



Trainingstherapie Zentrum



Leistungskraft
aktivieren

Eine Einrichtung der

Fachklinik
Bad Bentheim





Entdecken
Sie Ihr ganzes
Potenzial

Unser Auftrag: Ihre Gesundheit

WER WIR SIND

Im Trainingstherapie Zentrum (TTZ) helfen Ihnen hochqualifizierte Therapeuten bei der Gesundung. Wir unterstützen Sie bei Erkrankungen und Verletzungen des Bewegungsapparats, bei chronischen Schmerzen und körperlichen Funktionseinschränkungen.

Ihre Leistungskraft nach Operationen, Krankheiten oder Verletzungen zurückzugewinnen – dabei unterstützen wir Sie in der Rehabilitation. Mit individuell abgestimmtem Training und vielfältigen Therapien ermöglichen wir eine baldige Rückkehr in das berufliche und private Umfeld.

Das vor rund zwanzig Jahren gegründete TTZ liegt im Kurzentrum Bad Bentheims unmittelbar neben der Bentheimer Mineraltherme und der Fachklinik Bad Bentheim.

*»Erfolgreiche Behandlungen
basieren auf einem vertrauensvollen
Verhältnis zwischen Therapeut
und Patient.«*



Hilfe zur Selbsthilfe

WAS WIR FÜR IHRE GESUNDHEIT TUN

Wir aktivieren Ihr Leistungsvermögen: Sei es als Patient mit orthopädischen oder rheumatischen Beschwerden oder als trainierender Leistungs- und Freizeitsportler. Gemeinsam mit Ihnen gelingt es uns nicht nur, Schmerzen zu mindern. Wir helfen auch, Ängste zu überwinden, Perspektiven für den Alltag zu entwickeln und Ziele neu zu definieren.

Unser Angebot reicht von der Prävention bis zur Nachsorge, die ambulante Rehabilitation bildet einen Schwerpunkt. Wir betreuen zudem stationäre Reha-Patienten der Fachklinik Bad Bentheim.

*» Gewinnen Sie mit
individuellem Training Ihre
Eigenständigkeit zurück!«*

Bei uns stehen Ausdauertraining, die Schulung von Beweglichkeit und Koordination sowie der gezielte Muskelaufbau im Vordergrund. Mit unseren Kompetenzen unter anderem bei Schmerzbehandlungen und der beruflichen Wiedereingliederung sorgen wir für erfolgreiche Therapien.



Rehabilitation

KRAFT, KOORDINATION UND AUSDAUER WIEDERGEWINNEN

Wer länger aus dem Berufsleben gerissen wird, verliert nicht nur körperliche Energie. Mit zunehmender Krankheitsdauer leidet auch die psychische Belastbarkeit. Deshalb helfen wir Ihnen auch beim Abbau von Ängsten, vermitteln Entlastungsstrategien und befähigen Sie zur Selbsthilfe. Dabei orientieren wir uns an Ihrem individuellen Handicap. Gemeinsam mit Ihnen arbeiten wir daran, Sie wieder dauerhaft in Ihrem Umfeld zu integrieren.

Mit unseren interdisziplinären Teams ermöglichen wir eine ganzheitliche Therapie. Unsere Ärzte, Sportlehrer und Therapeuten begleiten Sie während der gesamten Rehabilitation.

Bei Rückenbeschwerden, degenerativen Hüft- und Kniegelenkserkrankungen sowie rheumatischen Erkrankungen haben wir spezielle Programme zur Rehabilitation entwickelt.

*» Mit uns finden Sie neue
Perspektiven in
Beruf und Alltag.«*

BENTHEIMER RÜCKEN-SCHMERZKONZEPT

Das Trainingsprogramm basiert auf einer biomechanischen Analyse, die alle funktionellen Defizite der Wirbelsäule sichtbar macht. Auf dieser Basis wird ein persönliches Therapiekonzept erstellt, das Physio- und Sporttherapie sowie ein physiologisches, ergotherapeutisches, sozialtherapeutisches und ärztliches Programm umfasst. Unser Erfolg ist messbar: Rückenschmerzen werden bei 93 Prozent unserer Patienten dauerhaft stark reduziert.

