



Borkum  
Knappschafts-Klinik



Knappschaft Bahn See



IN REINER LUFT GENESEN

## Herzlich Willkommen in der Knappschafts-Klinik auf Borkum

Die Nordseeinsel Borkum ist die größte der sieben Ostfriesischen Inseln. Borkum verfügt über ein Hochseeklima und ist Bestandteil des Nationalparks „Niedersächsisches Wattenmeer“. Insbesondere die pollenarme und jodhaltige Luft auf Borkum bietet eine optimale Voraussetzung für die Behandlung von Atemwegs- und Hauterkrankungen sowie Allergien. Das bereits 1850 entstandene Nordseebad Borkum ist zu jeder Jahreszeit reizvoll und bietet ein vielfältiges Kultur- und Freizeitangebot. Für unvergessliche Touren durch eine faszinierende Dünen-, Wiesen- und Heidelandschaft stehen über 120 Kilometer Wander- und Radwege auf Borkum bereit.

Die absolut ruhige Lage der Klinik am nördlichen Stadtrand, eingebettet im urwüchsigen Dünengelände direkt am Meer, bürgt für einen naturverbundenen Reha-Aufenthalt. In unserer Klinik mit 150 Betten finden Sie moderne Zimmer mit angenehmem Ambiente. Die Unterbringung erfolgt vornehmlich in Einzelzimmern mit Dusche/WC, Fernseher, Radio und Durchwahltelefon.

### Freizeit

Wir bieten in unserer Klinik eine Vielzahl von Möglichkeiten der aktiven

Freizeitgestaltung an. Bei schönem Wetter können Sie es sich in unseren Strandkörben in der Dünenlandschaft oder auf der Sonnenterrasse so richtig gemütlich machen oder mit Mietfahrrädern die Insel entdecken. Auch können von der Klinik aus schöne Strandspaziergänge unternommen werden. Spielt das Wetter einmal nicht so richtig mit, findet man in der Klinik für das gesellige Freizeitvergnügen einen Billard- und Tischtennisraum vor. Darüber hinaus können bestimmte medizinischen Trainingsgeräte und unser

Bewegungsbad zu den Öffnungszeiten kostenlos genutzt werden. Ebenfalls halten wir eine kleine Bücherei vor. In der Klinik steht Ihnen ein W-Lan Anschluss gegen Entgelt zur Verfügung. Sie haben somit die Möglichkeit über den gesamten Aufenthalt das Internet zu nutzen. In der Nebensaison bieten wir ein klinikeigenes Freizeitprogramm wie z. B. Teeabende, Inselvorträge, Musikdarbietungen und Filmvorführungen an. Aber auch Borkum lässt mit seinem regen Kultur, Sport- und Freizeitangebot kaum Wünsche offen.





Fit werden im modernen  
Bewegungsbad

## BREITES THERAPIESPEKTRUM

### Medizinische Leistungen

Bei uns erhalten Sie eine sorgfältige medizinische Behandlung bei internistischen, gynäkologisch-onkologischen und allergologisch-dermatologischen Erkrankungen.

Unsere medizinischen Leistungen im Überblick:

- Gynäkologische Erkrankungen, insbesondere Nachsorge von Tumoren der Brust und des Unterleibs
- Internistische Erkrankungen, insbesondere chronisch entzündliche und allergische Erkrankungen der Atmungsorgane
- Dermatologische Erkrankungen, Ekzemerkrankungen sowie allergologische Hauterkrankungen und Nachsorge von Tumoren der Haut

Als Nebenindikation werden allgemeine Psychosomatische und Psychovegetative Funktionsstörungen mitbehandelt.

Sämtliche medizinische Behandlungen führen wir in Form von stationären Rehabilitationsmaßnahmen, Anschlussheilbehandlungen (AHB) oder mittels Anschlussrehabilitation durch. Bei

Tumorerkrankungen ist eine medikamentöse Weiterbehandlung nach Absprache mit der vorbehandelnden Klinik möglich.

### Unser Behandlungskonzept

Hoher medizinischer Standard ist bei uns selbstverständlich. Aus dem gesamten Leistungsspektrum unserer Klinik stellen wir Ihren Therapieplan zusammen. Der ganzheitliche Therapieansatz, in dem wir verschiedene Therapieformen miteinander kombinieren und individuell auf Sie zuschneiden, gibt Ihnen Gewissheit, das „Richtige“ für Ihre Gesundheit zu tun. Durch unser fachübergreifendes Klinikkonzept (Innere Medizin, Pneumologie, Gynäkologie, Allergologie und Dermatologie) können alle Begleiterkrankungen mitbehandelt werden. Besonders wichtig ist uns Ihre aktive Mitarbeit an Ihrer

eigenen Gesundheit. Mit unserer Bewegungstherapie können Sie beispielsweise ein vorhandenes Trainingsdefizit abbauen und Ihr allgemeines Wohlbefinden wird gesteigert.

