



MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig

# Ambulante Rehabilitation in Leipzig

Das Leben leben

# Das Angebot

## Fachübergreifende medizinische Betreuung

Das MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig widmet sich der ganzheitlichen Rehabilitation und medizinischen Nachsorge in den Bereichen Orthopädie, Kardiologie, Onkologie, Neurologie und Psychosomatik. Alle Fachbereiche arbeiten interdisziplinär zusammen, sodass auch Patienten mit Erkrankungen mehrerer Organsysteme bestmöglich behandelt werden können. Außerdem profitieren die Patienten von der engen Zusammenarbeit unserer Klinik mit den Krankenhäusern der Region sowie mit den niedergelassenen Fachärzten.

## Leistungsspektrum



### Kernbereiche Rehabilitation

- Ambulante Rehabilitation im Auftrag aller Kostenträger:
  - Deutsche Rentenversicherung
  - Gesetzliche und private Krankenversicherungen
  - Berufsgenossenschaften /Unfallversicherungen
- Medizinisch beruflich orientierte Rehabilitation (MBOR)
- Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP)
- Arbeitsplatzbezogene Muskuloskeletale Rehabilitation (ABMR)
- Intensivierte Rehabilitationsnachsorge (IRENA)

### Zusatzangebote

- Betriebliche Gesundheitsförderung und aktives Gesundheitsmanagement für Unternehmen mit dem Ziel, die Mitarbeiterzufriedenheit zu steigern und Fehlzeiten zu senken
- Zielgruppenorientierte Angebote, z. B. Stressmanagement
- Gesundheitscheck
- Betriebliches Wiedereingliederungsmanagement
- Frühintervention zum Erhalt der Erwerbsfähigkeit (FEE)
- Rehabilitationssport

### Präventionsangebote

- Präventionsmaßnahmen nach §20 SGB V
- Präventionskurse, z. B. Pilates, Rückenschule, Ernährungsberatung u.v.m.
- Präventionsprogramm Deutsche Rentenversicherung

### Ärztliche Verordnungen

- Heilmittelverordnung (Rezepte) für Physiotherapie und Massagen, Physikalische Therapie, Sporttherapie, Ergotherapie und Logopädie für alle Altersgruppen: Säuglinge, Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren

MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig  
Klinik für ambulante Rehabilitation  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig

Käthe-Kollwitz-Straße 6 – 10  
04109 Leipzig  
Telefon +49 (0)341 2580-600  
Telefax +49 (0)341 2580-704  
gesundheitszentrum-leipzig@median-kliniken.de  
www.median-kliniken.de



## Vorteile der ambulanten Rehabilitation

- Der Rehabilitand bleibt während der gesamten Behandlung im gewohnten sozialen Umfeld und kann so eventuelle Betreuungsaufgaben vor Ort erfüllen.
- Angebahnte Verhaltensänderungen und erlernte Eigenübungen werden alltagsnah umgesetzt und so in den langfristigen Tagesablauf integriert. Probleme bei der Umsetzung können zeitnah behoben werden.
- Das eigene Selbsthilfepotential wird durch das Einbeziehen der Familie, Arbeitsumwelt, sowie gängigen Alltagsbelastungen aktiviert.
- Es besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an Nachsorgeprogrammen in gewohnter Therapieumgebung.
- Für ältere und weniger belastbare Rehabilitanden ist eine individuelle und zeitlich flexible Gestaltung möglich (z. B. Fahrdienst).
- Die Umsetzung der medizinisch-beruflichen Rehabilitationskonzepte wird durch die Nähe zum Wohn- und Arbeitsort unterstützt.
- Das Einbeziehen von Angehörigen oder unterstützenden Personen gelingt ambulant und wohnortnah einfacher.
- Unnötige Mehrfachdiagnostik und Informationsverluste können durch die enge Kooperation mit den Vor- und Nachbehandlern vermieden werden.

# Orthopädie

In unserem Gesundheitszentrum werden alle Aspekte der Behandlung von der nicht-operativen Akuttherapie über die muskuloskeletale Rehabilitation bis hin zur Nachsorge und Prävention angeboten.

## Behandlungsschwerpunkte

### Verletzungen

- Frakturen (Knochenbrüche, z. B. Oberschenkel, Wirbelsäule)
- Gelenkverletzungen (z. B. Ausrenkung der Schulter)
- Muskel-, Sehnen- und Bänderverletzungen
- Schwere Mehrfachverletzungen (z. B. Polytrauma)
- Amputation

### Akute und chronische Wirbelsäulenerkrankungen

- Haltungsfehler und muskuläre Funktionsstörungen
- Skoliosen
- Wirbelgleiten / Instabilitäten
- Verschleißleiden der Wirbelsäule, z. B. Bandscheibenschäden
- Fehlbelastung der Wirbelgelenke
- Tumore, Entzündungen



### Gelenkerkrankungen

- Arthrosen
- Nachbehandlung von endoprothetischem Gelenkersatz
- Über- und Fehlbelastungen der Sehnen oder des Kapsel-Bandapparates
- Chronische Instabilitäten bei Kapsel-Band-Gelenkverletzungen

### Rheumatische Erkrankungen

- Rheumatoide Arthritis
- Spondylarthropathien, z. B. Morbus Bechterew
- Rheumatische Weichteilerkrankungen

Das Behandlungskonzept beinhaltet Einzel- und Gruppentherapien verschiedener Bereiche wie z. B. Physio-, Ergo-, Elektro-, Hydrotherapie, Massagen, medizinische Trainings-therapie, Ernährungsberatung und vieles mehr.

