

# reha@home

Rehabilitation | Pflege | Betreuung



## Rehabilitations- und Serviceangebot für Patientinnen und Patienten nach einer Covid-Erkrankung.

COVID-19 ist eine körperliche Erkrankung, welche verschiedene Beschwerden auslösen kann. Man muss physische Distanz halten, sich isolieren, sein Verhalten ändern und damit auch seine Gewohnheiten und Routinen aufgeben und muss, je nach Schweregrad der Erkrankung, auch lange liegen. Dies kann zu physischen und psychischen Beschwerden wie z.B. einem reduzierten Allgemeinzustand, Angst, Stress, Erschöpfung, Einsamkeit oder Lustlosigkeit führen. Deshalb benötigen auch Post-Covid Patientinnen und Patienten Unterstützung zu Hause.

reha@home lässt Sie nicht alleine. Bei unserer befundorientierten Rehabilitation für Patientinnen und Patienten ohne akute respiratorischen Symptomen, stehen wir Ihnen motivierend und unterstützend zur Seite und haben das Ziel, Sie physisch und psychisch wieder fit zu machen. Unsere alltagsorientierte Unterstützung beinhaltet z.B.:

### **Physiotherapie:**

- Einfaches und motivierendes Training zur Steigerung der körperlichen Aktivitäten (Gymnastik)
- Gleichgewichtsprogramme als Sturzprophylaxe
- Atemgymnastik
- Lymphdrainage gegen Schwellungen der Extremitäten (Ödeme) ausgelöst durch die Inaktivität
- Thromboseprophylaxe

### **Ergotherapie:**

- Alltags- und arbeitsorientiertes Training
- Aufbau der Belastbarkeit
- Verbesserung und Erhalt von alltäglichen Verrichtungen wie z.B. Körperpflege, Essen, Fortbewegen, im Haushalt etc.

### **Betreuung / Hauswirtschaft:**

- Gesellschaft leisten, um der Isolation entgegen zu wirken
- Einkaufen gehen (für Sie oder gemeinsam)
- Spaziergänge an der frischen Luft
- Unterstützung im Haushalt, wie gemeinsam kochen, putzen etc.

### **Spitex Pflege:**

- Unterstützung bei der gesamten täglichen Körperpflege
- Förderung der körperlichen, geistigen, emotionalen und sozialen Fähigkeiten durch aktivierende Rehabilitationspflege
- Medikamente richten
- Vitalparameter erfassen durch Fachpersonen (in Kombination mit anderen Leistungen): Blutdruck, Puls, Temperatur, Sauerstoffsättigung, Atemfrequenz

Gerne stellen wir für Sie ein individuelles Programm zusammen. Rufen Sie uns für eine kostenlose Beratung an unter **043 300 51 30** oder kontaktieren Sie uns per E-Mail: [info@rehaathome.ch](mailto:info@rehaathome.ch). Wir freuen uns, Sie kennenzulernen.