Das interdisziplinäre Konzept richtet sich an Patienten, die sich noch im Arbeitsprozess befinden, jedoch längerfristig krankgeschrieben sind. Wir wollen Techniken zur Schmerzbewältigung vermitteln, Selbstvertrauen wiederherstellen und eine berufliche Wiedereingliederung erreichen.



BERUFLICHE REINTEGRATION MIT WORK HARDENING, MBOR UND ABMR

Work Hardening kombiniert Rückenschule, Ergonomie, Training und Koordinations- schulung. Arbeitnehmern mit chronischen Schmerzsyndromen und besonderen beruf- lichen Problemlagen ermöglichen wir damit die Reintegration in Alltag und Arbeit.

In der medizinisch beruflich orientierten Reha- bilitation (MBOR) der Rentenversicherung sowie der arbeitsplatzbezogenen muskulo-skeletalen Rehabilitation (ABMR) der Berufsgenossen- schaften wird die medizinische Rehabilitation diagnostisch und therapeutisch um den Berufs- und Arbeitsplatzbezug ergänzt. Das Ziel dieser Programme ist eine nachhaltige berufliche Integration.

Durch die einzigartige Kooperation mit dem Berufsbildungs- und Technologiezentrum des Handwerks (BTZ) können unsere Patienten besonders praxisnah trainieren.

*» Wir bieten Training und Therapie
für mehr Lebensqualität. «*



NACHSORGE - DEN ERFOLG DER REHABILITATION SICHERN

Sie haben ein künstliches Hüft- oder Knie- gelenk und die damit verbundene Rehabilitation bereits erfolgreich absolviert? Dann sollten Sie dafür sorgen, Ihre verbesserte Lebensqualität langfristig zu sichern. Regelmäßige Übungen stärken Ihre Muskulatur und unterstützen den Behandlungserfolg nachhaltig. In unseren Nachsorge-Programmen bieten wir Ihnen ein physiotherapeutisch geleitetes Training an. Erfahrene Therapeuten vermitteln Ihnen die richtigen Bewegungsabläufe.

Wir bieten diese Programme:

- Intensivierte Rehabilitationsnachsorge (IRENA) für Deutsche Rentenversicherung Bund
- Medizinische Trainingstherapie für Deutsche Rentenversicherung Braunschweig Hannover
- Funktionstraining für Deutsche Rentenversicherung Westfalen

ERWEITERTE AMBULANTE PHYSIOTHERAPIE (EAP)

Nach einem Arbeits-, Wege- oder Sportunfall bieten die jeweiligen Berufsgenossenschaften spezielle Behandlungen wie die Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP). Diese verknüpft Physiotherapie, medizinische Trainingstherapie und physikalische Anwendungen (Wärme, Kälte, Strom). Durch deren Kombination verkürzen wir den Heilungsprozess.

Das Ziel der Erweiterten Ambulanten Physiotherapie ist, Funktionen des Stütz- und Bewegungsapparates wiederherzustellen oder zu verbessern: Stärkere Muskeln stabilisieren die betroffenen Extremitäten und die Wirbelsäule. Auch eine bessere Koordination trägt zur dauerhaften Schmerzfreiheit und mehr Bewegungssicherheit bei.

Sie werden von einem festen Team betreut, dem Orthopäden, Physio- und Ergotherapeuten, Sportlehrer, Masseure und medizinische Bademeister angehören.





Erfolgreich
zurück in Beruf
und Alltag

Behandlung auf Rezept



Patienten aus Bad Bentheim und Umgebung bieten wir neben der ambulanten Rehabilitation auch Behandlungen auf Rezept. Unsere Physio- und Ergotherapeuten sind für ein breites Spektrum an Behandlungsformen qualifiziert. Das ermöglicht ein individuelles Therapiekonzept, das optimal auf ihre Beschwerden abgestimmt ist.

