

# Die Therapieangebote der CCB Reha

## Sport- und Bewegungstherapie

Ergometertraining mit Ekg-Überwachung  
Medizinische Trainingstherapie (MTT) am Gerät  
Herzsport  
Terraintraining /Nordic Walking  
Atemgymnastik  
Rückenschule  
Gefäßtraining

## Psychologische Betreuung

Seminare zur Krankheitsbewältigung  
Motivation zum Nichtrauchen  
Entspannungstechniken  
Psychologische Einzelgespräche  
Motivation zum Essverhalten  
Kognitives Training

## Ernährungsberatung

Einkaufspraxis und Lehrküche  
Schulungen zur Ernährungsumstellung

## Hypertonieschulung

## Schulung zur Selbstkontrolle

(Blutdruck, Blutzucker, Blutgerinnung)

## Gesundheitsbildung, Gesundheitstraining

## Ergotherapie

## Sozialberatung

## Physiotherapie

Krankengymnastik, manuelle Therapie,  
Lymphdrainagen  
Schulung zur physiotherapeutischen Behandlung

Das kompetente Team aus Ärzten, Sportwissenschaftlern, Psychologen, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseuren und Sozialarbeitern in der CCB Reha betreut Sie nach Richtlinien des BAR und der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen (DGPR) und der Reha-Träger.

In modernen, ansprechenden Räumen empfängt Sie eine freundliche Atmosphäre, die dem Umgang mit der Krankheit eine positive Richtung gibt.

## Die CCB Reha ist Partner folgender Kostenträger

Deutsche Rentenversicherung  
Gesetzliche Krankenkassen und Ersatzkrankenkassen  
Bundesknappschaft  
Private Krankenversicherer und Beihilfe  
Selbstzahler

## Öffnungszeiten CCB Reha

Montag bis Freitag 8.00 bis 14.30 Uhr

## Privates Training im CCB HERZWERK

Montag bis Freitag 14.00-22.00 Uhr  
Samstag und Sonntag 10.00-17.00 Uhr

## Zentral gelegen an der Friedberger Warte

Die CCB Reha befindet sich in dem Gebäudekomplex mit tegut und Apotheke an der Kreuzung Dortelweiler Straße / Friedberger Landstraße.

Sie erreichen das Zentrum aus allen Himmelsrichtungen mit öffentlichen Verkehrsmitteln und mit dem Auto.

## Kostenlose Parkplätze

Nach Anmeldung ausreichend verfügbar.

## Barrierefreier Zugang

Über das Treppenhaus oder den Aufzug gelangen Sie in den 3. Stock zur Anmeldung der CCB Reha.

## Fachärztliche Leitung

### Dr. med. S. Bruder

Innere Medizin, Kardiologie, Sportkardiologie,  
Kardiovaskuläre Präventivmedizin (DGPR),  
Rehabilitationswesen

### Dr. med. U. Kaltenbach

Allgemeinmedizin, Rehabilitationswesen

Friedberger Landstraße 406  
60389 Frankfurt a. M.  
Tel. 069 9542593-0  
Fax. 069 9542593-10  
www.ccb-reha.de  
info@ccb-reha.de

HRB-Nr. 82547  
Amtsgericht Frankfurt  
Umsatzsteuer ID:  
DE258750053

## Geschäftsführende Gesellschafter

Prof. Dr. med. A. Schmermund

Prof. Dr. med. B. Nowak

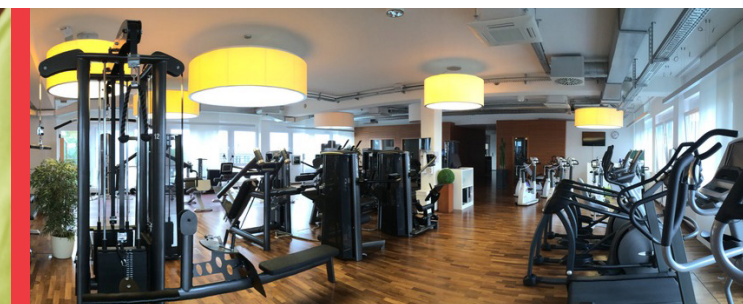
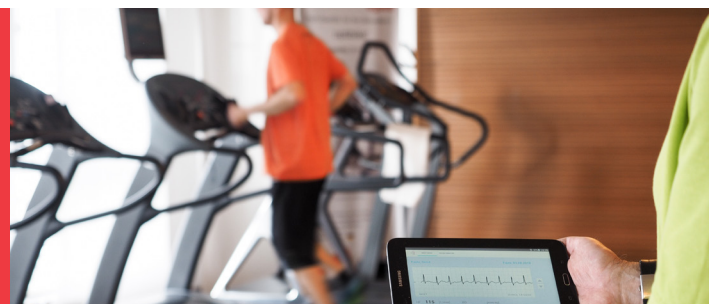
Stand: 08/2023

# CCB Reha

Ambulante kardiologische und angiologische  
Rehabilitation und Prävention

## Ambulante Reha

### Ihr Weg zu Leistungsfähigkeit, Belastbarkeit und Lebensfreude





## Ziel aller Rehabilitationsmaßnahmen in der CCB Reha

In der kardiologischen Rehabilitation lernen Sie, mit meist chronischen Erkrankungen umzugehen und erfahren ein neues Vertrauen in Ihre körperliche und geistig-seelische Leistungsfähigkeit. Wir informieren Sie über Entstehungsmechanismen und Risikofaktoren von Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir eine Veränderung Ihrer Lebensweise erreichen, um das Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern oder aufzuhalten. Es ist uns wichtig, Ihnen eine selbstbewusste Rückkehr in den normalen Lebens- und Arbeitsalltag zu ermöglichen.

