

INFORMATIONEN FÜR IHRE GESUNDHEIT

RAPID RECOVERY PROGRAMM

IHRE ROLLE ALS PERSÖNLICHER COACH





LIEBER COACH UND BEGLEITER,

Ihr Lebenspartner, ein Familienmitglied, Freund oder Bekannter hat sich entschlossen, sich in unserem EndoprothetikZentrum der Maximalversorgung einer Knie- oder Hüftgelenksoperation zu unterziehen. Das ist der erste Schritt zurück in ein aktives und schmerzarmes Leben.

Ihre Unterstützung ist dabei eine wichtige Voraussetzung für eine schnelle Genesung. Denn als Coach sind Sie ein wichtiger Teil unseres Rapid Recovery Programms. Das Versorgungsprogramm zielt darauf ab, dass die Patienten von Beginn an gut über den gesamten Behandlungsablauf informiert sind und nach der Operation möglichst schnell und schmerzfrei wieder auf die Beine kommen.

Welche Rolle Sie als persönlicher Coach dabei spielen, erklären wir Ihnen auf den folgenden Seiten. Die Broschüre liefert zudem wichtige Informationen zu unserem Behand-

lungskonzept und zeigt Ihnen, wie Sie Ihren Patienten am besten unterstützen – und zwar bereits vor der Operation. Sollten Sie noch Fragen haben, zögern Sie nicht, uns anzusprechen.

Gutes Gelingen wünscht
Ihr

Prof. Dr. med. Christoph Schnurr
Chefarzt der Klinik für Orthopädie
St. Vinzenz-Krankenhaus

Weitere Informationen rund um unser Rapid Recovery Programm finden Sie im Internet unter www.vinzenz-duesseldorf.de

KONTAKT

Sekretariat
Sprechstundentermine
OP-Termine
Fax
E-Mail

(02 11) 958-22 01/-22 02
(02 11) 958-22 22
(02 11) 958-22 28
ortho@vkkd-klinken.de



INHALTSVERZEICHNIS

PERSÖNLICHER COACH? WOZU? DAS RAPID RECOVERY PROGRAMM IM ST. VINZENZ-KRANKENHAUS SO HELFEN SIE ALS COACH	4
DIE DIGITALE PATIENTENSCHULE FRÜHE MOBILISIERUNG PHYSIOTHERAPIE IN DER GRUPPE	5
ENTLASSUNGSKRITERIEN AUFGABEN IM ÜBERBLICK 10 TIPPS FÜR EINE ERFOLGREICHE BEGLEITUNG	6



Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verzichten wir in dieser Broschüre bei der Nennung von Personen auf die ausführliche weibliche und männliche Schreibweise. Generell verwenden wir stattdessen die Begriffe stets in ihrer kürzeren Form (z. B. Patienten). Dies versteht sich als Synonym für alle männlichen und weiblichen Personen, die damit selbstverständlich gleichberechtigt angesprochen werden.

PERSÖNLICHER COACH? WOZU?

Wer sich einer Operation unterziehen muss, braucht Ermutigung und Unterstützung. Umso wichtiger ist es, dass er beides von einer fürsorglichen Vertrauensperson erhält – seinem persönlichen Coach. Oft übernehmen Lebenspartner, Familienmitglieder oder gute Freunde diese Rolle. Denn sie kennen Bedürfnisse und Befindlichkeiten der Patienten und können sie deshalb auf dem Weg zur Genesung am besten motivieren und begleiten.

Und zwar von Anfang an. Als Coach bereiten Sie den Patienten schon zuhause auf den geplanten Eingriff vor – zum Beispiel, indem Sie ihn zu muskelkräftigenden Übungen anspornen. Aber auch während des Krankenhausaufenthaltes sind Sie gefragt, um den Patienten zu aktivieren und ihn mental zu unterstützen.

DAS RAPID RECOVERY PROGRAMM IM ST. VINZENZ-KRANKENHAUS

Rapid Recovery (engl. rasche Erholung) ist unser Programm für Patienten, die einen künstlichen Hüft- oder Kniegelenksersatz bekommen. Damit schaffen wir optimale Voraussetzungen für ihre ganzheitliche Versorgung – vom Erstkontakt bis zur Entlassung. Und darüber hinaus.

