



DAS MEER GANZ NAH,
DER STRAND VOR DER TÜR,
DIE STADT UM DIE ECKE,
UND SIE MITTENDRIN!

Gemeinsame Ziele, nachhaltige Erfolge

Herzlich willkommen in der Nordseeklinik Westfalen auf der Insel Föhr



Stellen Sie sich vor: Sie lassen Ihren Blick über das weite Meer schweifen, Sie spüren den Wind, atmen tief durch und schmecken das Salz in der Luft – im Sommer wärmt die Sonne Ihre Haut, im Winter rötet eine frische Brise Ihre Wangen.

Die Nordseeklinik Westfalen im Nordseeheilbad Wyk auf der Insel Föhr liegt direkt am feinsandigen Strand und an der Promenade, nur wenige Meter von der Fußgängerzone und dem Hafen entfernt.

An diesem wunderschönen Ort unterstützen wir, das interdisziplinäre Team der Nordseeklinik Westfalen, Sie als unsere Patienten bei der nachhaltigen Verbesserung Ihrer individuellen Lebensqualität.

Unser Ziel ist am Ende der Reha zusammen mit Ihnen die Verbesserung Ihrer gesundheitsorientierten Lebensführung zu erreichen. Die Basis dafür legen wir gemeinsam mit neu gewonnenem Gesundheitswissen, individuellen Übungsstrategien und optimierten Verhaltensweisen.

Diese Lösungsmodelle ermöglichen im Alltag eine Stabilisierung oder Verbesserung Ihrer persönlichen Teilhabe in allen Bereichen Ihres Alltags zu Hause.

Die erholsame Atmosphäre und die fachlich qualifizierte Behandlung in unserer Klinik tragen in besonderem Maße zur Optimierung Ihrer gesundheitlichen Verfassung bei.

Gerne sind wir Ihr Partner auf Ihrem Weg zur Gewinnung einer neuen Lebensqualität. Wir freuen uns auf Ihren Aufenthalt bei uns auf Föhr.



Martin Leibl
Ärztlicher Leiter
Facharzt für Innere Medizin
und Pneumologie



Dr. Ralf J. Jochheim
Geschäftsführer
Dr. in Public Health
MSc, MBA, MBA

QUALITÄTSMANAGEMENT

Die Nordseeklinik Westfalen nimmt als federgeführte Klinik der DRV Westfalen am **Qualitätssicherungsverfahren der DRV** teil.

Das IQMG - Institut für Qualitätsmanagement im Gesundheitswesen GmbH - hat der Nordseeklinik Westfalen das **IQMP-kompakt-Zertifikat** in Anerkennung des durchgeführten Qualitätsaudits der WIESO CERT GmbH, Köln, verliehen.

IQMP-kompakt ist von der **BAR anerkannt** und erfüllt somit die Anforderungen nach **§ 37 Abs. 3 SGB IX**.

Die Nordseeklinik Westfalen ist ein etabliertes und langjährig familiengeführtes Unternehmen im Nordseeheilbad Wyk auf Föhr.

Unmittelbar vor der Promenade und dem Sandstrand

Durch die einzigartige Lage unserer Klinik im Nordseeheilbad Wyk können Sie die Stadt barrierefrei erkunden, oder am Strand spazieren gehen und so am Inselleben intensiv teilhaben.

Die flache und zentrale Lage ermöglicht kurze Wege, vor allem für gehbehinderte und geringer belastbare Patienten ein Plus.

Die positiven Wirkfaktoren des Meeres mit dem milden Reizklima und der aerosolhaltigen, sauberen Meeresluft nutzen wir konsequent für Therapien auf dem Sandstrand und am Meeressaum.

Wie im Hotel

Unsere Klinik und ihre zwei Dependancen verfügen über Einzel- und Doppel-/Zweibettzimmer (für die Unterbringung von Begleitpersonen) mit einem vergleichbaren 4-Sterne-Hotelstandard, von denen einige allergikergerecht und rollstuhlfahrerfreundlich ausgestattet sind.

Alle Zimmer sind modern eingerichtet mit Dusche und WC, Haarfön, SAT-TV, LAN, WLAN, Direktwahltelefon, Tresor, Kühlunterstützungssystem, Tresor und Schwesternrufanlage.