ERGOTHERAPIE

Unsere Ergotherapeuten vermitteln Ihnen das gesundheitsgerechte Verhalten am Arbeitsplatz und im Alltag. Außerdem klären sie über falsche Verhaltensmuster, Gelenkschutzmaßnahmen und die Bewegungsergonomie auf.

Um nach Operationen oder Erkrankungen die größtmögliche Eigenständigkeit wiedererlangen, hilft Ihnen ein individuelles Training. Außerdem prüfen wir, ob ein Bedarf an Hilfsmitteln wie Handgelenksmanschetten oder Murphy-Ringen besteht und vermitteln deren Gebrauch.

PHYSIOTHERAPIE

Unsere hochqualifizierten Physiotherapeuten helfen Ihnen, Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparates zu lindern. Unter anderem kommen Manuelle Therapie, neurophysiologische Behandlungsformen und Krankengymnastik am Gerät bei uns zur Anwendung.

Neben der Einzelbehandlung bieten wir Gruppentherapien. Dabei stehen der Muskelaufbau sowie die Schulung von Kondition und Koordination im Vordergrund.

Bevor Sie Ihr Training aufnehmen, wird Ihre Gelenk- und Wirbelsäulensituation überprüft.

Prävention

INDIVIDUELLES PRÄVENTIONSTRAINING

Bei uns können Sie systematisch trainieren, um Ihre Ziele gelenkschonend und effektiv zu erreichen. Wir analysieren Ihre Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit und entwickeln auf dieser Basis Ihren individuellen Trainingsplan. So steigern Sie Ihre Leistungsfähigkeit und zugleich Ihr Wohlbefinden.

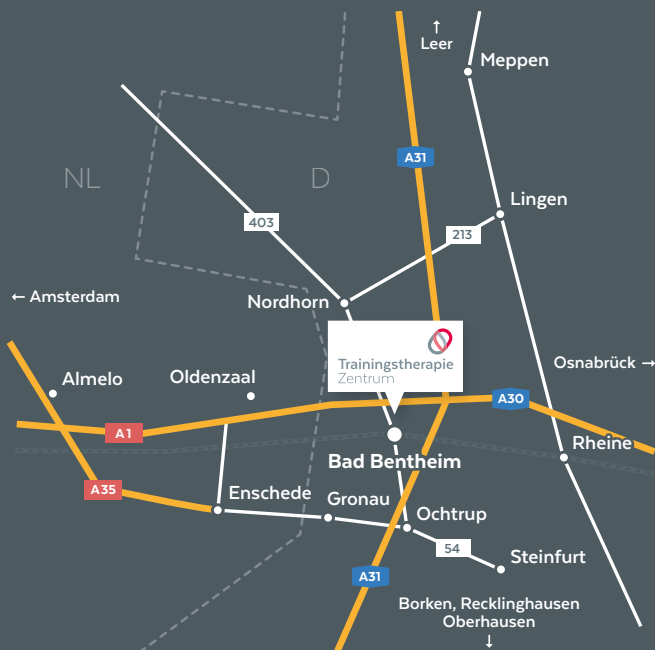
Gezielter Muskelaufbau beugt vielen Verletzungen am Bewegungsapparat vor. Eine größere Muskelmasse geht zudem mit deutlicher Schmerzlinderung einher, wie wissenschaftliche Untersuchungen belegen.

MODERNE GERÄTE FÜR IHREN ERFOLG

Die für das Training genutzten Geräte zeichnen sich durch Komfort und einfache Bedienung aus – Erfolge sind am Bildschirm unmittelbar zu sehen. Das TTZ bietet Ihnen Zugapparate, eine therapeutische Kletterwand, Stepper und Laufbänder. Außerdem sind bei uns Freihanteltraining und die medizinische Trainingstherapie mit David-Geräten möglich.



Ihr Weg zu uns



Trainingstherapie Zentrum

Eine Einrichtung der Fachklinik Bad Bentheim

Thermalsole- und Schwefelbad Bentheim GmbH

Am Bade 1 · 48455 Bad Bentheim

T (05922) 74-5800 · F (05922) 74-745800

info@trainingstherapie-zentrum.de

www.trainingstherapie-zentrum.de