Das Versorgungsprogramm zielt darauf ab, dass die Patienten von Beginn an gut über den gesamten Behandlungsablauf informiert sind und nach der Operation möglichst schnell und schmerzfrei wieder auf die Beine kommen. Dazu tragen unter anderem standardisierte Protokolle und Abläufe bei. Sie entsprechen dem neuesten medizinischen Stand, schaffen die Basis für einen sicheren Operationsablauf und reduzieren Fehlerrisiken.

Die Patienten lernen unser interdisziplinäres Behandlungsteam bereits ein bis zwei Wochen vor der Operation kennen und erfahren in der digitalen Patientenschule alles über den Eingriff sowie die anschließende Genesungszeit. Zudem arbeiten im Rapid Recovery Programm alle medizinischen Fachdisziplinen unseres Hauses eng zusammen. Wir stimmen jeden Betreuungsschritt auf die Bedürfnisse der Patienten ab und entscheiden gemeinsam mit ihnen, wann sie aus dem Krankenhaus entlassen werden können.

Als Coach können Sie den Genesungsprozess täglich beobachten und ihn aktiv mitgestalten. Sie werden staunen, wie schnell Ihr Patient wieder fit ist und nach Hause bzw. in die ambulante oder stationäre Rehabilitation entlassen werden kann.

SO HELFEN SIE ALS COACH

Als persönlicher Begleiter (Coach) sind Sie von Anfang an wichtiger Teil des Rapid Recovery Programms und natürlich herzlich eingeladen, ebenfalls zum Tag der ambulanten Vorbereitung zu kommen.

Hier lernen Sie, wie Sie als Coach den Behandlungsverlauf begleiten und Mitverantwortung für den Heilungsprozess übernehmen können. Ihre Aufgabe ist es, den Patienten vertrauensvoll zu motivieren und zu aktivieren. Natürlich sollten Sie sich dabei nicht überfordern. Sie müssen selbstverständlich keine Tätigkeiten übernehmen, die Sie sich nicht zutrauen. Für die Zeit nach der Operation werden Sie vom Krankenhauspersonal maßgeblich unterstützt.

Sollte der Patient kein Deutsch sprechen, übernehmen Sie als Coach gleichzeitig die Aufgabe des Dolmetschers. Sie sorgen dafür, dass der Informationsfluss rund läuft und keine Verständigungsprobleme entstehen. Selbstverständlich können Sie jederzeit nachfragen, wenn Sie etwas nicht richtig verstanden haben. Wir nehmen uns gerne die Zeit, Unklarheiten aus dem Weg zu räumen.

WICHTIGE AUFGABEN ALS COACH:

- Unterstützung bei Verständigungsproblemen
- Informationsaustausch
- Mitgestaltung des Behandlungsverlaufes
- vertrauensvolle Motivation
- Aktivierung des Patienten

DIE DIGITALE PATIENTENSCHULE

In der Patientenschule erhalten Patient und Coach wichtige Informationen rund um die Behandlung. Dadurch können Sie als Coach besser verstehen, was den Patienten nach der Operation erwartet und welchen Herausforderungen er sich möglicherweise stellen muss. Sie erfahren, wann Ihre Hilfe benötigt wird und wie Sie den Patienten am besten unterstützen können.

ZUM BEISPIEL, INDEM SIE IHN

- zu kurzen gemeinsamen Spaziergängen motivieren
- zu regelmäßigen Eigenübungen anspornen
- mit Informationen versorgen und
- zu Terminen begleiten

FRÜHE MOBILISIERUNG

Je früher Patienten sich nach Operationen wieder bewegen, desto schneller können sie im Alltag selbstständig durchstarten. Außerdem werden dadurch auch Komplikationsrisiken reduziert. Deshalb mobilisieren wir unsere Patienten schon am Operationstag. Dazu führt unser Behandlungsteam gemeinsam mit dem Patienten einfache Bewegungsübungen durch. Das stärkt betroffene Muskeln sowie das Vertrauen der Patienten in ihre neuen Implantate.