# Kardiologie

Die kardiologische Rehabilitation ist ein integraler Bestandteil einer optimalen Versorgung von Herzpatienten. Das Behandlungsspektrum unserer kardiologischen Abteilung umfasst folgende Schwerpunkte:

## Behandlungsschwerpunkte

### Koronare Herzerkrankung

- Zustand nach akutem Herzinfarkt und Reinfarkt
- Zustand nach Herz-Operation (z. B. Bypass-, Herzklappen-OP, OP von Herzrhythmusstörungen, Implantation eines Cardioverters / Defibrillators)
- Zustand nach Herzkranzgefäßaufdehnung (PTCA) mit / ohne Stent mit instabilem Verlauf (sogenannte instabile Angina pectoris)
- Koronare Herzkrankheit ohne Infarkt mit Zustand nach 1. PTCA mit ausgeprägtem Risikofaktorenprofil

### Herzmuskel- und Gefäßerkrankungen

- Schwer einstellbarer Bluthochdruck (Hypertonie mit Organ- oder Stoffwechselkomplikationen)
- Zustand nach entzündlichen Herzerkrankungen, z. B. Myokarditis, Perikarditis, Endokarditis
- Zustand nach Herzmuskelerkrankungen, z. B. Dilatative Kardiomyopathie/DCM und Hypertrophe Kardiomyopathie/HOCM nach drucksenkender Therapie
- Zustand nach Lungenembolie
- Zustand nach Implantation eines Implantierbaren Cardioverter-Defibrillators (ICD)



Das individuelle Behandlungskonzept umfasst je nach Mobilisationsgrad des Patienten eine intensive Krankengymnastik, verschiedene Herzsportgruppen und ein kontrolliertes Ergometertraining.

Um einer Verschlechterung des Zustandes oder gar einer erneuten Erkrankung vorzubeugen, erlernen die Betroffenen, richtig mit der Krankheit umzugehen. Dazu gehören auch eine umfassende Ernährungsberatung in unserer Lehrküche sowie Raucherentwöhnungsprogramme und Entspannungstechniken.





## Onkologie

In der Fachabteilung für ganztägig ambulante onkologische Rehabilitation werden Patienten mit bösartigen Tumorerkrankungen nach ihrem Abschluss der primären Therapie (Operationen, Bestrahlung, Chemotherapie) behandelt.

### Behandlungsschwerpunkte

#### Krebserkrankungen

- Brustdrüse
- Prostata
- Niere und ableitende Harnwege
- Magen-Darm-Kanal
- Lunge
- Lymphknoten und Blut

Um den Patienten den Umgang mit der Erkrankung und ihren Folgen zu erleichtern und ihnen eine möglichst hohe Lebensqualität zurückzugeben, gehören z. B. Bewegungstherapien, Physio- und Ergotherapie, Spezialmassagen (z. B. Manuelle Lymphdrainage), Entspannungsverfahren, Schmerz- und Krankheitsbewältigung, Ernährungsberatung und vieles mehr zum Therapieangebot.

Aufgrund des umfassenden Leistungsspektrums des Gesundheitszentrums ist eine interdisziplinäre Behandlung bei zusätzlicher Erkrankung des Bewegungsapparates, des Herz-Kreislauf-Systems, der Neurologie und der Psychosomatik bei Bedarf möglich.

## Neurologie

Im Rahmen der ambulanten neurologischen Rehabilitation wird das gesamte Spektrum der neurologischen Erkrankungen in der Phase D behandelt.

### Behandlungsschwerpunkte

- Schlaganfall (Hirnfarkt und -blutungen) und nach Operationen an Hirngefäßen
- Schädel-Hirn-Trauma mit kognitiven Beeinträchtigungen
- Verletzungen und andere Schädigungen des Rückenmarks und der Nervenwurzeln (z. B. nach Bandscheibenvorfall, Spinalkanalstenose, Querschnittslähmung)
- Multiple Sklerose
- Parkinsonsyndrome
- Polyneuropathien
- Entzündliche Erkrankungen des zentralen und peripheren Nervensystems (z. B. Hirnhautentzündung, Guillain-Barré-Syndrom, Borreliose, Entzündung des Rückenmarkes und Gehirns)
- Neuromuskuläre Erkrankungen
- Kognitive Beeinträchtigungen (z. B. leichte bis mittelgradige Demenz)
- Tumorerkrankungen an Hirn und Rückenmark (z. B. operativ, strahlentherapeutisch oder konservativ behandelte Tumore)
- Migräne, Spannungskopfschmerz
- Anpassungsstörungen bei neurolog. Grunderkrankungen
- Schwindelsyndrome



Unser ganzheitliches Behandlungskonzept umfasst neben Physiotherapie, Physikalische Therapie, Logopädie und Ergotherapie auch Neuropsychologie sowie Angehörigen-Schulung (z. B. Transfer, Alltagstraining, Heimpflege).