## Warum eine ambulante Reha?

Eine ambulante Reha bietet exakt die gleichen Leistungs- und Therapieangebote wie eine stationäre Reha. Mit dem einzigen Unterschied, dass Sie ab Nachmittag zu Hause in Ihrer privaten Umgebung sind. Abends, nachts und an den Wochenenden führen Sie Ihr ganz normales Leben weiter, sind in Ihrem Umfeld und pflegen Ihre Sozialkontakte. Im Alltag gibt es für Sie keine Unterbrechungen, keine Eingewöhnungsphase.

Alles, was Sie in der Reha lernen, können Sie sofort in Ihr tägliches Leben einbauen. Dieser nahtlose Übergang zwischen Reha und Alltag führt zu guten Ergebnissen, was die Akzeptanz der Maßnahme und Änderung des Lebensstils betrifft.

Auch macht es die ambulante Reha in Wohnortnähe leichter, Angehörige an Seminaren und Schulungen zu beteiligen. Ebenso ist der direkte Kontakt zu Ihrem Hausarzt oder Ihrem Kardiologen durch die räumliche Nähe besonders gegeben.

## Wie geht es nach der Reha weiter?

Alles in der Reha Erlernte setzen Sie im täglichen Leben in Beruf und Alltag um. Führen Sie einfach alles fort wie in der CCB Reha trainiert.

Nach der Rehabilitationsmaßnahme können Sie an Nachsorgeprogrammen und Auffrischkursen teilnehmen. Die Deutsche Rentenversicherung Bund bietet die Intensivierte REhaNACHsorge (IRENA) mit einem Umfang von max. 6 Monaten an.

Ziel aller sich an eine Reha anschließenden Maßnahmen ist es, das erreichte Rehaziel zu verbessern bzw. zu erhalten. Die Empfehlung zur Reha-Nachsorge oder den Antrag auf Kostenübernahme für den Rehabilitationssport erhalten Sie von Ihrem Arzt.

Im Hinblick auf Nachhaltigkeit der Reha-Maßnahme ist es sinnvoll, die erlangte Belastbarkeit zu erhalten und sich im CCB HERZWERK zu einer Herzsportgruppe, zum Nordic Walking oder zum Intervalltraining bei Herzschwäche anzumelden.



## Für welche Patienten kommt eine ambulante Rehabilitationsmaßnahme in der CCB Reha in Frage?

In der CCB Reha werden Patienten mit folgenden Indikationen behandelt:

- **Koronare Herzkrankheit**  
PTCA, Stent-Implantation  
Herzinfarkt
- nach **Operationen am Herzen** z. B.  
Bypass-OP  
minimal invasiver Koronarchirurgie  
Herzklappen-OP
- **Angeborene und erworbene Herzklappenfehler**  
Herzklappenersatz oder -rekonstruktion
- **Herzinsuffizienz**
- nach **Herzmuskelentzündung**
- **schwer einstellbare arterielle Hypertonie und hypertensive Herzerkrankung**
- **Ansammlung von Risikofaktoren wie Übergewicht, Rauchen und erhöhter Blutzucker**
- nach **ICD oder CRT Implantation**
- **Interventionen bei Herzrhythmusstörungen**  
(Katheter-Ablation)
- **schwere Lungenembolie**
- nach **Gefäßoperationen**
- **Periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)**

Bitte sprechen Sie Ihren Arzt auf die Indikation an.

Die Kardiologische Rehabilitation umfasst in der Regel 15 - 20 Behandlungstage. Die Intensität wird individuell in der Aufnahmeuntersuchung festgelegt und richtet sich nach Ihrer Belastungsfähigkeit. Bitte planen Sie ca. 6 Stunden für einen Behandlungstag ein. Ruhepausen und Zeit zum Essen, Trinken und Ausruhen zwischen den Therapien dienen der Entspannung.

Zu Beginn legen Sie zusammen mit einem Arzt die Therapieziele in den Bereichen Lebensstil, Stoffwechsel, Ausdauer und Belastbarkeit, Bewegungsapparat und Herz-Kreislauf-Erkrankung fest. Aber auch psycho-soziale Ziele wie die berufliche Wiedereingliederung, die psychische Stabilität und eine verbesserte Teilhabe am sozialen und beruflichen Leben werden definiert. Dann wird Ihr individueller Behandlungsplan entwickelt, der Sie zu den gesteckten Zielen bringen soll.

Am Ende der Rehabilitationsmaßnahme sitzen Sie wieder mit dem betreuenden Arzt zusammen und besprechen, welche Ziele erreicht wurden, was sich für Sie verändert hat.

