



**ACURA Rhön-Klinik Gersfeld**  
Fachklinik für orthopädische Rehabilitation  
und verhaltensmedizinisch orientierte Rehabilitation



### Für wen ist VOR geeignet?

Sollten Sie außer einer orthopädischen Erkrankung, auch gleichzeitig mit privaten, beruflichen oder psychischen Problemen belastet sein, dann könnte die VOR das richtige Konzept sein!

Wir freuen uns auf Sie, bitte kontaktieren Sie uns!

## VOR Orthopädie



Fritz-Stamer-Straße 9  
36129 Gersfeld/Rhön  
Deutschland

Telefon: 0 66 54 - 15 320  
Fax: 0 66 54 - 15 399  
E-Mail: [info@rhoen-klinik.de](mailto:info@rhoen-klinik.de)



## Unser neues Behandlungsangebot

### Verhaltensmedizinisch orientierte Rehabilitation (VOR) in der Orthopädie

Es ist schon lange bekannt, dass zum Beispiel chronische Schmerzen (u.a. Rücken- und Kopfschmerzen) durch soziale und psychische Belastungen begünstigt werden. Genau hier setzt das Konzept der verhaltensmedizinisch orientierten Rehabilitation (VOR) an und hat sich mittlerweile für viele Betroffene als sinnvolle Möglichkeit erwiesen, ein ganzheitlich-orientiertes Verständnis für ihre eigenen Beschwerden zu entwickeln und damit umso mehr von den angebotenen Behandlungen zu profitieren.

Bei der verhaltensmedizinisch orientierten Rehabilitation handelt es sich um ein Konzept der Deutschen Rentenversicherung Bund, bei dem Patienten, die neben einer orthopädischen Erkrankung zusätzlich durch Stress, chronische Schmerzen oder Problemen in Beruf und Familie belastet sind, besonders nachhaltig geholfen werden kann.

Die VOR zeichnet sich durch geschlossene Behandlungsgruppen von maximal 12 Personen mit den Schwerpunkten Bewegungstherapie und Psychologie/Psychotherapie sowie einer Bewegungs- und Psychodiagnostik zu Beginn und zum Abschluss der Rehabilitation aus. Der Vorteil einer geschlossenen Gruppe, in der Sie gemeinsam an- und wieder abreisen, liegt vor allem im Austausch ähnlicher Problemlagen untereinander. Gemeinsam werden Sie die Freude an körperlicher Bewegung wiederentdecken.

### Ziele der VOR

#### Wir möchten, dass Sie nach der Rehabilitation ...

- zufriedener und mit weniger Schmerzen in Ihren Alltag zurückkehren.
- Ihren Körper nicht mehr als Belastung empfinden.
- wieder Vertrauen zum eigenen Körper fassen.
- besser mit Stresssituationen umgehen können.
- wieder Freude an Bewegung haben.
- sich besser entspannen können.

### Wie lange dauert eine VOR?

Das Therapiekonzept ist auf eine maximale durchschnittliche Verweildauer von 4 Wochen angelegt.

## Wichtige Therapiebausteine in der VOR

### Bewegungstherapie

Die körperlich aktive Therapie findet täglich statt. So beginnt Ihr Tag zum Beispiel mit einer Wassergymnastik, gefolgt von Bewegungstherapie in der Gruppe und der Wirbelsäulengymnastik. Konditionelle sowie muskuläre Defizite sollen durch das tägliche Training an medizinischen Trainingsgeräten ausgeglichen und verbessert werden. Abgerundet wird das Bewegungsprogramm durch individuelle Therapiemaßnahmen die zu Beginn der Rehabilitation vom Arzt festgelegt werden.

### Psychologie/Psychotherapie

In der Rehabilitation stehen nicht nur Ihre orthopädischen Funktionseinschränkungen im Focus, sondern genauso auch Ihre sozialen und seelischen Beeinträchtigungen. Häufig sind emotionale Stressbelastungen an der Entstehung und Verstärkung chronischer Schmerzen beteiligt und verhindern eine Linderung Ihrer körperlichen Beschwerden. Diese ganzheitliche Sichtweise wollen wir Ihnen vermitteln. Gemeinsam erarbeiten wir mit Ihnen in Gesprächen und übenden Verfahren individuelle Lösungen mit denen Sie wieder positiv in die Zukunft blicken können.

### Ihr Weg zur VOR

Termin beim Haus- oder Facharzt oder Sozialdienst im Krankenhaus



Ausfüllen der Antragsformulare: Die Antragstellung für eine spezifische VOR-Reha erfolgt analog dem Antrag einer reinen somatischen Rehabehandlung an den jeweiligen Kostenträger



Bewilligung der Maßnahme und Absprache eines Aufnahmetermins



Einladung durch die Acura Rhön-Klinik



Beginn der VOR