

Die Tage in B. Nauheim

Freitag [26-07-13]

Abfahrt 8:30, Ankunft 10:00.

Aufnahme Verwaltung 11:00, einziehen (Zi. 234 Tel.: 06032 806 234) und warten auf den Stationsarzt (S..).

12:30 Anruf – Dr. Stylbalkowski

19:00 Kurpark – Bewegung

Samstag [27-07-13]

35 Grad –



„Liegentherapie“

Sonntag [28-07-13]

39 Grad –



„Liegentherapie“

Montag [29-07-13]

8:20 Echocardiographie – Schwester Annemarie

9:00 Belastung – EKG mit Dr. Stylbalkowski

Ergebnis 1 : Orthopäde – Physiotherapeutische Übungen.

Dienstag [30-07-13]



in aller Herrgottsfrühe und



Wassertreten - KALT!!

8:00 Mediz. Trainingsth. (Muki – Bude) Einführung, netter Trainer. *Drei von den 6 Geräten sind auch für meine Schulter.*

10:15 Ärztliches Beratungsgespräch Dr. Stylbalkowski und Dr. Kloster

11:00 Einzelkrankengymnastik(Reha) Frau Meier

11:30 Stressbewältigung u. Krankheitsverarbeitung Herr Dr. Bock

15.00 Standardisierte Schulung KHK Herr Dr. Kloster

Mittwoch [31-07-13]

7:30 Seminar Bewegung u. körperliches Training Herr Paasch



Wassertreten - KALT!!



9:10 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*)

Strecke: Porto-Vecchio nach Bastia

10:00 Muki – Bude

10:30 Orthopädische Untersuchung

13:10 Vicatest Schwester Annemarie

13:30 Fettschulung Frau Schmider (*ob da wohl das Fett geschult wird?*)

15.00 Vortrag Risikofaktoren Herr Dr. Kloster

Donnerstag [01-08-13]



Wassertreten - KALT!!

9:30 Herz-Kreislauftraining 50W Herr Paasch



11:40 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*)

Strecke: Bastia nach Ajaccio

14:00 Muki – Bude

15.15 Standardisierte Schulung KHK Herr Dr. Kloster

Zweite Woche

Freitag [02-08-13]

8:30 Vicatest Frau Stracowski Raum 154 Haus A



9:10 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*)

Strecke: Ajaccio nach Calvi

9:00 – 10:00 Frau Schmider U66

10:15 Ärztliches Beratungsgespräch Dr. Stylbalkowski

10:45 Einführung Reduktionskost Frau Schmider Raum U12 Haus A

13:00 Psychosomatischer Einführungskurs Prof. Dr. Schilling

Samstag [03-08-13]

8:30 Herz-Kreislauftraining 50W Gymnastikhalle E 59 Haus A



Sonntag [04-08-13]



Montag [05-08-13]

9:30 Herz-Kreislauftraining 50W Gymnastikhalle E 59 Haus A

11:30 Progressive Muskelrelaxation Frau Cott Vortragsraum Haus B 6. Stock



Dienstag [06-08-13]



in aller Herrgottsfrühe und



Wassertreten - KALT!! 14-15:00



8:10 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*)

Strecke: Aix-en-Provence - Montpellier , 176,0 km

10:15 Ärztliches Beratungsgespräch Dr. Stylbalkowski

12:00 Muki-Bude Raum E92 Haus B

13:15 Ergotherapie mit Helparm Frau Cott Raum E87.2 Haus B

Mittwoch [07-08-13]



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

In der Zeit von 8:30 – 10:00



Blutdruckkontrolle

9:10 Langzeit-EKG Frau Kehl Raum 169 Haus A

10:00 Einzelkrankengymnastik(Reha) Frau Meier (Terra Band) Flur Physikalische Therapie

13:45 Lokale Kälteapplikation Kaltluft Frau Schindel Raum E67 Haus A



14:30 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*)

Strecke: Montpellier - Albi, 205,0 km

Donnerstag [08-08-13]



