

# Wie läuft der Aufenthalt im *Reha-Zentrum Colpacher Schloss* (CRCC) für eine Krebspatientin oder einen Krebspatienten ab?

Seit April 2018 haben Krebspatient\*innen im neuen *Reha-Zentrum Colpacher Schloss* mit 30 Plätzen die Möglichkeit eines stationären Reha-Aufenthaltes.



**DR. JOSÉ BIEDERMAN**  
Direktor des CRCC

“ **Ich habe Darmkrebs (oder Brustkrebs, Prostatakrebs usw.). Welche besonderen Angebote hat das Reha-Zentrum für mich? Zum Beispiel, wenn ich Probleme mit der Verdauung habe oder an Lymphödemen oder Inkontinenz leide?**“

Das *Reha-Zentrum Colpacher Schloss* nimmt Patient\*innen auf, die infolge ihrer Krebserkrankung oder aufgrund von Beschwerden, die in Zusammenhang mit der Krankheit stehen, Unterstützung benötigen, um funktionelle Einschränkungen so weit wie möglich zu beseitigen, ein unabhängiges Leben zu führen und ihre Lebensqualität zu verbessern. Wir begleiten die Patient\*innen in ihrer Rekonvaleszenz und gehen

dabei auf ihre speziellen medizinischen, physischen, psychologischen und sozialen Bedürfnisse ein.

Unser Konzept beruht auf fünf zentralen Säulen:

### 1. Medizinische Betreuung und Pflege

Bei uns kümmern sich Ärzt\*innen, Krankenpfleger\*innen und Pflegehelfer\*innen um Ihr gesundheitliches Wohlergehen. Dabei läuft Ihre aktuelle Behandlung weiter und wird, sofern erforderlich, Ihrer spezifischen Situation angepasst. Unsere Teams verfügen außerdem über diverse Zusatzqualifikationen, um bei Bedarf auch besondere Maßnahmen und Therapien anbieten zu können, z.B. Stoma-Beratung, Diabetologie, Wundmanagement usw.

Sind weitere Untersuchungen nötig (Blutabnahme, Ultraschall), erfolgen diese vor Ort. Andere Untersuchungen wie etwa Röntgen und geplante externe Konsultationen finden wiederum außer Haus statt. In diesem Fall kümmern wir uns um Ihren Hin- und Rücktransport.

### 2. Umfangreiches therapeutisches Angebot

In den Bereichen Bewegungstherapie, Ergotherapie und Sprachtherapie erwartet Sie ein kompetentes und technisch bestens ausgestattetes Team. Unsere Mitarbeiter\*innen verfügen über Zusatzqualifikationen in den Bereichen Lymphdrainage, Balneotherapie, Körperschemaarbeit, Beckenbodentraining, Einsatz von

virtueller Realität zur Behandlung von Gleichgewichts- und Gangstörungen usw.

### 3. Psychosozialer Dienst

Die Mitarbeiter\*innen unseres psychosozialen Dienstes besprechen mit Ihnen Ihre familiäre, soziale und berufliche Situation und unterstützen Sie bei Bedarf auch in administrativen Angelegenheiten. Weiterhin gehören zum Team eine Psychologin und eine geschulte Krankenpflegerin, die Sie auf Wunsch auch in Fragen rund um Intimpflege und Sexualität beraten.

### 4. Individuelles Gesundheitsmanagement

Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Gesundheit selbstverantwortlich zu fördern. Im Rahmen unseres Programmes für individuelles Gesundheitsmanagement zeigen wir Ihnen, was Sie in Eigenregie tun können, um Ihre Gesundheit zu erhalten und zu verbessern.

### 5. Wellnesstherapien

Ihr Wohlbefinden ist wichtig, und wir tun alles, damit Sie bei uns rundum zufrieden sind. In unserem Park und rund um den Schlossteich kann man herrlich spazieren gehen. Darüber gibt es in unserem Haus diverse Therapieangebote: Entspannungstechniken, Lichttherapie, *Wellness*, *Fitness*, Sophrologie, Entspannungsmassagen, Hydromassage, Aromatherapie, Kunsttherapie, kosmetische Behandlung und Beratung.