## Psychosomatik

In der Abteilung für ambulante psychosomatische Rehabilitation werden seelische (psychische) und körperlich-seelische (psychosomatische) Erkrankungen behandelt.

### Behandlungsschwerpunkte

- Depressionen, Erschöpfungssyndrome (Burnout)
- Angststörungen
- Somatoforme und funktionelle (psychovegetative) Störungen
- Chronische Schmerzen
- Belastungs- und Anpassungsstörungen als Reaktion auf schwierige Lebensereignisse und -situationen, z. B. Mobbing, körperliche Erkrankungen, Verlusterlebnisse
- Persönlichkeitsstörungen



Das Behandlungskonzept beinhaltet Einzel- und Gruppentherapien auf der Basis eines integrativen psychosomatischen Ansatzes. Darüber hinaus bieten wir folgende Therapien: Angstbewältigungstraining, Depressionsgruppe, Genussstraining, Schmerzbewältigung, Stressmanagement, Selbstsicherheitstraining, Körperwahrnehmung, Sport- und Bewegungstherapie.

## Intensivierte Rehabilitationsnachsorge (IRENA)

Für Rehabilitanden der Deutschen Rentenversicherung besteht die Möglichkeit, nach Beendigung der ambulanten Rehabilitation in unserem Gesundheitszentrum an weiterführenden Maßnahmen zur Vertiefung des Rehabilitationserfolges teilzunehmen.

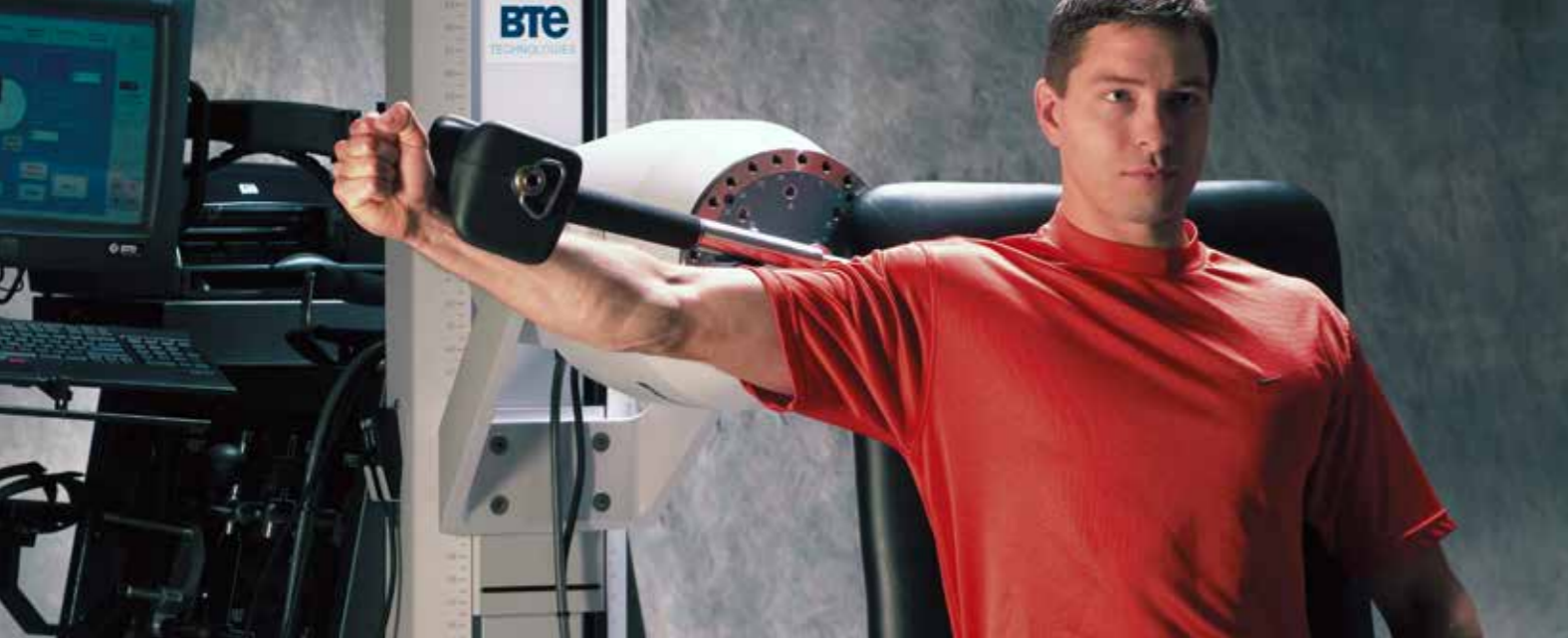
IRENA wird berufsbegleitend, also je nach Arbeitszeit vormittags oder in den Abendstunden durchgeführt und ist nicht mit weiteren Zuzahlungen für den Rehabilitanden verbunden. Unsere Ärzte können dieses Nachsorgeprogramm verordnen.

