

Marquartstein

Chiemgau-Klinik.

**Orthopädie,
Psychosomatik**



Knappschaft Bahn See
sozial. kompetent. für mich!



GESUND WERDEN IN MARQUARTSTEIN

Herzlich Willkommen in der Chiemgau-Klinik

Die Chiemgau-Klinik in Marquartstein liegt im reizvollen, heilklimatisch günstigen offenen Tal der Tiroler Ache, umgeben von den vorwiegend bewaldeten Bergen des Chiemgaus. Das als Naturpark gestaltete große Klinikgelände bietet einen Panoramablick auf die Chiemgauer Alpen. Die ruhige Lage bürgt für einen entspannten Reha-Aufenthalt.

Der große Naturpark der Klinik lädt bei schönem Wetter mit seinen Sonnenterrassen, Liegewiesen und Bänken zum Verweilen ein, immer verbunden mit einem erholsamen Blick auf die Marquartsteiner Bergwelt.

Wer seine Freizeit aktiv gestalten will, findet viele Wanderwege oder kann anspruchsvolle Bergtouren zu Almen und Berggipfeln unternehmen. Ebenfalls lädt die Lage der

Chiemgau-Klinik zu wunderschönen Ausflügen zu den bayerischen und österreichischen Alpen und Seen ein. In der Nähe liegen der Chiemsee und Reit im Winkl. Für einen gemütlichen Städtebummel sind Salzburg und München im Tagesausflug gut zu erreichen.

Behagliche Atmosphäre

Die komfortable Atmosphäre in der Chiemgau-Klinik ist Garant für eine erfolgreiche Rehabilitation.

Die Chiemgau-Klinik verfügt über 179 Einzelzimmer, die mit ihrer Ambiente eine Wohlfühlatmosphäre für einen längeren Aufenthalt aufkommen lassen. Auf Wunsch stehen für Paare auch geeignete Unterbringungsmöglichkeiten zur Verfügung. Sämtliche Zimmer sind mit Dusche/WC, Föhn, Telefon, TV, Radio sowie Safe oder Wertschließfach ausgestattet.



BREITES THERAPIESPEKTRUM

Medizinische Leistungen

Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen Sie als Patient. In der Chiemgau-Klinik erhalten Sie eine moderne und qualitativ hochwertige medizinische Betreuung.

Unser medizinisches Leistungsspektrum im Überblick:

Hauptindikationen:

Orthopädie

- Erkrankungen des Bewegungsapparates

Psychosomatik

- Leichte bis mittelschwere Depressionen
- Angsterkrankungen
- Belastungs- und Anpassungsstörungen, ohne Psychosen
- Psychovegetative Syndrome wie Stress, Erschöpfung, Burn-Out, Schlafstörungen

Nebenindikationen:

- Stoffwechselerkrankungen, z. B. Gicht, Übergewicht bis max. 150kg Körpergewicht, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes
- Funktionelle Herz-Kreislaufkrankungen
- Gastroenterologische Erkrankungen und Zustand nach Operation an den Verdauungsorganen

Anschlussheilbehandlungen

- Direkt nach einem Krankenhausaufenthalt führen wir folgende Anschlussheilbehandlungen durch:
- Bei Verschleißerkrankungen des Bewegungsapparates
 - Bei Operationen an den Gelenken

und der Wirbelsäule (z. B. künstlicher Hüft- und Kniegelenkersatz, Bandscheibenoperationen)

Ganzheitliche Behandlung

Hoher medizinischer Standard ist in der Chiemgau-Klinik selbstverständlich. Zwei unabhängige Zertifikate bürgen für ein höchstes Qualitätsniveau der Klinik. Sie können sich als Patient auf qualifiziertes Personal und moderne Technik verlassen. Im Mittelpunkt steht eine ganzheitliche Behandlungsweise, die medikamentöse, diätetische, sporttherapeutische und krankengymnastische Therapien sowie wasser- und elektrotherapeutische Anwendungen



gen umfasst. In die medikamentöse Therapie werden auch pflanzliche Präparate einbezogen. Bei uns wird Ihre aktive Mitarbeit gefördert, denn nur durch die „Hilfe zur Selbsthilfe“ sind Sie in der Lage auch nach der Reha selbständig und aktiv an Ihrer Gesundheit weiterzuarbeiten.

Gesundheitsbewusste Ernährung ...

Neben einem abwechslungsreichen Speiseplan mit Menüwahl sowie vegetarischer Kost werden viele der üblichen Reduktions- und Diätformen einschließlich Diabeteskost angeboten. Für Sonderkost ist ein medizinischer Nachweis erforderlich. Gruppen- und Einzelberatungen über gesunde Ernährung werden von erfahrenen Diätassistentinnen durchgeführt. In der Lehrküche erwerben Sie praktische Tipps für zu Hause.

Wieder in Schwung kommen ...