VORTEILE DER FRÜHEN MOBILISIERUNG:

- Genesung wird beschleunigt
- Komplikationen werden reduziert
- Muskeln werden gestärkt
- Stabilität wird verbessert

PHYSIOTHERAPIE IN DER GRUPPE

In der Gruppe liegt die Kraft – auch während der Genesung. Im Rapid Recovery Programm werden deshalb drei bis acht Patienten am selben Tag operiert – und machen sich anschließend gemeinsam auf den Weg zur Genesung. Sie lernen die übrigen Patienten und Coaches bereits ein bis zwei Wochen vor der OP in der Gangschule kennen.

Anschließend durchläuft die Gruppe den gesamten Behandlungsprozess gemeinsam. Der Vorteil: Patienten und Coaches können sich über Herausforderungen und Erfolge austauschen und so wichtige Impulse für weitere Aktivitäten gewinnen.



ENTLASSUNGSKRITERIEN

Wenn der Patient aus medizinischer Sicht bereit ist, darf er das St. Vinzenz-Krankenhaus wieder verlassen. Dazu muss er bestimmte Entlassungskriterien erfüllen. Diese werden vom Behandlungsteam – also Operateur und Anästhesist, Physiotherapeut, Pflege und Sozialdienst – gemeinsam definiert und regelmäßig kontrolliert.

Auch Sie als Coach sollten gemeinsam mit Ihrem Patienten stets ein Auge auf die Entlassungskriterien halten. Die Entlassungskriterien finden Sie im Rapid Recovery Ordner unter der Rubrik „Stationärer Aufenthalt“.

AUFGABEN IM ÜBERBLICK

VOR DEM KRANKENHAUSAUFENTHALT

- Begleitung zu allen wichtigen Terminen, wie zum Tag der ambulanten Vorbereitung (ca. halber Tag)
- Klärung offener Fragen vor der Operation
- Vorbereitung der Wohnung, d. h. Stolperfallen (Kabel oder Teppiche) beseitigen, Hilfsmittel (z. B. Greifzange) besorgen
- Vorkochen und Tiefkühlen von Mahlzeiten

WÄHREND DES KRANKENHAUSAUFENTHALTS

- regelmäßige Besuche des Patienten
- Unterstützung der Eigenübungen zur Muskelkräftigung
- Kontrolle der Post und Übermittlung wichtiger Schreiben (z. B. der Krankenkasse oder Reha-Einrichtung)

- Organisation der Heimreise nach dem Krankenhausaufenthalt
- Begleitung nach Hause

NACH DEM KRANKENHAUSAUFENTHALT

- Unterstützung nach Bedarf, z. B. beim An-/Auskleiden, Einkaufen, bei Apothekengängen
- Motivierung zur regelmäßigen Durchführung von Eigenübungen zur Muskelkräftigung
- Begleitung zu Nachuntersuchungsterminen

10 TIPPS FÜR EINE ERFOLGREICHE BEGLEITUNG

1. Motivieren Sie Ihren Patienten und stärken Sie sein Selbstvertrauen.
2. Begleiten Sie ihn zur ambulanten Vorbereitung.
3. Sorgen Sie gemeinsam mit ihm dafür, dass seine Wohnung für die Rückkehr nach Hause vorbereitet ist.
4. Begleiten Sie ihn zu Untersuchungsterminen.
5. Verdeutlichen Sie, warum die Teilnahme an der Gruppen-Physiotherapie wichtig ist.
6. Seien Sie für Ihren Patienten da, wenn er Ihre Unterstützung benötigt.
7. Spornen Sie ihn zu Eigenübungen an und geben – wenn nötig – Hilfestellung.
8. Bringen Sie wichtige Post mit ins Krankenhaus.
9. Halten Sie gemeinsam mit Ihrem Patienten die Entlassungskriterien im Blick.
10. Helfen Sie ihm Schritt für Schritt, im Alltag wieder auf die Füße zu kommen.



KONTAKT / ANFAHRT

St. Vinzenz-Krankenhaus

Schloßstraße 85
40477 Düsseldorf

Telefon (02 11) 958-01
Telefax (02 11) 958-24 60

ortho@vkkd-kliniken.de
www.vinzenz-duesseldorf.de

Geschäftsführer

Christian Kemper, Jürgen Braun



Das St. Vinzenz-Krankenhaus ist eine Einrichtung im VKKD | Verbund Katholischer Kliniken Düsseldorf und Akademisches Lehrkrankenhaus der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf.

www.vkkd-kliniken.de