Für orthopädische, kardiologische und neurologische Rehabilitanden sind die Kernaufgaben von IRENA neben Kursen in der Gruppe vor allem Kraft- und Ausdauertraining an Geräten.

Dafür stellt das MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig eine hochmoderne Trainingsfläche zur Verfügung.

Für psychosomatische Rehabilitanden werden psychotherapeutische Gruppengespräche und Entspannungsübungen zur Aufrechterhaltung des Therapieerfolgs angeboten. Therapeutische Behandlung entsprechend dem Curriculum Hannover ist ebenfalls möglich.



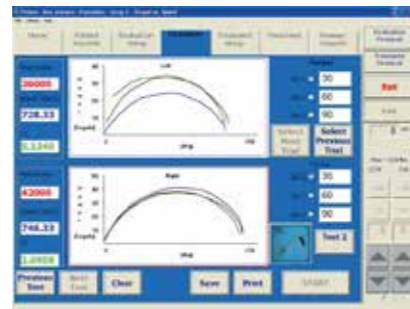


## EAP

Das MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig ist von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zur Durchführung der Erweiterten Ambulanten Physiotherapie (EAP) zugelassen.

### Therapieverlauf

Die EAP ist eine eigenständige Therapieform, die sich aus Elementen der Physiotherapie, der physikalischen Therapie sowie der Trainingstherapie zusammensetzt. Zusätzlich bieten wir Ergotherapie bzw. Arbeitstraining auf Rezept an. Der Patient erhält einen individuellen Behandlungsplan, um die schweren Funktionsstörungen des Stütz- und Bewegungsapparates nach Unfällen oder Operationen zu beheben bzw. zu mildern. Dabei stehen wir in engem Kontakt zu dem behandelnden Arzt (D-Arzt). Die Behandlungseinheiten sind individuell verschieden und die Dauer beläuft sich auf 2 bis max. 3 Stunden pro Tag.



### Beantragung

Patienten können durch Fachärzte der Orthopädie und Unfallchirurgie (D-Arzt) eine Verschreibung für diese spezifische Form der Rehabilitation erhalten. Die Behandlung ist genehmigungspflichtig und muss vor Beginn bei den Berufsgenossenschaften beantragt werden.

*Wir beraten Sie gern zur EAP!*

## ABMR

Das MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig ist von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zur Durchführung der Arbeitsplatzbezogenen Muskuloskelettalen Rehabilitation (ABMR) zugelassen.

### Therapieverlauf

Basierend auf den Inhalten der EAP wird die Rehabilitation um spezifische arbeitsplatzbezogene Funktionsabläufe ergänzt. Zusätzlich werden modulare Therapieelemente, wie z. B. Arbeitsplatzorientierte Medizinische Trainingstherapie, Arbeitsplatzanalyse und Arbeitsplatztraining u. a. in speziell ausgestatteten Funktionsräumen an computergestützten Simulationsgeräten angeboten.



### EFL = Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit

Die EFL-Testung ist ein international anerkanntes und angewandtes, standardisiertes Assessment zur Feststellung der körperlichen Leistungsfähigkeit. Der Patient muss sich in einem medizinisch stabilen Zustand befinden. Durch die erreichten Testergebnisse lässt sich ein Gesamtbild der körperlichen Leistungsfähigkeit darstellen. Gegebenenfalls können die nun festgestellten Fähigkeiten und Defizite mit den physischen Belastungsanforderungen einer beruflichen Tätigkeit verglichen werden. Im Ergebnis kann somit eine dezidierte Aussage zu einer möglichen beruflichen Reintegration, Umschulung oder Ähnlichem getroffen werden.

### Beantragung

Bei Fragen rund um die arbeitsplatzbezogene Rehabilitation kontaktieren Sie unseren Reha-Service/Patientenaufnahme.



*Wir beraten Sie gern zur ABMR!*

# Rezepte (Heilmittelverordnung)

## Ambulante Therapien für Erwachsene

In unserem Gesundheitszentrum und in unserer *Praxis für Physio- und Sporttherapie* werden eine Reihe von ambulanten Therapien auf Rezept bzw. Heilmittelverordnung angeboten. Dazu gehören die Physio- und Ergotherapie sowie die Logopädie und Sporttherapie. Ergänzt wird das Therapieangebot (ab Seite 17 in dieser Broschüre) durch die Ernährungsberatung und weitere diagnostische Leistungen.



*Alle ambulanten Leistungen können auch auf eigene Rechnung in Anspruch genommen werden.*

## Ambulante Therapien für Säuglinge, Kinder und Jugendliche

Die Physikalische Kindertherapie bietet aus den Bereichen der Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Medizinische Trainingstherapie und Ernährungsberatung sowie durch Kooperationen mit präventiv arbeitenden Gesundheitsanbietern ein ganzheitliches Konzept der Behandlung von kleinen und großen Kindern als auch Jugendlichen an.