## “ Was genau erwartet mich am ersten Tag? Wie sieht der Ablauf aus?“

Wir bereiten Ihre Ankunft im CRCC gemeinsam mit Ihnen und Ihrem Arzt schon im Vorfeld vor.

Bei Ihrer Ankunft in Colpach nimmt ein **Vertreter oder eine Vertreterin** (ein/e Krankenpfleger\*in) des luxemburgischen Gesundheitsdienstes für postonkologische Rehabilitation Sie in Empfang, um Sie dann im Zentrum herumzuführen und Sie zu Ihrem Zimmer zu begleiten. Danach werden Sie von einem Arzt oder einer Ärztin des Gesundheitsdienstes untersucht, und im Anschluss definieren Sie gemeinsam mit ihm Ihre Ziele für Ihren Aufenthalt. Danach treffen Sie je nach Ihren Bedürfnissen mit weiteren Therapeut\*innen und/oder Berater\*innen (Bewegungstherapeut\*innen, Ergotherapeut\*innen, Psycholog\*innen, Pflegeberater\*innen, Ernährungsberater\*innen) zusammen, die



sich ebenfalls einen Überblick über Ihre klinische, psychologische und soziale Situation verschaffen.

Nach einer Beratung zwischen dem medizinischen und therapeutischen Team erhalten Sie einen individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Reha-Plan, in dem die Behandlungen und Therapien aufgeführt sind, die Sie während Ihres Aufenthaltes erhalten werden.

Selbstverständlich bedarf dieser Plan Ihrer Zustimmung.

## “ **Wie sieht dann mein Alltag konkret aus?**“

Ihr Reha-Plan beinhaltet verschiedene Einzelbehandlungen oder auch Gruppentherapien. Je nach Ihren Bedürfnissen können das ganz unterschiedliche Angebote sein, etwa Bewegungstherapie, Ergotherapie, Sprachtherapie, psychologische Unterstützung, psychosoziale Beratung, individuelles Gesundheitsmanagement, Wellness, Entspannungstechniken und -therapien. In Ihrem Plan sind alle Therapien, die für Sie vorgesehen sind, mit genauer Uhrzeit und dem behandelnden Therapeuten bzw. der behandelnden Therapeutin aufgeführt.

In Ihrem Plan sind außerdem täglich ein Gespräch mit dem Arzt des Gesundheitsdienstes sowie Ruhe- und Erholungszeiten vorgesehen.

Ihr Reha-Plan wird mindestens einmal wöchentlich von unserem interdisziplinären Team besprochen. So kann er gegebenenfalls Ihren Fortschritten und Ihrem Zustand angepasst werden, und Sie haben die Gelegenheit, Ihre Ziele gemeinsam mit dem Arzt oder der Ärztin und dem Team neu zu definieren.

Ihr tägliches Therapie-Programm beginnt am Morgen frühestens um 8.30 Uhr und endet nie später als 17 Uhr. Samstagnachmittags und sonntags finden keine Therapien statt, sodass Sie Zeit haben, sich zu erholen oder Besuch zum empfangen.

Außerdem können Sie unseren Fitnesssaal nutzen und unseren großen Park mit zahlreichen Kunstwerken erkunden.

## “ **Ich muss eine Diät einhalten. Ist das auch während meines Aufenthaltes möglich?**“

Ernährung ist ein sehr wichtiges Thema, und unsere Ernährungsfachleute sind immer für Sie da. Nach einem ersten Informationsgespräch entwickeln sie einen individuellen Speiseplan für Sie, der Ihren Bedürfnissen und Vorlieben entspricht. Dann folgt wöchentlich in weiteres Gespräch, um sicherzugehen, dass alles nach Plan verläuft, und es werden gegebenenfalls notwendige Anpassungen vorgenommen. Unserer Ernährungsberater\*innen bieten außerdem gemeinsam mit unseren Ergotherapeut\*innen einen therapeutischen Koch-Workshop an, in dem es um eine ausgewogene und vielseitige Ernährung geht. Im Praxisteil wird dann nach gesunden Rezepten gekocht.