Die Zimmer sind wohnlich und gemütlich. Wir legen Wert auf ein gastliches Ambiente.



Unser Restaurant mit herrlichem Meerblick: „Seelenmassage gratis. Dabei vergisst man doch fast zu Essen.“



Abwechslungsreiche Ernährung – Regionales bevorzugt

Besonderen Wert legen wir auf eine schmackhafte, täglich von unserem Küchenteam frisch zubereitete, gesunde und abwechslungsreiche Ernährung. Dabei können Sie zwischen Vollwertkost, Reduktionskost & vegetarischer Kost wählen.

Ein besonderes Anliegen im Sinne der Nachhaltigkeit ist es uns, soweit wie möglich Produkte von den Inseln und ergänzend dazu frische Nahrungsmittel aus der Region in unsere Speisepläne aufzunehmen.

Bei der schmackhaften Zusammenstellung von Sonderkostformen beraten und betreuen Sie unsere Ernährungstherapeutinnen.

Wertvolle Anregungen in Verbindung mit leicht umsetzbaren Strategien für eine gesunde Ernährung daheim, vermitteln wir Ihnen außerdem im Rahmen unserer Vorträge, und im Rahmen der Trainings zu kompetenten „Ernährungsexperten“.



Lebensqualität und Lebensfreude zurückgewinnen



Akute oder chronische Erkrankungen und damit einhergehende körperliche Beschwerden haben für viele Menschen umfassende Folgen auf die gesamte Lebensgestaltung und -qualität.

Der Weg zurück in den Alltag, beruflich wie privat, ist schwer – das Gefühl von Lebensfreude will sich einfach nicht mehr einstellen.

Mit unserem ganzheitlichen Behandlungsansatz wollen wir Ihnen in der Nordseeklinik Westfalen helfen, Lebensqualität und Lebensfreude zurück zu gewinnen. Als Fachklinik für Lungenheilkunde steht

die Nordseeklinik Westfalen für eine professionelle Nachsorge in den Schwerpunkten Asthma, COPD, Lungenemphysem und Pneumo-LONG-COVID.

Unser interdisziplinäres Team ist unsere Stärke

Diese umfassende und ganzheitliche Betreuung von Patienten mit unterschiedlichen Erkrankungen und multiplen Begleiterkrankungen mit somatischen und psychosomatischen Diagnosen wird vor allem durch eins ermöglicht:

Das Engagement, die interdisziplinäre Zusammenarbeit, den Erfahrungsaustausch und die Innovationsfähigkeit unseres hervorragenden Mitarbeiterteams. Diese Menschen sind unsere wichtigste Ressource und unser sicherstes Kapital.

Wir arbeiten Hand in Hand

In der Nordseeklinik Westfalen sichern Ärzte für Innere Medizin, Lungenheilkunde und Allgemeinmedizin sowie Psychologen, Pflegekräfte, medizinische Fachangestellte, pneumologische Assistenten, Physio-, Bewegungs- und Sporttherapeuten, balneophysikalische Therapeuten, Sozialberater, Ernährungstherapeuten und viele weitere Teammitglieder unsere gleichbleibende Qualität.



Indikationen

1. Erkrankungen der Atemwege und Lunge zum Beispiel

- Chronisch obstruktive Lungenerkrankung ("COPD")
- Asthma bronchiale (alle Formen)
- Pneumo-LONG-COVID
- Interstitielle Lungenerkrankungen (z.B. Sarkoidose, Lungenfibrose)
- Lungenemphysem
- Chronische Rhinokonjunktivitis
- Zustand nach Pneumonie



2. Spezialangebote für Einsatzkräfte von Polizei, Feuerwehr & Bundeswehr

Präventionsmaßnahmen

- Arbeitsmedizinische Vorsorgekuren für Polizisten und Feuerwehrangehörige zur Stabilisierung und Erhaltung der Dienstfähigkeit
- Bundeswehr-Präventivkur nach Auslandseinsatz

Stationäre Heilverfahren und Präventionsmaßnahmen

für Einsatzkräfte von Polizei, Feuerwehr und Bundeswehr



Als „Nebenindikation“ gehört die psychopneumologische Versorgung zum Standard sowie die Stärkung der persönlichen Resilienz nach Konzepten der Gesellschaft für Resilienz:

7 Schlüsselfaktoren der Resilienz

- Selbstwirksamkeit
- Akzeptanz
- Verantwortungsbewusstsein
- Sinn & Optimismus
- Lösungskompetenz
- Soziale Kompetenz & Netzwerkpflege
- Zielgerichtete Zukunftsplanung



Eine wertschätzende und unterstützende Kommunikation ist für uns wesentlich im Umgang miteinander.



