



## Sinn und Zweck der Rehabilitation

Zahlreiche Untersuchungen haben gezeigt, dass durch eine Lebensstiländerung, insbesondere vernünftige Ernährungsweise, Bewegung und Entspannung sich der Verlauf dieser Erkrankungen sehr günstig beeinflussen lassen kann. Eine solche Lebensstiländerung ist aufwendig, erfordert Zeit und setzt auf die Einsicht und Motivation der Betroffenen. In unserer Klinik besitzen wir die notwendigen Strukturen zur fachgerechten und effektiven Behandlung dieser Gesundheitsstörungen. Neben einer umfassenden Diagnostik erhalten Sie von uns eine adäquate Therapie. Sie erwerben während des Aufenthalts im Rahmen einer strukturierten Schulung sämtliche Kenntnisse und Fertigkeiten bezüglich Ihrer gesundheitlichen Probleme, sodass Sie zukünftig in der Lage sind, diese überwiegend selbstständig zu bewältigen (sogenanntes Selbstmanagement).

Wir sorgen dafür, dass nach der Entlassung aus der Klinik eine fachgerechte Fortführung der begonnenen Therapie in Zusammenarbeit mit dem Hausarzt, Fachärzten und Krankenkassen sowie Selbsthilfeorganisationen gewährleistet ist.

**Ihr Gesundheitsteam der Drei-Burgen-Klinik**

Unser Team will Ihnen helfen,  
fit zu werden für das Leben mit  
dem „Metabolischen Syndrom“.

## Das Metabolische Syndrom

→ Informationen über Diagnostik  
und therapeutische Angebote

### Impressum

Drei-Burgen-Klinik  
Zum Wacholder  
55583 Bad Münster am Stein-Eberburg  
Telefon 06708 82-0 · Telefax 82-6666  
[www.drei-burgen-klinik.de](http://www.drei-burgen-klinik.de)  
Träger: Deutsche Rentenversicherung  
Rheinland-Pfalz, 67340 Speyer



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislaufkrankheiten / Orthopädie

## Allgemeine Information

**Das Metabolische Syndrom (Übergewicht, Blutfett-Stoffwechselstörungen, Diabetes mellitus, hoher Blutdruck) ist ein Risikofaktor für später auftretende ernsthafte Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall sowie vorzeitigen Gelenkverschleiß (z. B. chronische Knie- und Rückenschmerzen). Gleichzeitig ist das Metabolische Syndrom vergesellschaftet mit Depressionen und einer erhöhten Krebshäufigkeit.**

Durch eine gezielte Beeinflussung mit Ernährungsumstellung, entsprechender Bewegung, Entspannung sowie durch unter Umständen auch medikamentöse Behandlung ist eine deutliche Verbesserung der Gesundheitssituation möglich.

Unser Ziel ist, dass Patientinnen und Patienten mit Metabolischem Syndrom mehr Lebensqualität gewinnen und vor Folgeschäden ihrer Erkrankung bewahrt werden.

Zum Erlernen entsprechender Lebensstiländerungen ist ein kompetentes Team, ein sogenanntes interdisziplinäres Team notwendig.

### Unser interdisziplinäres Team besteht aus:

- Ärzten (u. a. Kardiologen, Diabetologe)
- Ernährungsberaterinnen bzw. Diabetesassistentinnen
- Pflegepersonal
- PsychologenInnen
- BewegungstherapeutenInnen
- PhysiotherapeutenInnen
- Sozialdienstmitarbeiter
- ErgotherapeutenInnen

### Diagnostik

Für Folgekrankheiten an Herz und Gefäßen stehen spezielle diagnostische Möglichkeiten unserer kardiologisch-angiologischen Fachklinik zur Verfügung. Diabetische Folgeschäden werden bei uns abgeklärt.

### Therapie

Wir bieten eine umfassende und individuelle Schulung in geschlossenen Gruppen an, die befähigt, selbstständig und eigenverantwortlich mit dem Metabolischen Syndrom und den Folgeerkrankungen umzugehen.

- Strukturierte Schulungen (Modulsystem für Typ II Diabetiker) mit speziellen Inhalten zur Tabletten- und auch Insulintherapie
- Einleitung bzw. Optimierung sämtlicher Insulintherapiekonzepte (konventionelle und intensivierete Therapie)

- Umfangreiche Ernährungsberatung einschließlich Übergewichtstraining
- Lehrküche
- Allgemeine Gesundheitsberatung
- Fußpflege
- Schuhversorgung
- Hypertonie-Schulung
- Erlernen der Blutdruck-Selbstmessung bei Bedarf
- Umfangreiches bewegungstherapeutisches Angebot
- Psychologische Einzelgespräche
- Entspannungsverfahren
- Raucherentwöhnung bei Bedarf
- Sozialberatung
- Physikalische Therapie
- Krankengymnastik bei Bedarf
- Ergotherapie bei Bedarf

### Wir sind:

**Eine zertifizierte Klinik der Gesellschaft „Der herzkranken Diabetiker“ in Zusammenarbeit mit der DGPR (Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-erkrankungen e.V.).**