

Kliniken Valens: Onkologische Rehabilitation im Rehaszentrum Walenstadtberg

Neue Kraft bei einer zunehmend chronischen Krankheit gewinnen

Das Rehaszentrum Walenstadtberg hat seit Frühjahr 2015 einen Leistungsauftrag für onkologische Rehabilitation. Seit August letzten Jahres leitet Dr. med. Stephan Eberhard als Chefarzt die Klinik. Früherkennung und effiziente Therapien haben die Lebenserwartung vieler Krebspatienten wesentlich verbessert. Weil der Körper trotzdem stark angegriffen ist, gewinnt eine zielgerichtete Rehabilitation enorm an Bedeutung. Wir wollten erfahren, welche Elemente dabei entscheidend sind.

In der Schweiz erhalten jährlich rund 39 500 Menschen die Diagnose Krebs, ca. 15 000 davon stehen im erwerbsfähigen Alter. Sie alle profitieren heute von vermehrter Früherkennung und effizienten Therapien. Beides erhöht die Lebenserwartung signifikant. So können Krebspatienten entweder geheilt werden oder über viele Jahre mit der Erkrankung leben. Krankheit wie Behandlungen greifen jedoch den Körper stark an und beeinträchtigen die Lebensqualität immens.

Daher können Organe wie z.B. Herz und Niere, aber auch Nerven, Muskeln, Knochen, Gelenke und Haut teils erheblich geschädigt werden. Viele Patienten fühlen sich körperlich schwach, verspüren Schmerzen, Depressionen und vor allem Ängste – auch vor der Rückkehr in den Alltag. Und genau hier setzt die onkologische Rehabilitation an: «Wir begleiten die Betroffenen, damit sie wieder autonom am Leben teilnehmen können», fasst es Dr. Stephan Eberhard zusam-

men. «Wir sind gewissermassen Brückenbauer und fördern die Integration der Erkrankten in einen möglichst wieder normalen und selbstständig zu meisternden Alltag.»

Ein starkes Zentrum

«Wer Selbstständigkeit zurückgewinnt, fühlt sich im eigenen Körper wieder wohl. Das ist das entscheidende Ziel unserer Therapie», erläutert





nahm und in New York in den Siebzigerjahren des letzten Jahrhunderts schon fest etabliert war. In Europa gingen die Anstösse unter anderem von Deutschland aus. In der Schweiz haben in jüngerer Zeit Fachärzte angeregt, diesen speziellen Rehabereich aus den bekannten traditionellen Gebieten herauszulösen. 2010 erfolgte die Gründung der multiprofessionellen Vereinigung oncoreha.ch mit Dr. Stephan Eberhard als Gründungspräsidenten. Zusammen mit Swiss Reha wurden schliesslich 2015 spezifische Leistungs- und Qualitätskriterien für die internistisch-onkologische Rehabilitation formuliert. Zusammen mit der Schweizerischen Gesellschaft der Vertrauens- und Versicherungsärzte sind Indikationskriterien zur onkologischen Rehabilitation in Erarbeitung. Damit soll den behandelnden Onkologen und Hausärzten die Indikation für eine onkologische Rehabilitation aufgezeigt und die Zuweisung vereinfacht werden.»

Bedeutend ist jedoch der 2015 erteilte Leistungsauftrag der St. Galler Regierung für das Rehazentrum Walenstadtberg. «Auf dieser Basis arbeiten wir», betont Dr. Eberhard, «abgestützt auf der vorhandenen Evidenz. Darauf bauen wir weiter auf und möchten raschmöglichst auch eine eigene Studie durchführen, um neue wissenschaftliche Erkenntnisse zu gewinnen. Wir wollen ausserdem über unsere Arbeit regelmässig informieren, denn im Gegensatz zu anderen Reha-Disziplinen, etwa der rheumatologischen Reha, besteht bei der onkologischen Rehabilitation noch ein Informationsdefizit. Die Therapie eines am Knie operierten Patienten ist eben (noch) greifbarer und Fälle von Querschnittgelähmten sind mehr in den Medien präsent als die vielfältigen und komplexen Anforderungen,

Dr. med. Stephan Eberhard, Chefarzt, Rehazentrum Walenstadtberg



unser Interviewpartner. Dr. Stephan Eberhard ist einer der Schweizer Pioniere der onkologischen Rehabilitation. Er hat sich während der letzten Jahre intensiv mit dem Aufbau der onkologischen Rehabilitation in der Schweiz befasst und an der Erarbeitung und Umsetzung der nationalen Strategie gegen Krebs mitgewirkt.

