



Stationär oder ambulant

Rehabilitationsmaßnahmen finden überwiegend stationär in einer Rehaklinik statt. Sie sind aber auch ambulant möglich. Welche Form sich für Schlaganfall-Betroffene eignet, ist abhängig vom individuellen Fall.

Während einer stationären Reha bleiben Patientinnen und Patienten ganztägig in der Rehabilitationseinrichtung und erhalten dort Unterkunft und Verpflegung. Die neurologische Rehabilitation dauert zunächst meist drei Wochen, wird bei Bedarf aber verlängert. Die Therapien finden in der Regel montags bis freitags etwa von 8 bis 16 Uhr statt. Manche Rehakliniken beziehen auch den Samstag ein. Bei einer ambulanten Reha halten sich die Betroffenen nur tagsüber in der Einrichtung auf. Grundsätzlich handelt es sich um medizinisch-therapeutisch gleichwertige Alternativen.

Training für den Alltag

Die ambulante Reha bietet den Vorteil, dass die Betroffenen abends und am Wochenende in ihrer gewohnten Umgebung sind. „So lässt sich die Therapie optimal auf die konkreten Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten abstimmen – die Reha bekommt eine hohe Alltagsrelevanz“, erklärt Dr. Martin Falkenberg, Chefarzt für Neurologie am Zentrum für ambulante Rehabilitation (ZAR) Bielefeld. Bei Bedarf lassen sich zudem auch die Angehörigen sowie die betreuenden niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte leichter in die Rehabilitation einbeziehen.

Geeignete Reha wählen

Für die Teilnahme an einer ambulanten Reha gibt es jedoch gewisse Voraussetzungen. So müssen die Patientinnen und Patienten in der Lage sein, die Rehaeinrichtung täglich von ihrem Wohnort aus in einer angemessenen Fahrzeit zu erreichen. „Bei uns liegt die Obergrenze bei ungefähr 45 Minuten pro Fahrt“, so Dr. Falkenberg. Zudem ist der gesundheitliche Zustand der Betroffenen entscheidend. „Leicht bis mittelschwer betroffene Patientinnen und Patienten können wir gut ambulant behandeln“, betont Dr. Falkenberg. Betroffene, die eine intensivere ärztliche und pflegerische Betreuung benötigen, sind hingegen in einer stationären Einrichtung besser aufgehoben.

Übergang in die Nachsorge

Egal ob ambulant oder stationär – irgendwann neigt sich die Reha dem Ende entgegen. Patientinnen und Patienten sollten unbedingt klären, welche Therapien sie auch zukünftig fortsetzen sollten. Am besten vereinbaren Betroffene frühzeitig erste Termine bei niedergelassenen therapeutischen Praxen. Einige ambulante Rehaeinrichtungen wie das ZAR Bielefeld ermöglichen es ihren Patientinnen und Patienten, ihre Therapie auch nach Ende der Reha dort fortzusetzen. Dr. Falkenberg weiß: „Davon profitieren ganz besonders Betroffene, die verschiedene Therapien benötigen. Sie haben hier alles an einem Ort und müssen nicht verschiedene Praxen aufsuchen. Und am ZAR bieten wir künftig zusätzlich noch ein neuropsychologisches Training an.“