### Unser Therapiekonzept umfasst

- Ganzheitliche Betrachtung der kindlichen Lebenswelt
- Spielerische Förderung und Entwicklungsbegleitung
- Professionelle Therapigestaltung auf hohem fachlichen Niveau, abgestimmt auf das Alter und die Diagnose
- Nahtloses Ineinandergreifen der interdisziplinären Therapien
- Elternarbeit sowie eine Integration des sozialen Umfelds, z. B. Zusammenarbeit mit Kindertagesstätten, Schulen, Vereinen etc.
- Physiotherapeutische Behandlung nach Vojta, Bobath, Schroth und Manuelle Therapie für Kinder

Des Weiteren bieten wir das Heidelberger Elternttraining zur frühen Sprachförderung für Eltern von zwei- bis dreijährigen Kindern mit verzögertem Spracherwerb an.



*Grundsätzliche Voraussetzung für die Behandlung in der Physikalischen Kindertherapie ist ein Rezept des behandelnden Kinderarztes.*

# Prävention

## Präventionskurse

Unsere Präventionskurse dienen als vorbeugende Gesundheitsmaßnahme und orientieren sich an dem Präventionsleitfaden (§ 20 SGB V) der Krankenkassen. Sie werden von den gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen der Primärprävention nach § 20 Absatz 1 SGB V bezuschusst. Die Kursleiter erfüllen die geforderten Voraussetzungen, sodass die meisten gesetzlichen Krankenkassen 80 % der Kursgebühr erstatten.

### Präventionskurse

- Aqua Vital
- Pilates
- Rückenschule
- Vollwertige gesunde Ernährung
- Gesund abnehmen
- u.v.m.



## Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung

Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen im Raum Leipzig, die bei der Ausübung ihrer Berufstätigkeit unter Gesundheitsproblemen im Sinne von Funktionsstörungen des Bewegungsapparates mit einer beruflichen Belastung, psychischen Belastungen oder zusätzlichen Belastungen im privaten Umfeld leiden, bietet die Deutsche Rentenversicherung die Teilnahme an diesem Präventionsprogramm an.

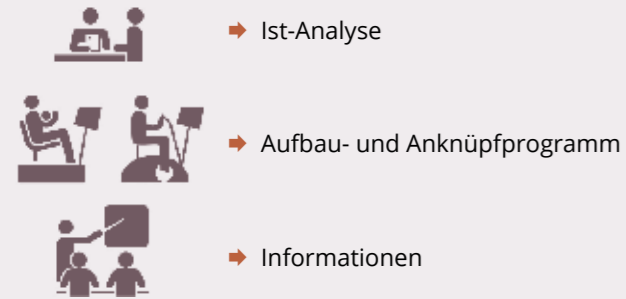
Durch dieses Programm werden Wissen und Motivation zur Reduktion von Risikofaktoren vermittelt und realisierbare Wege zur Veränderung der Situation aufgezeigt.



# Aktiv gegen den Rückenschmerz

## MEDIAN Rückenkonzept nach dem **tergumed®** Prinzip

### Ablauf in unserer Einrichtung



### Ist-Analyse

Die Stärken und Schwächen des Muskelkorsetts der Wirbelsäule, insbesondere die Messung der Kraft und Beweglichkeit von Rumpf- und Halswirbelsäule, lassen sich mit der Biomechanischen Funktionsanalyse exakt bestimmen. Die gewonnenen Messdaten werden mit den Daten beschwerdefreier Personen abgeglichen. Darauf basierend wird eine individuelle Trainingstherapie in Form eines Aufbauprogrammes und eines Anknüpfprogrammes entwickelt.

### Aufbauprogramm

Die Ziele sind die Optimierung der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur sowie die Reduktion oder Beseitigung vorhandener Dysbalancen und Asymmetrien als auch die intensive körperliche Aktivierung des Teilnehmers. Das Aufbauprogramm umfasst in der Regel 24 Therapieeinheiten (à 60 Min.) in 3 Monaten und besteht aus Krafttraining an tergumed®-Geräten und wird ergänzt durch Funktionsgymnastik sowie Entlastungs- und Entspannungsübungen.

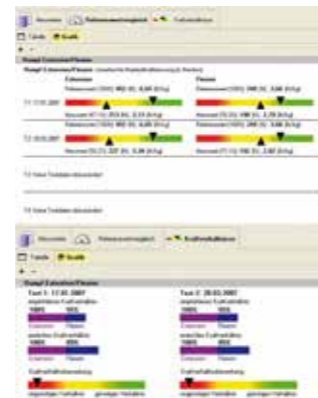
### Anknüpfprogramm

Das anschließende Anknüpfprogramm wird in Abhängigkeit des erreichten Trainingszustandes als weiterführende Therapie in der Regel 1-mal wöchentlich durchgeführt. Das Ziel ist dabei die muskuläre Stabilität beizubehalten.

### Informationen

Umfassende Informationen und Hilfestellung besonders für den Alltag, aber auch als ergänzendes Training zu Hause oder auf Reisen, bieten wir in Form von verständlichen Informationsblättern und Beratungen an.