## “ **Ich befinde mich zurzeit noch in einer laufenden medizinischen Behandlung, etwa einer Chemotherapie. Kann ich diese von Colpach aus in meiner Klinik fortsetzen?**“

Wir sorgen dafür, dass Ihre medizinische Behandlung fortgesetzt werden kann. Wenn während Ihres Aufenthaltes in Colpach eine Behandlung außer Haus ansteht, kümmern wir uns um Ihren Hin- und Rücktransport. Wenn es notwendig ist, stehen unsere Ärzt\*innen in laufendem Kontakt zu Ihrem Onkologen oder Ihrer Onkologin. Ihr Reha-Plan wird dann entsprechend angepasst.

## “ **Gibt es in Colpach jemanden, der mir helfen kann, wenn ich medizinische Hilfe benötige?**“

Bei Ihrer Ankunft nimmt der zuständige Arzt oder die zuständige Ärztin eine vollständige klinische Untersuchung vor und erarbeitet gemeinsam mit Ihnen Ihren Behandlungsplan.

Beim täglichen Treffen mit dem Arzt oder der Ärztin können Sie eventuelle weitere Fragen klären. Außerdem ist täglich auch ein Reha-Mediziner oder eine Reha-Medizinerin anwesend, um die verschiedenen physischen Maßnahmen zu koordinieren, die Sie benötigen.

Das medizinische Team ist an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr verfügbar und sorgt dafür, dass bei Bedarf stets medizinische Hilfe geleistet werden kann: Es ist immer ein Arzt/eine Ärztin verfügbar oder in Bereitschaft.



Aussenbereich des CRCC.

**“ Darf mein Kind mich begleiten? Oder könnte ich auch meinen Partner oder meine Partnerin mitbringen? “**

Alle Zimmer im CRCC sind Einzelzimmer (ohne Aufpreis), und die meisten haben Aussicht auf unseren Park. Sie sind geräumig und verfügen alle über eine barrierefreie Dusche, einen Kühlschrank, einen kleinen Tresor, TV und Internetzugang, sodass unsere Patient\*innen dort jederzeit Entspannung und Ruhe finden.

Wir können in unserem Reha-Zentrum neben den Patient\*innen keine weiteren Personen unterbringen, doch für Familie und Freunde bestehen Übernachtungsmöglichkeiten in der im selben Gebäude befindlichen *Résidence Aline*. Außerdem können unsere Patient\*innen alle Angebote des *Roten Kreuzes Luxemburg* zu ihrer Unterstützung und Begleitung in Anspruch nehmen.

**“ Soweit ich weiß, haben Sie früher vor allem ältere Menschen aufgenommen. Wie ist die Situation heute? Werde ich als jüngerer Mensch auch auf Patient\*innen meines Alters treffen? “**

Es erkranken Menschen aller Altersstufen an Krebs, und der luxemburgische Gesundheitsdienst für psychologische Rehabilitation nimmt Patient\*innen jedes Alters ab 18 Jahren auf. Es kommen immer mehr Patient\*innen zu uns, die noch im Berufsleben stehen, und wir achten gegebenenfalls darauf, in den Behandlungszielen auch die Rückkehr in das

Arbeitsleben zu berücksichtigen. Unsere Ergotherapeut\*innen unterstützen Sie gerne in Fragen der beruflichen Wiedereingliederung und beraten Sie hinsichtlich eventuell notwendiger Anpassungen Ihres Arbeitsplatzes oder Ihrer Arbeitsorganisation.

**“ Welche Sprachen sprechen die Mitarbeiter\*innen des Zentrums? Mir ist Luxemburgisch am liebsten... “**

Der Mehrzahl unserer Mitarbeiter\*innen spricht Luxemburgisch. Die meisten können außerdem auch noch Französisch, und mit einigen können Sie sich auf Deutsch, Portugiesisch oder Englisch unterhalten.