7



8

- 1 Team Medizin und Pflege
- 2 Team Küche und Service
- 3 Team Patientenbetreuung und Verwaltung
- 4 Team Housekeeping und Haustechnik
- 5 Team Bewegung und Physiotherapie
- 6 Team Klinikleitung und Geschäftsführung
- 7 Team Ernährungstherapie
- 8 Team Sozialberatung

Teilhabe an der Gesellschaft – zurück in den Beruf



Untersuchungen werden Lösungsmodelle zusammen mit dem Patienten erarbeitet. Die gefundenen Strategien fließen in den individuellen Behandlungsplan ein.

Das MBOR-Konzept in Verbindung mit den klinikeigenen Konzepten **PRÄGRESS®** und **CORONACH®**, richtet unseren gesamten Reha-Prozess darauf aus, einerseits die Teilhabe unserer Patienten am gesellschaftlichen Leben zu sichern und andererseits durch das in der Reha erworbene Wissen eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität im alltäglichen Leben zu erreichen.

Für die meisten Menschen gehört zu einem selbstbestimmten, erfüllten Leben der Beruf.

So spielt auch in der Rehabilitation der Erhalt oder die Wiederherstellung der Erwerbstätigkeit eine wichtige Rolle.

In der Nordseeklinik Westfalen arbeiten wir dafür mit einem MBOR-Konzept (medizinisch beruflich orientierte Rehabilitation).

Dieses Angebot kann von allen berufstätigen Patienten genutzt werden. Im Rahmen der Betreuung durch unsere Reha-Assistenz, der ärztlichen Begleitung, unterstützt von bedarfsweise durchgeführten diagnostischen

Unsere im Zentrum unserer Bemühungen stehenden Patienten und ihre Bereitschaft für ihre Gesundheit selbstverantwortlich Sorge zu tragen, sichern so langfristig den Erfolg der eingeleiteten Maßnahmen.

Der komplette Reha-Prozess ist darauf ausgerichtet, unseren Patienten die Teilhabe an der Gesellschaft zu sichern oder wieder zu erlangen.

Insbesondere für chronisch erkrankte Menschen ist Rehabilitation ein lebenslanger Prozess, der sich im Alltag nach der Reha fortsetzt.

Es gehört daher mit zu unseren wichtigsten Aufgaben, unsere Patienten zu motivieren und zu befähigen, sich aktiv am Gesundheitsprozess zu beteiligen. Wir zeigen Ihnen Wege, um auch im heimischen Umfeld

- körperliche Einschränkungen zu kompensieren,
- präventive Maßnahmen zu ergreifen

und so weitere Beeinträchtigungen möglichst zu vermeiden oder ein Fortschreiten der Krankheit zu verlangsamen.



Diagnostik

Pneumologische Untersuchungsverfahren zum Beispiel

- Ganzkörperbodyplethysmographie
- Bronchospasmolyse mit verschiedenen Medikamenten
- Diffusionskapazitätsmessung für CO
- Messung des Atemtriebs und der inspiratorischen Muskelkraft
- Spiroergometrie mit Blutgasanalyse
- Blutgasanalyse in Ruhe und unter Belastung
- Diagnostik der Schlafapnoe
- Thoraxsonographie
- CO-Messung
- Allergietestung
- Schulung Inhalativa

Kardiologische Untersuchungsverfahren zum Beispiel

- 2D Echokardiographie
- Duplexsonographie der Gefäße
- Ruhe-EKG und Belastungs-EKG / Langzeit-EKG
- Ergospirometrie
- Langzeit-Blutdruckmessung

