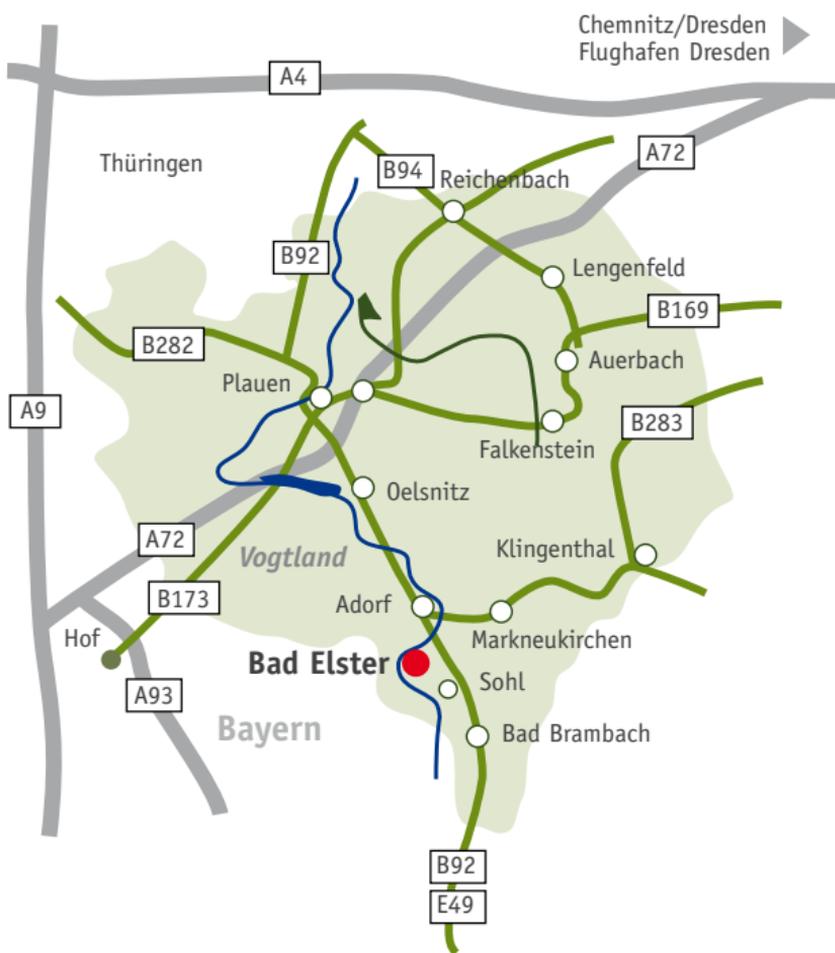
Der Weg zu uns

Mit dem Auto:

Sie erreichen Bad Elster über die A 72, Abfahrt Plauen Süd und weiter über die B 92.

Mit der Bahn:

Die Bahnverbindung führt über Plauen und Adorf/Vogtl. nach Bad Elster. Sie werden am Bahnhof Bad Elster (barrierefrei) bei Voranmeldung kostenlos von uns abgeholt.



Bei Fragen können Sie uns gerne kontaktieren:

Celenus DEKIMED, Prof.-Paul-Köhler-Str. 3, 08645 Bad Elster

Tel. 037437 75-0 oder kostenlos 0800 75 11 111

Fax 037437 75-1000, info@dekimed.de, www.dekimed.de

Ein Unternehmen der Celenus-Gruppe, Offenburg