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

8:00 Hydrojet-Massage

Raum E54 Haus A

Der Hydrojet ist eine Massagewanne, in der sich ca. 144 Düsen befinden, die bei Anwendung (der Hydrojet-Massage) den Körper des Patienten pulsierend massieren. Durch die Wärme des Wassers und die Massage, wird der Organismus des Patienten bis in tiefe Gewebeschichten besser durchblutet und das Gewebe wird gestrafft. Außerdem wird der Stoffwechsel angeregt, die Muskulatur gelockert, entspannt und der Organismus des Patienten so belebt. Auch kleine Verspannungen und Verhärtungen werden 'wegmassiert'. **Teilweise lässt sich bei Patienten sogar eine Gewichtsreduzierende Wirkung feststellen.**

10:30 Muki-Bude Raum E92 Haus B

12:30 Einzelkrankengymnastik(Reha) Frau Meier Flur Physikalische Therapie

14:45 Lokale Kälteapplikation Kaltluft Frau Schindel Raum E67 Haus A

Dritte Woche

Freitag [09-08-13]



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

In der Zeit von 8:30 – 10:00



Blutdruckkontrolle



07:40 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*)

Strecke: Castres - Ax-3-Domaines, 194,0 km

9:30 Herz-Kreislauftraining 50W Gymnastikhalle E 59 Haus A

10:15 Ärztliches Beratungsgespräch Dr. Stylbalkowski



11:35

Langzeitblutdruck

Samstag [10-08-13]

8:30 Herz-Kreislauftraining 50W Gymnastikhalle E 59 Haus A



„Liegentherapie“

Sonntag [11-08-13]



„Liegentherapie“

Montag [12-08-13]



6:30 "Blutabnahme"



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

8:00 Hydrojet-Massage Raum E54 Haus A

Der Hydrojet ist eine Massagewanne ähnlich einem Wasserbett, in der sich ca. 144 Düsen befinden, die bei Anwendung (der Hydrojet-Massage) den Körper des Patienten pulsierend massieren. Durch die Wärme des Wassers und die Massage, wird der Organismus des Patienten bis in tiefe Gewebeschichten besser durchblutet und das Gewebe wird gestrafft. Außerdem wird der Stoffwechsel angeregt, die Muskulatur gelockert, entspannt und der Organismus des Patienten so belebt. Auch kleine Verspannungen und Verhärtungen werden 'wegmassiert'. **Teilweise lässt sich bei Patienten sogar eine Gewichtsreduzierende Wirkung feststellen.**

9:30 Herz-Kreislauftraining 50W Gymnastikhalle E 59 Haus A

10:00 Orthopädische Konsiliaruntersuchung Raum 284 Haus B

13:00 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*) U7 Haus A

Strecke: Saint-Girons - Bagnères-de-Bigorre, 165,0 km

Dienstag [13-08-13]



in aller Herrgottsfrühe

1Kg zugenommen gegenüber Ankunft

und



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

10:05 FK Frau Piramoun Kasse

10:15 Ärztliches Beratungsgespräch Dr. Stylbalkowski

13:30 Einzelkrankengymnastik(Reha) Frau Meier Flur Physikalische Therapie



14:30 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*) U7 Haus A

Strecke: Bourg d'Oisans - Le Grand-Bornand, 204,0 km

Mittwoch [14-08-13]



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

In der Zeit von 8:30 – 10:00



Blutdruckkontrolle

8:45 Pflegerisches Abschlußgespräch

9:30 Herz-Kreislauftraining 50W Gymnastikhalle E 59 Haus A

10:30 Orthopädische Sonographie Raum 147 Haus A

13:15 Lokale Kälteapplikation Kaltluft Frau Schindel Raum E67 Haus A



15:00 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*) U7 Haus A

Strecke: Annecy - Annecy-Semnoz, 125,0 km

Donnerstag [15-08-13]



Wassertreten - KALT!! 14-15:00

8:50 Ruhe-EKG Frau Kaiser Raum 173 Haus A

9:30 Hydrojet-Massage Raum E54 Haus A

10:15 Ärztliches Beratungsgespräch Dr. Stylbalkowski



15:00 Ergometrie (*Tour de France im Stillstand*) U7 Haus A

Strecke: Versailles - Paris, 118,0 km

Freitag [16-08-13]



Tschüss!