Sprechen Sie uns an und vereinbaren Sie einen ersten Termin für die Ist-Analyse! Sollten Sie gegenwärtig unter Rückenschmerzen leiden, bitten wir vorab um eine ärztliche Untersuchung bei Ihrem Fach- oder Hausarzt.



*Wir beraten Sie gerne!*

# Betriebliche Gesundheitsförderung

Der Erfolg jedes Unternehmens hängt entscheidend von der Leistungsfähigkeit seiner Mitarbeiter ab. Grundvoraussetzungen dafür sind Gesundheit und körperliche Fitness. Mit uns als Kompetenzzentrum für Betriebliche Gesundheitsförderung wird es Ihnen gelingen, Ihr Mitarbeiterteam fit zu halten, denn Gesundheit wird zunehmend zum Wirtschafts- und Erfolgsfaktor!

### Wir bieten Ihnen als Unternehmer ein umfassendes Leistungs- und Serviceangebot

- Fundiertes Know-how im Bereich gesundheitsorientierter Firmen-Fitness
- Erfolgreiches, praxiserprobtes Konzept für Betriebliche Gesundheitsförderung
- Aktives Gesundheitsmanagement und zielorientiertes Gesundheitscoaching
- Professionelle und individuelle Betreuung
- Körperanalyse und persönlicher Trainingsplan
- Regelmäßige Gesundheits-Checks und Dokumentation des Trainingsfortschrittes
- Kraftaufbau- und Herz-Kreislauf-Training
- Spezielles Rückenaufbautraining
- Umfangreiches Kursangebot
- Ernährungsberatung und -coaching
- Gesundheitsvorträge zur Steigerung der Gesundheitskultur im Unternehmen

Studien haben gezeigt, dass durch diese „Win-Win“-Situation für Arbeitnehmer und -geber folgende Vorteile entstehen:

- 40 % der Mitarbeiter nehmen teil
- Kostensenkung bis zu 30 % durch reduzierte Fehlzeiten
- Steigerung von Leistung, Motivation und Produktivität
- Verbesserung der Qualität und Steigerung des Betriebsergebnisses
- Verringerung der Fluktuation durch stärkere Mitarbeiterbindung
- Verbesserung des Betriebsklimas und der Kommunikation abteilungsübergreifend
- Steigerung von Attraktivität und Image des Unternehmens

Wir besuchen Sie gerne in Ihrem Unternehmen, erarbeiten ein spezifisches Programm für die Betriebliche Gesundheitsförderung und das Gesundheitsmanagement Ihrer Firma.

Für Fragen schreiben Sie uns an [bgf-leipzig@median-kliniken.de](mailto:bgf-leipzig@median-kliniken.de).





# Rehabilitationssport

Der Rehabilitationssport (Reha-Sport) stellt eine ergänzende Maßnahme zur Förderung der Teilhabe am Arbeitsleben dar. Reha-Sport ist gesetzlich verankert und wird zeitlich befristet von den Rehabilitationsträgern finanziert. Er schließt dabei die Therapielücke, die entsteht, wenn Rezepte (Heilmittelverordnungen) ausgeschöpft sind.

Unsere Praxis für Physio- und Sporttherapie am Standort Jahnallee 54 bietet kombiniert Gymnastik, Kräftigungsübungen, Ausdauertraining und Entspannung durch qualifizierte Übungsleiter an. Die Art und Intensität wird dabei durch die ärztliche Verordnung definiert.

## Antragstellung

Der zuständige Arzt verordnet den Reha-Sport mit einem „Antrag auf Kostenübernahme für Reha-Sport“. Dieser Antrag wird in unserer Praxis mit einem Stempel versehen und kann dann an die Krankenkasse des Patienten zur finalen Genehmigung weitergeleitet werden.

Alle weiteren Informationen, z. B. Kursart, Kursbeginn besprechen wir gern persönlich mit Ihnen.

## Standort: Praxis für Physio- und Sporttherapie

In unserer *Praxis für Physio- und Sporttherapie* in der Jahnallee 54 erhalten unsere Patienten ein umfangreiches Angebot an physiotherapeutischen Leistungen unter der Anleitung und Ausführung erfahrener Therapeuten.

Unser Angebot umfasst:

- Physiotherapie
- Sport- /Trainingstherapie
- Rehabilitationssport
- Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP)



## Physiotherapie

- Manuelle Therapie (auch am Kiefergelenk)
- Krankengymnastik (einzeln und in Gruppen) nach: PNF, Brügger, am Gerät, im Bewegungsbad
- Faszientherapie
- Sportphysiotherapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Medizinische Massagen und Zentrifugalmassage
- Marnitztherapie
- Thermotherapie (Fango, Heiße Rolle)
- Elektrotherapie u. Ultraschall
- Kinesiology-Taping

## Sport- /Trainingstherapie

- Krankengymnastik am Gerät
- Medizinisches Aufbautraining
- Personal Trainer
- Bewegungsbad

Alle Leistungen werden für gesetzliche und privat versicherte Patienten, sowie auf Selbstzahlerleistung erbracht oder sind als Gutschein erhältlich.