Im Rehazentrum Walenstadtberg baut er das seit rund einem Jahr bestehende Reha-Konzept weiter aus – es ist bereits auch eine ambulante onkologische Rehabilitation in Ambulatorium der Kliniken Valens in St. Gallen in Planung. «Wir bilden unsere Mitarbeitenden gezielt in onkologischer Reha aus, haben eigene Fortbildungsangebote geschaffen und fördern die Zusammenarbeit mit regionalen und nationalen Onkologiezentren und deren Fachärzten. Wir streben in Walenstadtberg eine ganzheitliche Rehabilitation an, was eine Behandlung des ganzen Menschen, eingebettet in seiner Lebensgeschichte und zugeschnitten auf die aktuellen individuellen Bedürfnisse bedeutet».

Individuell und persönlich

Ob nach einer operativen Tumorentfernung, einer Bestrahlung oder Chemotherapie, das

Rehazentrum Walenstadtberg bietet ein vollständiges Rehabilitationsprogramm an. Die Basis der Rehabilitation beruht auf der umfassenden Behandlung der Krankheit und der Symptome. Das Therapieprogramm ist vielfältig und orientiert sich individuell an den Bedürfnissen des Patienten. Speziell ausgebildetes Personal behandelt und betreut die Patienten optimal, beispielsweise im Wundmanagement, Stoma-Management und der Schmerzbehandlung. Im Rehazentrum Walenstadtberg werden Patienten ganzheitlich betrachtet und in ihrer Individualität wahrgenommen. Ein realistisches und den Bedürfnissen des Patienten angepasstes Ziel wird zu Beginn der Rehabilitation gemeinsam erarbeitet. Die Patienten werden während ihres Aufenthaltes von einem erfahrenen und interdisziplinären Team aus Medizinern, Pflegefachkräften, Therapeuten verschiedener Fachrichtungen wie Physio-, Sport- und Ergotherapeuten, Ernährungsberatern, aber auch Psycho-Onkologen und Seelsorgern betreut.

Junge Fachdisziplin

Onkologische Rehabilitation ist in der Schweiz noch eine relativ junge Disziplin, während sie in den USA bereits 1949 erste Gehversuche unter-

die es bei Krebskranken zu erfüllen gilt. Dabei stehen ca. 140 neuen Querschnittgelähmten pro Jahr in der Schweiz 39 500 neue Krebsdiagnosen gegenüber.»

Vielfältigkeit kompetent meistern

Die Vielfalt der Ansprüche ist ein grosses Thema. Das zeigen bereits die Indikationen für eine Behandlung in Walenstadtberg. Eine onkologische Rehabilitation ist sinnvoll nach einer operativen Tumorentfernung oder nach Abschluss von Chemo-, Strahlen- oder Immuntherapien, ebenso zur Vorbereitung auf eine Tumorbehandlung, zur Behandlung von Komplikationen, wenn beispielsweise Metastasen auftreten, oder auch zur Behandlung komplexer Folgen nach einer onkologischen Operation. Dazu gehören Stomata (künstlicher Ausgang für Darm und Niere), Inkontinenz, Wund- und Narbenprobleme, enterale Ernährung via Sonde/PEG oder vorübergehende parenterale Ernährung.

Angezeigt ist ein stationärer Aufenthalt im Rehaszentrum auch zur Rehabilitation bei physischer und psychischer Dekonditionierung nach Tumor-

behandlungen, bei einem destabilisierten Zustand nach Erstbehandlung einer neu entdeckten onkologischen Erkrankung, bei bekannter Krebserkrankung mit neu auftretenden, durch die Grundkrankheit oder deren Behandlung verursachten Komplikationen oder funktionellen Einbussen, bei ungenügender Selbstständigkeit im Alltag bei Vorliegen einer Krebserkrankung, zur Therapie von Lymphödem, Erschöpfungszuständen (Fatigue) oder generell bei ungenügender Autonomie im Alltag.

Zu beachten ist jeweils auch, dass häufig multifunktionelle Beeinträchtigungen vorliegen können, ebenso intensive Schmerzen.

Schritt für Schritt zu mehr Autonomie im Alltag

Die onkologische Rehabilitation beginnt bei der Krankheits- und Symptom-Behandlung. Daran schliesst sich die Individualtherapie (insbesondere Physio- und Ergotherapie) an. Weitere wichtige und auf die persönlichen Bedürfnisse der Patienten zugeschnittene Elemente sind Bewegungs- und Sporttherapie, Ernährungstherapie,

Massage, Entspannung, Psychoonkologie, sozialer Support, Spiritual Care, Komplementärmedizin und Arbeitsintegration. «Hier kommt der Koordination der einzelnen Elemente grösste Bedeutung zu», erläutert Dr. Stephan Eberhard: «die ideale Aufenthaltsdauer sind dabei mindestens vier Wochen, damit wir die gewünschten Erfolge erzielen können. Sinnvoll können auch längere Aufenthalte bis sechs Wochen sein. Die erzielten Fortschritte müssen ausreichend sein, damit eine grösstmögliche Selbstständigkeit bei der Rückkehr nach Hause gegeben ist. Wir dürfen nicht vergessen, dass die Diagnose Krebs eine grosse Destabilisierung auslöst, die Endlichkeit wird sehr direkt bewusst – das trifft übrigens auch auf unser interdisziplinäres Behandlungsteam zu – und es gilt für unsere Patienten, sich wieder selber zu begegnen und neue Kraft, neuen Mut zu fassen.»