Ernährungstherapeutische Diagnostik zum Beispiel

- Bio-Impedanzanalyse (BIA)
- Ernährungstherapeutisches Screening

Psychosoziale / Psychopneumologische Diagnostik im Bedarfsfall

Klinisches Labor und ergänzend Kooperation mit externem Labor/Schnelltest

Ultraschalluntersuchung aller inneren Organe

Psychopneumologische Screeningverfahren

6-Minuten-Gehtests

Überwachungszimmer für Notfälle

Kooperation mit der Inselklinik Föhr-Amrum



Unsere Spezialisten aus den Bereichen Medizin, Pflege, Therapie und Public Health entwickeln gemeinsam unsere Gesundheitskonzepte mit Begeisterung weiter – immer im Abgleich mit aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und eigener wissenschaftlicher Expertise in Kooperation mit der Forschungsgesellschaft Atemwegkrankung.

Das Vorhandensein moderner diagnostischer und therapeutischer Geräte sichert begleitend den bestmöglichen Behandlungserfolg.

Was wir unter Rehabilitation verstehen und welche Ziele wir haben



Führen körperliche und/oder psychische Folgen einer Krankheit zu dauerhaften Einschränkungen in wichtigen Lebensbereichen – hierzu gehören sowohl persönliches Wohlbefinden und private Lebensumstände als auch die Erwerbs-

fähigkeit – ist die medizinische Rehabilitation ein wichtiger Schritt zurück ins Leben. In der Nordseeklinik Westfalen unterstützen wir Sie bei diesem Schritt und stärken Sie in allen Lebensbereichen.

Wir entwickeln daher für jeden Patienten individuell abgestimmte Maßnahmen auf

- körperlicher Ebene, um physische Beschwerden bestmöglich zu reduzieren und die persönliche Beweglichkeit und Selbstständigkeit spürbar zu verbessern,
- mentaler Ebene, um auch mit einer Erkrankung neue Lebensfreude zu gewinnen,
- sozialer Ebene, um gestärkt und selbstbewusst so gut wie möglich am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben – privat wie auch beruflich.

Therapieformen

Aktivierende Bewegungstherapie

- Krankengymnastik
- Atemphysiotherapie
- Thoraxmobilisation
- Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis
- Rückenfit-Schulung
- Spezialisiertes Vibrationsplattentraining
- Medizinische Trainingstherapie MTT
- Muskelaufbautraining MAT
- PRÄGRESS® Yoga

Gruppentherapien teilweise am Strand

- Strandgymnastik
- Atemtherapie vorzugsweise am Strand
- Atem- und Hustentechniken
- Therapeutisches Qi Gong
- Body- & Mindtraining

Stärkung des Herz-/Kreislaufsystems

- Fahrradergometrie
- Nordic Walking/Walking
- Ausdauertraining

Therapieformen, Fortsetzung

Physikalisch-balneologische Therapie

- Hydrojet Medical
- Indikationsspezifische Mobilisation
- Pneumologische Einzelintervention

Spezielle Gesundheitsbildung

- COPD- und Asthma-Schulungen
- **CORONACH**® Vortrag / Alltagsstrukturtraining
- **PRÄGRESS**® Rauchfrei!
- Anerkannte Entspannungsverfahren

Psychosoziale / Psychotherapeutische Stabilisierung

- Maßnahmen zur Förderung der persönlichen Resilienz
- Lösungsorientiertes **PRÄGRESS**® Coaching
- Psychologische Einzelgespräche
- Indikative Gruppentherapien (Stress, Krankheit, Krisenbewältigung ...)
- Vorträge / Schulungen / Kognitives Training

Sozialberatung, Einzelberatung und Gruppenschulungen

- zu allgemeinen sozialrechtlichen Fragestellungen

Ernährungstherapie

- Einzelberatung durch qualifizierte Ernährungstherapeuten
- Therapie bei Stoffwechselstörungen
- Spezielle Kostformen
- Ernährungsexpertenschulungen zur Gewichtsreduktion
- **PRÄGRESS**® Geruchs- und Geschmackstraining

Allgemeine Gesundheitsbildung

- Vortragsprogramm Schutzfaktoren, medizinisch-therapeutischer Klinikkanal, **PRÄGRESS**® Ernährung und Gesundheit, Bewegung, Achtsamkeitstraining, Stressbewältigung



Wir verstehen Rehabilitation als ganzheitliche Betreuung der Patienten auf körperlicher, mentaler und sozialer Ebene.