# Fort- und Weiterbildungen



## MEDIAN Akademie Leipzig

Die MEDIAN Akademie Leipzig bietet Weiterbildungsseminare für Ärzte, Therapeuten und medizinisches Personal an.

Ärzte können z. B. eine Zusatzanerkennung im Bereich Physikalische Therapie erwerben. Die zumeist mehrtägigen Lehrgänge verbinden theoretische Grundlagen mit praktischen Übungen und sind von der Sächsischen Landesärztekammer im Rahmen der Fortbildungspflicht für Ärzte zertifiziert.

Für das therapeutische Personal stehen manual und physiotherapeutische Weiterbildungen, Medizinische Trainings- und Bewegungstherapie, Kinesiology Taping und andere Ausbildungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Für Fragen schreiben Sie uns an [akademie-leipzig@median-kliniken.de](mailto:akademie-leipzig@median-kliniken.de).



## Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig



Als Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig können wir Studenten die Möglichkeit bieten, Abschnitte des PJ, Famulaturen und Praktika abzuleisten. Nach §3 Abs. 2 der Approbationsordnung für Ärzte (ÄAppO) gilt unsere Klinik als Einrichtung der ambulanten Krankenversorgung. Wir stellen fünf PJ-Ausbildungsplätze je Tertialtermin, in der Regel für die Dauer von maximal acht Wochen, bereit. Ausnahme bildet dabei das Fachgebiet Innere Medizin. Dort beläuft sich die Zeit auf maximal vier Wochen.

Die Fachbereiche sind:

- Rehabilitationswesen – Orthopädie • Kardiologie /Innere Medizin
- Onkologie • Neurologie • Psychosomatik

Das Gesundheitszentrum ist auch zur Weiterbildung von Assistenzärzten zugelassen.

# Diagnostik · Therapie

## Diagnostische Möglichkeiten

- Bioimpedanzanalyse
- Blutdruckmessungen (in Ruhe, Langzeit)
- Duplexsonographie der hirnversorgenden Gefäße
- EKG (in Ruhe, Langzeit, bei Belastung)
- Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit (EFL)
- Gerätegestützte Maximalkraftmessungen (isometrisch und isokinetisch)
- Gesundheitscheck
- Gleichgewichtstestung
- Labormedizinische Diagnostik
- Logopädische Diagnostik bei Störungen der Sprache, des Sprechens, der Stimme und des Schluckens
- Neuropsychologische Diagnostik
- Schellong-Test
- Spiroergometrie einschließlich Laktatdiagnostik
- Spirometrie (Lungenfunktionstest)
- Sporttauglichkeitsuntersuchungen
- Stress-Echokardiographie

## Therapiebausteine

### Physiotherapie

- Atemtherapie
- Cyriax
- Feldenkraismethode
- Funktionelle Bewegungstherapie
- Ganzheitliche Rückenschule
- Gangtraining
- Gefäßtraining
- Gruppentherapie (z. B. Bechterew-Gruppe, Gruppengymnastik, Osteoporose-Gruppe, Rheumagruppe, u.v.m.)
- Haltungsschule
- Kinesiologie Taping
- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Krankengymnastik im Bewegungsbad
- Krankengymnastik nach Brügger, Brunkow, Bobath, Vojta
- Manuelle Lymphdrainage
- Manuelle Therapie
- Manuelle Therapie am Kiefergelenk bei Craniomandibulärer Dysfunktion (CMD)
- Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF)
- Redcord-Therapie
- Skoliosetherapie nach Schroth
- Sportphysiotherapie
- Triggerpunktbehandlung

### Physikalische Kindertherapie

- Physiotherapie (z. B. Vojta, Bobath, Manuelle Therapie, Schroth-Therapie, u.v.m.)
- Ergotherapie (Sensorische Integrationstherapie nach Jean Ayres)
- Logopädie (Therapien bei Störungen der Sprache, des Sprechens, der Stimme, des Schluckens)
- Heidelberger Elterntaining
- Medizinische Trainingstherapie
- Elternberatung

### Physikalische Therapie

- Elektrotherapie (z. B. TENS, Ultraschall, Lasertherapie u.v.m.)
- Hydrotherapie (z. B. Medizinische Teilbäder, Kneipp-Umlauf u.v.m.)
- Kälte- /Wärmetherapie (z. B. Fango)

### Bewegungsschienen für Gelenke der oberen und unteren Extremitäten (CPM) – Bewegungsschienen

### Massagen

- Akupunktur-Meridian-Massage
- Ayurvedische Rückenmassage
- Fußreflexzonenmassage
- Hot-Stone Massage
- Klassische Massage
- Kräuterstempelmassage
- Marnitztherapie
- Massage nach Breuss
- Migränemassage
- Shiatsu-Massage
- Tibetische Massage
- Zentrifugalmassage

### Sporttherapie

- Bewegungsbad
- Ergometertraining
- Gehtraining
- Gefäßtraining
- Gerätegestützte Mobilisation (z. B. Osteoporosegruppe)
- Gruppentherapien (z. B. Osteoporosegruppe)
- Indikationsspezifische Funktionsgymnastik
- Kleine Sportspiele
- Krankengymnastik am Gerät
- Kurse (z. B. Aerobic, AROHA, Qigong, Tai-Chi, Stretching)
- Medizinische Trainingstherapie
- Nordic Walking
- Rückenschule
- Schlingentischtherapie am Redcord
- Sportartspezifische Anforderungsübungen

