



PRIMÄRVERSORGUNG HASLACH

WOHNORTNAHE REHA BEI LONG COVID SYNDROM



LONG COVID SYNDROM

WOHNORTNAHE REHA



UNSER KONZEPT

Allgemeinmediziner und andere Gesundheitsberufe bilden ein Team, das sich gemeinsam um Patient:innen kümmert.



LONG COVID SYNDROM WOHNORTNAHE REHA



Oktober 2021

INTERDISZIPLINÄRER AUSTAUSCH

- Arzt des Vertrauens
 - Erstabklärung, Diagnose, Aufklärung
 - Basisinhalte
- Unterstützungsangebote der Therapeuten im Gesundheitszentrum

LONG COVID SYNDROM WOHNORTNAHE REHA



ARBEITSGRUNDLAGEN ZIELE



- Long Covid S I Leitlinie
- Fachspezische Studien
 - z.B. Erkenntnisse/Forschung in der Behandlung von CFS Patient:innen
 -
- Fachspezifische Fortbildung
- Regelmäßige Fallbesprechungen
- Erfahrungen sammeln, Reflexion, Evaluierung

LONG COVID SYNDROM
WOHNORTNAHE REHA



HAUSARZT



PHYSIOTHERAPIE

WOHNORTNAHE REHA

- PACING
- COPING
- AEMTHERAPIE – ERLERNEN VON AEMTECHNIKEN
- AKTIVIERENDE BEWEGUNG UND GRUNDLAGENAUSDAUERTRAINING
- PHYSIOTHERAPIE BEI NERVEN- UND MUSKELSCHMERZEN
- WEITERE SYMPTOMORIENTIERTE PHYSIOTHERAPEUTISCHE BEHANDLUNGSOPTIONEN WIE AUCH BEI PATIENT:INNEN MIT ANDEREN INDIKATIONEN



ERGOTHERAPIE

WOHNORTNAHE REHA

- PACING
- COPING
- KOGNITIVES TRAINING BZW. ANLEITUNG
- STRATEGIEN FÜR ALLTAGSBEWÄLTIGUNG



DIÄTOLOGIE

WOHNORTNAHE REHA

- PACING
- COPING
- MALNUTRITION ALLGEMEIN
- MUSKELAUFBAU
- ENERGIEANREICHERUNG
- FATIGUE
- GENUSSTRAINING BEI EINBUSSEN DES GESCHMACKS



LOGOPÄDIE

WOHNORTNAHE REHA

- PACING
- COPING
- BEHANDLUNG VON SENSORI- NEURALEN RIECHSTÖRUNGEN
- BEHANDLUNG VON STIMM- UND SCHLUCKPROBLEMEN
- BEHANDLUNG VON HÖRSTÖRUNGEN



SOZIALARBEIT

WOHNORTNAHE REHA

- PACING
- COPING
- BERATUNGSGESPRÄCHE
- INFORMATION ÜBER WEITERFÜHRENDE HILFSANGEBOTE UND WEITERVERMITTLUNG ZU PASSENDEN ANGEBOTEN z.B. fit2work, Arbeitsassistenz, AK, KJH, etc.
- UNTERSTÜTZUNG BEI ANTRÄGEN z.B. Reha-Antrag, Befreiungen, Unterstützungsfonds, Wohnbeihilfe, etc.
- BERATUNG BEI ARBEITS- UND SOZIALRECHTLICHEN FRAGESTELLUNGEN
- INFORMATION ÜBER GESUNDHEITSFÖRDERNDE MASSNAHMEN z.B. GES:UND-Büro/Proges, Präventionsangebote



PSYCHOTHERAPIE

WOHNORTNAHE REHA

VERDACHTSDIAGNOSEN

- FATIGUE
- DEPRESSION
- ANGSTSTÖRUNG
- POSTTRAUMATISCHE BELASTUNGSSTÖRUNG (PTBS)
- ZWANGSSTÖRUNG
- SOMATISIERUNGSSTÖRUNG
- ANPASSUNGSSTÖRUNG



Gesprächs- therapie

im Gesundheitszentrum Haslach an der Mühl



Stress, Zeitdruck, Reizüberflutung und Multitasking sind für viele in Arbeit, Freizeit, zu Hause und in der Familie kein Fremdwort mehr. Wie Menschen ihr Leben gestalten, hat große Auswirkungen auf ihre Gesundheit – körperlich und psychisch. Psychische Belastungen sind Bestandteile unseres Lebens. Früher oder später können sie jeden von uns treffen.