Koordination auch auf nationaler Ebene

Jeder Krebspatient sollte regelmässig auf Einschränkungen und Behinderungen untersucht werden. In der Schweiz rechnen Experten mit einem stationären Rehabilitationsbedarf von

Das Rehaszentrum Walenstadtberg hat seit Frühjahr 2015 einen Leistungsauftrag für onkologische Rehabilitation. Früherkennung und effiziente Therapien haben die Lebenserwartung der Patienten wesentlich verbessert. Weil der Körper trotzdem stark angegriffen ist, ist eine zielgerichtete Rehabilitation besonders wichtig.





10% bis 20% der Patienten. Bei dem anderen Teil der Patienten ist ambulante onkologische Rehabilitation angezeigt. Da bestehen zur Zeit noch wenig Angebote. Diese sind meist als Netzwerke angelegt und wenig strukturiert und standardisiert. Es besteht also die Gefahr, dass sich die Patienten in diesen Netzen von gutgemeinten Angeboten verlieren können. Man könnte sagen: Mit Netzen fängt man Fische, aber behandelt keine Menschen mit komplexen Krankheiten.

Aktuell erteilen die Kantone unterschiedliche Leistungsaufträge für die onkologische Rehabilitation. Hier sieht unser Gesprächspartner Handlungsbedarf, damit auf nationaler Ebene mehr koordiniert und dieses wichtige Fachgebiet

innerhalb der Erarbeitung des neuen Reha-Tarifs ST Reha einen festen Platz erhält, dies namentlich im Interesse der rund 320000 chronisch kranken Krebspatienten. Dafür setzt er sich ein. Die Fachärzte des Reha-Zentrums Walenstadtberg beraten auch zuweisende freipraktizierende Ärzte und Ärzte in Akutkliniken bei Kostengutsprachen durch die Krankenkassenversicherer. «Dabei geht es darum, nachvollziehbar darzulegen, welche Ziele mit dem stationären Reha-Aufenthalt erreicht werden können. Vorgängig wird dargelegt, aufgrund welcher Funktionseinschränkungen die Autonomie des Patienten nicht mehr gegeben ist.»

Das Angebot des Reha-Zentrums Walenstadtberg entspricht einem starken Bedürfnis. Alleine in

Kliniken Valens – auf einen Blick

Zur Unternehmensgruppe Kliniken Valens gehören das Rehabilitationszentrum Valens, das Rehabilitationszentrum Walenstadtberg und die Rheinburg-Klinik Walzenhausen. In allen drei Zentren bieten die Kliniken Valens umfassende und hochstehende Rehabilitationsleistungen an. Sie sind spezialisiert auf die Behandlung von Patienten mit Funktionsbeeinträchtigungen am Bewegungsapparat und Nervensystem und bieten neurologische, rheumatologische, internistische, orthopädische, pneumologische, onkologische und geriatrische Rehabilitation.

Mit medizinischer, therapeutischer, pflegerischer und vor allem menschlicher Kompetenz unterstützen die Mitarbeitenden die Patienten auf dem teilweise beschwerlichen Weg zurück in das gewohnte Lebensumfeld. Das Wiedererlangen der Selbstständigkeit steht dabei an oberster Stelle.

Ganzheitliche Rehabilitation

Viele Patienten haben heute mehrfache Diagnosestellungen. Daher ist es wichtig, den Menschen und Patienten ganzheitlich zu rehabilitieren und auch die Behandlung der Begleitdiagnosen miteinzubeziehen. Ein interdisziplinäres Team aus Fachärzten, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Sozialberatern, Psychologen und speziell ausgebildeten Pflegenden entwickelt für jeden Patienten ein individuelles Programm und begleitet ihn durch den gesamten Genesungsprozess bis zur Wiedereingliederung in Familie, Gesellschaft und Beruf.

Mit der Fachkompetenz der rund 800 Mitarbeitenden, den innovativen Angeboten und der Wettbewerbsfähigkeit wollen die Kliniken Valens eine der führenden Rehabilitationskliniken in der Schweiz mit internationaler Ausstrahlung sein.

der Ostschweiz wohnen rund 5000 chronisch-kranke Onkologie-Patienten. «Die Nachfrage nach Rehaplätzen in der onkologischen Rehabilitation zeigt den grossen Bedarf in der Region», ist Dr. Till Hornung, CEO der Kliniken Valens, überzeugt. «Die Zufriedenheit der Patienten bestätigt, dass das erarbeitete Konzept für diese Zielgruppe richtig ist», so Hornung weiter.

Text: Dr. Hans Balmer