- Sportartunspezifisches Ausgleichstraining
- Wirbelsäulengymnastik
- Zirkeltraining

### Ergotherapie

- ADL (Training Aktivitäten des täglichen Lebens) und Hilfsmittelberatung
- Amputationstraining
- Arbeitsplatzberatung
- Arbeitstherapie und Arbeitstraining
- Belastungstraining
- Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit (EFL)
- Alltagsorientiertes Training
- Feinmotorikgruppe
- Funktionelle Einzel- und Gruppenbehandlung
- Gelenkschutzberatung
- Geschicklichkeitstraining
- Handwerkliche Behandlungsverfahren
- Hilfsmittelversorgung und Erlernen von Kompensationsstrategien
- Hirnleistungstraining
- Kreatives Gestalten
- Motorisch-funktionelle Behandlung bei orthopädischen und unfallchirurgischen Erkrankungen
- Orientierungstraining
- psychisch-funktionelle Behandlungsverfahren
- Sensomotorisch-perzeptive Einzelbehandlung
- Spiegeltherapie

- Tagesstrukturierung
- Übung zur Beweglichkeit, Muskelkraft, Ausdauer, Belastbarkeit und Sensibilität
- Wahrnehmungstherapie
- Sensorischen Integrationstherapie nach Jean Ayres

### Logopädie

- Heidelberger Elterntaining zur frühen Sprachförderung
- Therapien bei Störungen der Sprache, des Sprechens, der Stimme und des Schluckens

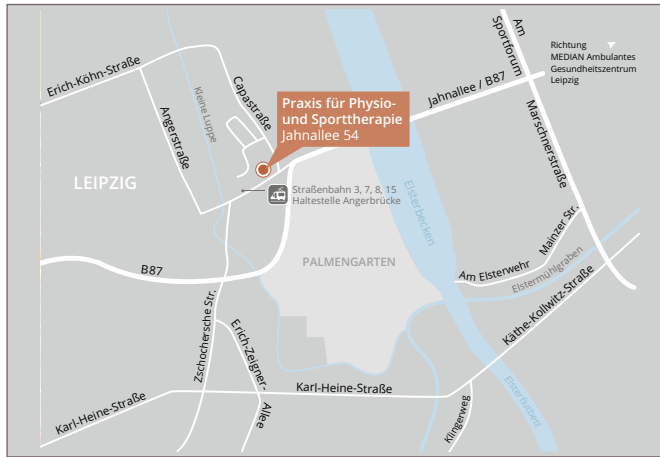
### Ernährungsberatung

- Ernährungsberatung spezielle Krankheitsbilder
- Ernährungsberatung individualisiert für Leistungs- und Freizeitsportler
- Ernährungskurse
- Lehrküche und Einkaufstraining

### Neuropsychologische Therapien

- Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson (PMR)
- Stressmanagement
- Hirnleistungsdiagnostik und computergestütztes Hirnleistungstraining
- Fahrtauglichkeitsbeurteilung
- Psychotherapie einzeln und in Gruppen
- Sportpsychiatrische Beratung für Leistungssportler

# Der Weg zu uns



## Anreise mit ÖPNV

Direkt vor dem Eingang unserer Praxis befindet sich die Straßenbahnhaltestelle Angerbrücke der Linien 3, 7, 8 und 15.

## Anreise mit dem Pkw

Parkplatzmöglichkeiten für gehbehinderte Patienten befinden sich in geringer Anzahl vor dem Gebäude bzw. hinter der Praxis bei der Einfahrt zum Straßenbahnhof.

Praxis für Physio- und Sporttherapie  
Jahnallee 54 · 04177 Leipzig  
Telefon +49 (0)341 24689067  
Telefax +49 (0)341 4784362  
praxis-leipzig@median-kliniken.de



## Anreise mit ÖPNV

Direkt vor dem Eingang zur Klinik befindet sich die Straßenbahnhaltestelle Gottschedstraße der Linien 1 und 14.

## Anreise mit dem Pkw

Wenn Sie mit dem Pkw anreisen, beachten Sie bitte, dass eine begrenzte Anzahl von Parkplätzen in unserer Tiefgarage (Einfahrt über die Gottschedstraße) zur Verfügung stehen. Sie benötigen dafür eine Parkkarte, die Sie an unserer Rezeption erhalten. Des Weiteren befindet sich das Parkhaus Thomasius in unmittelbarer Nähe zu uns in der Thomasiusstraße.

MEDIAN Ambulantes Gesundheitszentrum Leipzig  
Käthe-Kollwitz-Straße 6 - 10 · 04109 Leipzig  
Telefon +49 (0)341 2580-600  
Telefax +49 (0)341 2580-704  
gesundheitszentrum-leipzig@median-kliniken.de  
[www.median-kliniken.de](http://www.median-kliniken.de)