Unsere Therapieformen und Einzelmaßnahmen im Überblick:

- Allgemeine und gezielte Bewegungstherapie im Terrain, Gymnastikhalle und in unserem Meerwasserschwimmbad als Einzel bzw. Gruppentherapie
- Komplexe UV-Therapie
- Lymphdrainage, Bindegewebs- und Unterwassermassage
- Schlickpackungen
- Inhalation
- Elektrotherapie
- Elektrogalvanische und therapeutische Bäder
- Kneipp-Anwendungen

- Sauna
- Erlernen von Entspannungstechniken
- Psychologische Gespräche/ Einzelgespräche
- Kunsttherapie

### Aktivierende Wirkung des Meeres

Unsere einzigartige Thalasso-Therapie basiert auf Schlickpackungen, Meerwasserinhalationen und Bädern, mit deren Hilfe die aktiven Wirkstoffe des Meerwassers durch die Hautmembran in den Körper eindringen können, sowie den positiven Einflüssen des Meeresklimas.

Hierzu zählen u. a.:

- Abhärtung durch Kühle und Wind
- Vitamin D<sub>3</sub>-Stimulierung durch wohldosierte UV-Einstrahlung
- Luftreinheit bezüglich Schadstoffe und Allergene
- Keine Schwülwärme-, Inversions-, und Kesselwetterlagen
- Natürliche Inhalation von Meeressole

### Präzise Ernährung

Eine gesunde Ernährung ist eine

wichtige Voraussetzung zur Prävention von Erkrankungen und Unterstützung bei der Heilung. Wir folgen in unserem Speiseplan den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und bieten Ihnen eine abwechslungsreiche und gesundheitsfördernde Speisenauswahl. Sie können zwischen vegetarischer Kost mit oder ohne Fisch sowie Vollkost mit einem vegetarischen Tag pro Woche wählen. Selbstverständlich berücksichtigen wir individuelle Unverträglichkeiten und bieten darüber hinaus alle gängigen Diätformen an. Ebenfalls können Sie gerne unsere Ernährungsberatung in Anspruch nehmen. In der Lehrküche erhalten Sie schmackhafte Zubereitungstipps für zu Hause.

### „RUND“ um Ihre Gesundheit

Auf Wunsch bieten wir psychologische Beratungen an, die wir einzeln oder in der Gruppe durchführen. Im Rahmen dieser Beratungen können spezielle Entspannungstechniken und autogenes Training erlernt werden. Darüber hinaus bieten wir Ihnen ein auf Sie speziell zugeschnittenes Gesundheits-





Entspannung auf der  
Sonnenterrasse

trainingsprogramm an. Abgerundet wird unser Angebot mit verschiedenen krankheitsspezifischen Gesprächskreisen, Schulungen und Vorträgen.

Mehr Detailinformationen über unser Haus und zur medizinischen Rehabilitation erhalten Sie unter [www.knappschafts-klinik-borkum.de](http://www.knappschafts-klinik-borkum.de). Lernen Sie bequem von zu Hause aus unsere Klinik kennen.

### Wer trägt die Kosten?

Keine Sorge: Die Kosten für Ihre Reha-Behandlung werden in der Regel von Ihrem Rentenversicherungsträger oder Ihrer Krankenkasse übernommen, wenn Ihr behandelnder Arzt die Notwendigkeit einer Reha- oder Anschlussheilbehandlung feststellt. Die Knappschafts-Klinik Borkum verfügt

über die notwendigen Versorgungsverträge und ist nach den Beihilfevorschriften anerkannt. Auch Selbstzahler und Privatpatienten, die etwas Gutes für ihre Gesundheit tun wollen, sind bei uns herzlich willkommen.

Unser Haus ist nach DIN EN ISO 9001:2008 zertifiziert.

**Noch Fragen? Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns!**

### Unsere Anreisetipps

Der Autoverkehr ist auf der Nordseeinsel Borkum stark eingeschränkt, so dass eine Anreise mit der Bahn dringend zu empfehlen ist. Möchten Sie trotzdem mit dem Auto anreisen, sollte

rechtzeitig ein Fährplatz von Emden gebucht werden. Eine kürzere Überfahrt besteht ab Eemshaven (Niederlande). Diese dauert ca. eine Stunde. Am besten ist es jedoch, komplett auf den fahrbaren Untersatz auf Borkum zu verzichten, sie benötigen ihn auf Borkum nicht. Parkplätze sind auf dem Klinikgelände nicht vorhanden.

### Mit der Bahn:

Die Anreise mit der Bahn erfolgt bis Emden Außenhafen. Hier besteht ein direkter Übergang vom Zug zum Schiff. Von Emden bringt Sie die Fähre in etwa 2 Stunden, der Katamaran in nur etwa einer Stunde nach Borkum. Vom Hafen Borkum aus besteht ein eigener Shuttleservice zur Klinik.

Knappschafts-Klinik Borkum  
Boeddinghausstraße 25  
26757 Borkum  
Telefon (Zentrale): 04922 301-0  
Patientenanmeldung: 04922 301-375  
E-Mail: borkum-info@kbs.de  
Internet: www.knappschafts-klinik-borkum.de



#### IMPRESSUM

Herausgeber:  
Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See  
Referat Geschäftsführung, Kommunikation und  
Öffentlichkeitsarbeit in Zusammenarbeit mit der  
Abteilung Medizinisches Netz und der Knappschafts-  
Klinik Borkum  
Pieperstraße 14-28, 44781 Bochum

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

Nachdruck auch auszugsweise, ist nur mit ausdrücklicher  
Genehmigung des Herausgebers gestattet.

Stand: April 2015