Insel mit Flair



Gerade im Frühjahr, Herbst und Winter ist die Insel Föhr besonders heilsam und entspannend.

Neben unseren eigenen Veranstaltungsangeboten im Haus bietet Föhr selbst auch viel Kultur, Unterhaltung und Informatives. Die Angebote wechseln täglich. Oder bummeln Sie einfach durch die idyllische Stadt Wyk. Dort finden Sie viele interessante Geschäfte, gemütliche Restaurants und Cafés. Langeweile wird es nicht geben!

Draußen, vor unserer Tür, finden Sie eine einmalige Naturlandschaft.

Nutzen Sie den 15 km langen Strand für ausgiebige Spaziergänge. Unternehmen Sie Fahrradtouren auf der ideal flachen Insel.

Erkunden Sie die bezaubernden Friesendörfer. Erleben Sie das Weltkulturerbe Nationalpark Wattenmeer mit Ebbe und Flut.

Genießen Sie das Schauspiel der Sonnenauf- und -untergänge, den Himmel, der ständig neue Bilder malt. Und nicht zuletzt: „Inhalieren“ Sie die gesunde Luft.

Positive Wirkfaktoren des Meeres auf die menschliche Gesundheit

Dass am Meer ein spezielles Klima herrscht, wissen die meisten Menschen, Gesundheitsexperten nennen es „Reizklima“.

Die größtenteils positiven Reize werden dabei durch das Zusammenspiel der Faktoren Wind, Salz, Temperatur, Luftfeuchtigkeit und UV-Strahlung gesetzt. Die einzelnen Faktoren wirken komplex zusammen und reizen den Körper auf der einen Seite, während sie ihn andererseits gleichzeitig schonen.



*Die grüne Insel
im Norden*



Sie haben Anspruch auf Rehabilitation

Alle sozialversicherten Bundesbürger haben Anspruch auf eine Rehabilitationsmaßnahme. Dabei ist unerheblich, ob sie im Erwerbsleben stehen, oder schon berentet sind.

Eine medizinische Rehabilitation ist notwendig und sinnvoll, wenn Sie gesundheitlich eingeschränkt sind, oder an einer chronischen Erkrankung leiden, die Ihre Erwerbsfähigkeit negativ beeinflusst oder ihr soziales Leben beeinträchtigt.

Bei der Beantragung Ihrer medizinischen Rehabilitation gibt es einiges zu beachten.

Dabei möchten wir Sie unterstützen und stehen Ihnen selbstverständlich gerne beratend telefonisch oder per E-Mail zur Verfügung.



Ihre Ansprechpartner - Beratung, Anmeldung und Aufnahme

- **Telefon** +49 (0) 46 81 599-0
- **Telefax** +49 (0) 46 81 599-499
- **E-Mail:** verwaltung@Nordseeklinik.online

*Wir freuen uns,
Sie kennenzulernen!*

Die Anreise

Die Insel Föhr erreichen Sie mit der Autofähre zwischen Dagebüll und Wyk (www.faehre.de).

Ab Hamburg fahren Sie **mit dem Auto** auf der A 7 bis zur Ausfahrt Flensburg-Harrislee weiter in Richtung Niebüll oder über die A 23 nach Heide und Husum weiter nach Dagebüll. **Mit der Bahn** fahren Sie bis auf die Mole in Dagebüll (www.bahn.de). **Ihr Gepäck** können Sie unserer Klinik vorab mit dem Hermes Versand oder der Post zusenden.



NORDSEEKLINIK WESTFALEN

PNEUMOREHA AM MEER

Klinik Westfalen BetriebsGmbH
Sandwall 25-27
25938 Wyk auf Föhr

Telefon 0 46 81 / 599-0
Telefax 0 46 81 / 599-499
E-Mail info@Nordseeklinik.online

www.Nordseeklinik.online



In der Nordseeklinik Westfalen sichern Ärzte für Innere Medizin, Lungenheilkunde und Allgemeinmedizin sowie Psychologen, Pflegekräfte, medizinische Fachangestellte, pneumologische Assistenten, Physio-, Bewegungs- und Sporttherapeuten, balneophysikalische Therapeuten, Sozialberater, Ernährungstherapeuten und viele weitere Teammitglieder unsere gleichbleibende Qualität.