Die Physiotherapie erfolgt entsprechend dem Beschwerdebild einzeln oder in der Gruppe. Die Bewegungstherapie ist individuell ausgerichtet und wird vornehmlich in Gruppen durchgeführt. Sie umfasst die Sporttherapie, Nordic Walking, geführte Bergwanderungen, Radtouren, verschiedene Gymnastikformen (z. B. Wasser- oder Wirbelsäulengymnastik) sowie das Ergometertraining.

Zur Entspannungstherapie wird neben Anti-Stress-Vorträgen und Achtsamkeitstraining die progressive Muskelrelaxation nach Jacobson als einfache, leicht zu erlernende Entspannungsmethode angeboten. An Ihrer Indikation

ausgerichtet bieten wir psychotherapeutische Einzel- und Gruppengespräche sowie Gestaltungs- und Musiktherapie an.

Freizeit

Während der Rehabilitation bleibt genügend Zeit für die Muße. Es stehen in der Klinik gemütliche Aufenthaltsräume, wie z. B. unser Turmstüberl zur Verfügung. Auch kann der Wohlfühlbereich mit Bewegungsbad, Saunen, Infrarotkabine und Whirlpool kostenlos in der Freizeit genutzt werden. Mit unseren Kooperationspartnern organisieren wir auch gern Freizeitangebote wie Ausflüge, verschiedene Wanderungen, Bogen- oder Stockschießen für Sie.



Wohlbefinden fördern

Lassen Sie sich im angenehmen Ambiente durch ein Dampfbad, die Infrarotkabine, die finnische oder Bio-Sauna sowie den Whirlpool verwöhnen. Genießen Sie im Ruhebereich den excellenten Blick auf die Chiemgauer Alpen.

Fördern Sie Ihr Wohlbefinden und erfüllen Sie sich Ihren Wunsch nach einer körperlichen und geistigen Entspannung im Wohlfühlbereich. In Verbindung mit den angebotenen Aromaduschen können Sie Ihre körpereigenen Abwehrkräfte reaktivieren. Die Wirkung von Wärme, Wasser und Licht trägt mit zu Ihrer Regeneration bei. Im Außenbereich steht Ihnen ein Kneippbecken zur Anregung des Kreislaufs und Regulierung Ihres Blutdrucks zur Verfügung.

Rund um Ihre Gesundheit

Ihre Gesundheit ist unser wichtigstes Anliegen. Deshalb führen wir regelmäßig Vorträge und Einzelgespräche zu verschiedenen Gesundheitsthemen durch.

Wohlbefinden schenken

Sie wollen sich oder Ihren Lieben etwas Entspannung, Erholung und Gesundheit schenken? Die Chiemgau-Klinik bietet unabhängig von einer Rehabilitationsmaßnahme einen Gesundheitsaufenthalt an.

Lernen Sie die Chiemgau-Klinik in einem Rundgang unter www.chiemgau-klinik.de ganz bequem von zu Hause kennen.

Und zu guter Letzt

Die Kosten für Ihre Reha-Maßnahme werden in der Regel von Ihrem Rentenversicherungsträger oder Ihrer Krankenkasse übernommen, wenn Ihr behandelnder Arzt die Notwendigkeit einer Reha-Maßnahme oder Anschlussheilbehandlung feststellt. Die Chiemgau-Klinik verfügt über die notwendigen Versorgungs-

verträge und ist nach den Beihilfevorschriften anerkannt.

Auch Selbstzahler und Privatpatienten, die etwas Gutes für Ihre Gesundheit tun wollen, sind in der Chiemgau-Klinik herzlich willkommen. Noch Fragen? Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns!

Anfahrt

Sie können hierzu mit der DB bis zum Bahnhof Übersee (Obb.) (Kursbuchstrecke 951 München-Salzburg) fahren. Durch den Fahrdienst unserer Klinik werden Sie am Bahnhof Übersee abgeholt. Ihr Reisegepäck kann direkt an die Chiemgau-Klinik, Geisenhausen 1, 83250 Marquartstein (Obb.) gesendet werden. Bei der Anreise mit dem Auto nehmen Sie bitte von der A8 die Abfahrt „Bernau“ und fahren auf die B 305 Richtung Grassau. Dann fahren Sie durch Grassau hindurch bis zum Kreisverkehr. Im Kreisverkehr nehmen Sie die erste Ausfahrt (Ortenburger Strasse) Richtung Marquartstein. Im Ort Marquartstein folgen Sie der Beschilderung zur Chiemgau-Klinik.



IMPRESSUM

Chiemgau-Klinik
 Geisenhausen 1
 83250 Marquartstein
 Telefon 08641 629-0
 Fax 08641 629-505
 E-Mail: chiemgau-klinik-info@kbs.de

Herausgegeben von:
 Deutsche Rentenversicherung
 Knappschaft-Bahn-See
 Pieperstraße 14 – 18, 44789 Bochum

www.kbs.de

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

Stand: Dezember 2020