

«Die Rehabilitationsmaßnahmen  
waren für mich und meinen Körper  
sehr wichtig.»

Wussten Sie, dass Sie nach der Erstbehandlung Ihrer Brustkrebserkrankung und der meist darauf folgenden onkologischen Rehabilitationsmaßnahme noch weitere Rehaleistungen beantragen können?

Bis zum Ablauf von zwei Jahren haben Sie die Möglichkeit verschiedene Rehabilitationsmaßnahmen mit dem Behandlungsschwerpunkt von Folgeerkrankungen wie das Armlymphödem zu beantragen. Dies ist eine essenzielle Chance um Ihren Neustart in ein gesundes Leben zu beginnen. Nutzen Sie diese und sprechen Sie darüber mit Ihrem zuständigen Arzt oder Ihrer zuständigen Ärztin. Gerne helfen auch wir Ihnen bei der Einleitung der Rehabilitation weiter.



Follow us  
on Instagram



Like us  
on Facebook

[www.rkbs.de](http://www.rkbs.de)



# S.I.L.E.O Vita

Neustart in ein gesundes Leben

Für weitere Fragen oder Auskünfte  
wenden Sie sich bitte direkt an  
unsere Patientenaufnahme.

Telefon: 07761/554-4020 oder-4021

Mail: [patientenaufnahme@rkbs.de](mailto:patientenaufnahme@rkbs.de)

**RehaKlinikum Bad Säckingen**

Bergseestraße 61 | 79713 Bad Säckingen

Telefon: 07761/554-0

Mail: [info@rkbs.de](mailto:info@rkbs.de)



Zertifizierte Behandlungsqualität nach  
DEGEMED und DIN EN ISO 9001:2015

Fachklinik für Orthopädie,  
Rheumatologie, Gefäß- und  
Stoffwechselerkrankungen



# S.I.L.E.O Vita

S.I.L.E.O Vita steht für unser **S**ystemisch-ganzheitliches **i**nterdisziplinäres **L**ymphologisches **E**ntödematisierungsprogramm für das sekundäre Armlymphödem nach überstandener Brustkrebserkrankung.

## RehaKlinikum Bad Säckingen

Das RehaKlinikum Bad Säckingen ist eine Fachklinik für die Behandlung von Lymphödemem und Patienten nach operativen Eingriffen wie dem Hüft- oder Knie-TEP. Zusätzlich bieten wir Fachkompetenzen bei Patienten mit degenerativen Erkrankungen des Haltungs- und Bewegungsapparates, orthopädischen und entzündlich rheumatischen Erkrankungen sowie Gefäßerkrankungen an.

## S.I.L.E.O Vita - Einzigartig und nur bei uns

Aufgrund unserer jahrzehntelanger Erfahrung in der Diagnostik und Therapie von Lymphödem versuchen wir stets die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse direkt an unsere Patienten/innen weiterzugeben.

Daraus entstand unser speziell angepasstes Behandlungsprogramm an die Bedürfnisse und Erfordernisse der Betroffenen nach überstandener Brustkrebserkrankung. Fachärzte und Therapeuten verschiedenster Fachrichtungen im RehaKlinikum Bad Säckingen sind daran beteiligt, Ihnen bei Ihren komplexen gesundheitlichen Problemen weiterzuhelfen und Ihnen Wege aufzuzeigen, wie Sie im Alltag und Ihrem weiteren Leben mit Ihren Erkrankungen und Beschwerden umgehen können.

**S.I.L.E.O Vita** verfolgt einen ganzheitlichen interdisziplinären Therapieansatz und ist in vier Behandlungsschwerpunkte unterteilt: **ENTSTAUUNG | RESILIENZ | AKTIVITÄT & BEWEGUNG | SELBSTMANAGEMENT**

### Ziele der Einheit „komplexe physikalische Entstauungstherapie“:

- Den Lymphabfluss anregen und Ihr Lymphödem und die Gewichtsbelastung des Armes reduzieren.
- Beginnende Gewebsveränderungen und einer Chronifizierung des Armlymphödems entgegenwirken.

### Ziele der Einheit „Resilienz“:

- Die Verarbeitung Ihrer Erkrankung unterstützen und fördern.
- Mit einer konkreten lösungsorientierten Zielsetzung zuversichtlich Ihre Zukunft planen.

### Ziele der Einheit „Aktivität & Bewegung“:

- Ihre Muskulatur kräftigen und hierdurch die Ödemreduktion unterstützen.
- Ihre Ausdauer und Koordination verbessern.
- Ihren Schon- und Fehlhaltungen entgegenwirken.
- Ihre begleitende psychischen (depressiven) Verstimmungen positiv beeinflussen.

### Ziele der Einheit „Selbstmanagement“:

- Ihre Eigenverantwortung durch Selbstkontrolle und Selbstbehandlung Ihres Armlymphödems stärken.
- Sie über den Umgang mit Ihrem Armlymphödem im Alltag informieren und mit Ihnen Strategien für ein Leben mit möglichst wenig Einschränkungen entwickeln.
- Mit Ihnen zusammen Lösungen erarbeiten, wie zukünftig Ihr beruflicher Einstieg und Alltag gemeistert werden kann.

### KOMPLEXE PHYSIKALISCHE ENTSTAUUNGSTHERAPIE

- Manuelle Lymphdrainage
- Kompressionsbandagierung
- Lymphomat

### RESILIENZ

- Psychologische Einzel- oder Gruppengespräche
- Entspannungsverfahren und Achtsamkeitstraining
- Sozialberatung zur Förderung der sozialen und beruflichen Integration
- Komplementär-medizinische Ansätze

### AKTIVITÄT & BEWEGUNG

- Gymnastikgruppen
- Wassergymnastik
- Nordic Walking
- Medizinische Trainingstherapie (MTT)
- Übungen für zu Hause durch Videoanleitungen

### SELBSTMANAGEMENT

- Lymphödem im Alltag
- Arbeitsweltbezogene Therapie
- Ergotherapie
- Selfmade Volumenmessung
- Selfmade Bestrumpfung
- Selfmade Bandagierung
- Hautpflege
- Ernährung