**“ Mir geht es psychisch nicht besonders, ich stecke in einem ‚schwarzen Loch‘. Gibt es in Colpach eine psychoonkologische Betreuung? “**

Die Mitarbeiter\*innen unseres psychosozialen Dienstes setzen sich am Tag nach Ihrer Ankunft mit Ihnen zusammen, um mit Ihnen über Ihr Befinden, über das, was Sie durchgemacht haben, über Ihre Erwartungen an die Reha und über Ihre Zukunft zu sprechen. Auf dieser Grundlage schlagen sie Ihnen verschiedene Therapie- und Wellness-Maßnahmen vor, und im Rahmen eines interdisziplinären Meetings wird dann unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Wünsche und Bedürfnisse ein Reha-Plan erarbeitet.

Ihnen wird auf jeden Fall psychologische Unterstützung angeboten, und unsere Psychologin steht den Patient\*innen und ihrem Umfeld zur Verfügung. Außerdem gibt es noch ergänzende Therapieangebote:

- Bei der Sophrologie handelt es sich um ein therapeutisches Konzept, das auf die Identifikation und Lösung emotionaler und physischer Verspannungen abzielt und eine positive Sicht auf Erlebnisse, die man als schwierig erlebt hat, ermöglicht.
- In der Kunsttherapie geht es darum, seinen Gefühlen und Gedanken auf kreativen Wegen Ausdruck zu verleihen. Durch die Verarbeitung von persönlichen Problemen in künstlerischen Werken gewinnt man Abstand von diesen Problemen und lernt, mit ihnen umzugehen.
- Entspannungsmassagen bedeuten für die Patient\*innen eine Auszeit, einen Augenblick der Ruhe, wo man ihnen zuhört und Aufmerksamkeit widmet.

- Kosmetische Behandlungen und Beratung von einer qualifizierten Pflegekraft sind Teil des interdisziplinären Therapieansatzes. Sie tragen zur Verbesserung des Selbstbildes und der Lebensqualität der Patient\*innen bei und helfen außerdem bei der Bekämpfung von Schmerzen, sozialer Isolation und Erschöpfung.

Alle Mitarbeiter\*innen des Zentrums in der Pflege und im medizinischen Bereich sind psychoonkologisch geschult und damit in der Lage, den Patient\*innen beratend zur Seite zu stehen und ihnen passende Maßnahmen vorzuschlagen.

“ **Ich würde gerne auch mit anderen Patienten und Patientinnen sprechen. Gibt es Gruppenangebote?“**

Bestimmte Aktivitäten finden in der Gruppe statt, zum Beispiel Gleichgewichts- und Aufbautraining, Ernährungsberatung, Schulungen zum individuellen Gesundheitsmanagement usw.

In den kunsttherapeutischen Gruppen und in der psychologischen Beratung haben die Patient\*innen die Gelegenheit, sich über ihre Erfahrungen rund um die Krankheit auszutauschen.

Soweit es möglich ist, bemühen wir uns um eine homogene Zusammensetzung der Gruppen.

“ **Was muss ich tun, wenn ich eine Reha in Colpach machen möchte?**

Zunächst muss Ihre behandelnde Ärztin bzw. Ihr behandelnder Arzt, der Hausarzt oder die Hausärztin oder Ihre Onkologin bzw. Ihr Onkologe einen Aufnahmeantrag beim CRCC stellen. Das Antragsformular ist in Krankenhäusern oder auf der Website des CRCC erhältlich ([www.rehabilitation.lu](http://www.rehabilitation.lu)).

Nach Prüfung des Antrags kontaktiert das CRCC Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder Sie persönlich, um den Zeitpunkt Ihres Aufenthalts zu planen. Danach erhalten Sie ein Bestätigungsschreiben, dem Sie alle weiteren Bedingungen für die Aufnahme entnehmen können.

Mehr müssen Sie nicht unternehmen. Das CRCC regelt alle Fragen der Kostenübernahme mit der CNS oder mit Ihrer Krankenkasse. ●

Die Mitarbeiter des CRCC.