BEHANDLUNGSOPTIONEN

■ PACING

Erarbeitung positiver Entwicklungsschritte und Einflussfaktoren

AKZEPTANZ von begrenzter Energie (emotional, kognitiv, körperlich)

wo/wie kann die verfügbare Energie eingesetzt werden;

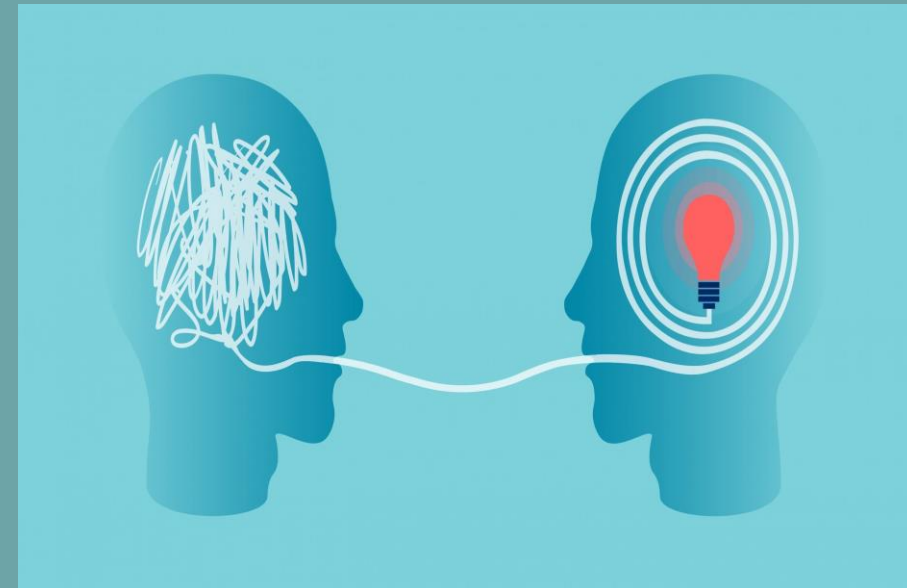
■ COPING

SELBSTMANAGEMENT:

- Was hilft mir?
- Wer kann mich dabei unterstützen?
- Welche Ressourcen habe ich und wie können diese hilfreich genutzt werden?

„Hilfe zur Selbsthilfe“

- psychisches Leid zu heilen oder zu lindern
- Innere Krisen zu bewältigen
- Belastende Verhaltensweisen und Einstellungen zu verändern
- Persönliche Entwicklung und Gesundheit zu fördern





Gesprächs- therapie

im Gesundheitszentrum Haslach an der Mühl



Stress, Zeitdruck, Reizüberflutung und Multitasking sind für viele in Arbeit, Freizeit, zu Hause und in der Familie kein Fremdwort mehr. Wie Menschen ihr Leben gestalten, hat große Auswirkungen auf ihre Gesundheit – körperlich und psychisch. Psychische Belastungen sind Bestandteile unseres Lebens. Früher oder später können sie jeden von uns treffen.

BEHANDLUNGSOPTIONEN

- MASSNAHMEN ZUR ANGST/STRESSREDUKTION
 - ACHTSAMKEITSTRAINING
 - ENTSPANNUNGSTECHNIKEN
 - RESSOURCENARBEIT

LONG COVID SYNDROM WOHNORTNAHE REHA



- Symptome behandeln und lindern und die Genesung unterstützen
- Der genaue Behandlungsplan muss individuell auf jede betroffene Person angepasst werden
- So vielfältig die mögliche Symptomatik von Long Covid ist, so unterschiedlich kann auch die notwendige Therapie sein



DANKE FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!

DAS TEAM DER PRIMÄRVERSORGUNG HASLACH