



## **Endometriosezentrum – Rehabilitation in Vertrauen und Geborgenheit**

**AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg**

---



## Liebe Patientinnen,

„Endlich werde ich ernst genommen!“ – auch nach vielen Jahren Erfahrung als Gynäkologin berührt es mich, diesen Satz von einer Rehabilitandin zu hören. Die Diagnose „Endometriose“ ist für viele Frauen eine kleine Erlösung auf ihrem größtenteils langjährigen Leidensweg. Endlich Gewissheit und Anerkennung. Denn obwohl Endometriose die zweithäufigste gutartige gynäkologische Erkrankung bei Frauen im geschlechtsreifen Alter ist, gestaltet sich der Weg bis dahin zumeist als Hürdenlauf.

### Wie kann es weitergehen?

Auf die Diagnose folgen häufig unzählige Untersuchungen und größere medizinische Eingriffe. Diese Situation anzunehmen und mit der chronischen Krankheit leben zu können, stellt Betroffene häufig vor neue Herausforderungen. Jahrelanges Ertragen von Schmerzen belastet nicht nur den Körper, sondern auch die Seele. Wie kann es weitergehen? Wo finde ich Hilfe? Was tut mir eigentlich gut? Wie kann ich lernen, mit meiner Erkrankung zu leben?

### Hier finden Sie Ruhe, Kraft und Unterstützung

In zertifizierten Endometriosezentren für Rehabilitation, wie dem AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg, können betroffene Frauen neue Kraft schöpfen, durch Therapiekonzepte Linderung für ihre Schmerzen finden und in einen Austausch mit Fachärzten sowie anderen betroffenen Frauen treten. Da Endometriose eine komplexe Erkrankung ist, wird sie im AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg auch vielschichtig behandelt. Auf diesem Weg unterstützen Sie Physiotherapeuten, Psychologen, Ergotherapeuten, Klangschalentherapeuten, Diätassistenten, Sozialarbeiter und Pflegekräfte. Dabei ist es egal, ob Sie direkt nach Ihrer ersten Bauchspiegelung und der Diagnose kommen, oder nach einem jahrelangen Leidensweg.

Wichtig ist, dass Sie den Weg in die Reha gefunden haben und damit einen weiteren wichtigen Schritt zur Verbesserung Ihres körperlichen und seelischen Wohlbefindens gegangen sind. Lassen Sie uns gemeinsam an Ihrer Gesundheit arbeiten.

Im Namen unseres Teams  
heiße ich Sie herzlich willkommen.

### Dr. Kerstin Knauth

Chefärztin der Gynäkologie, Leiterin des Endometriosezentrums  
AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg





## Unser interdisziplinäres Team

Sie und Ihre Genesung stehen bei uns im Fokus. Wobei brauchen Sie Hilfe im Umgang mit der Endometriose? Wo liegen Ihre Stärken? Was belastet und fordert Sie immer noch heraus? Zusammen mit unserem interdisziplinären Team stellen wir Ihnen einen individuellen Behandlungsplan zusammen, der auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Zu unserem ärztlichen Team gehören neben Gynäkologen auch Urologen und Chirurgen. Damit gewährleisten wir die Behandlung von Endometriose-Erkrankungen im Bereich des Harntraktes und des Darms.

Neben der medizinischen Betreuung werden Sie in unserem Endometriosezentrum intensiv von unserem physiotherapeutischem Team begleitet und behandelt. Sie widmen sich in speziellen Behandlungsprogrammen Ihren individuellen körperlichen Problemstellungen.

Psychologen, Ergotherapeuten, Klangschalentherapeuten, Sozialarbeiter sowie Pflegekräfte stehen Ihnen beratend zur Seite und geben Ihnen wichtige Hinweise.

## Spezielle gynäkologische ärztliche Betreuung

- Ausführliche gynäkologische Krankengeschichte und Untersuchung, einschließlich Ultraschall
- Fachärztliche Vorträge zu sämtlichen Endometriosethemen
- Umfangreiche individuelle Beratung, zusätzlich fachärztliche Vorträge
- Fortsetzung der medikamentösen Therapie (Hormon- und Schmerztherapie)
- Aufklärung über komplementäre und alternative Medizin

## Physiotherapie

- Spezielle Gymnastik für Endometriose
- Gymnastik im Bewegungsbad in Kleingruppen (wenn möglich)
- Einzelgymnastik für Endometriose
- Medizinische Trainingstherapie
- Bindegewebs- und Fußreflexzonenbehandlung
- Manuelle Narbenbehandlung / Ultraschall
- Teilkörperpackungen
- Hydrojet
- Taped
- Yoga





## Spezielle Therapieangebote

Endometriose belastet nicht nur den Körper, sondern auch die Seele. Viele betroffene Frauen berichten von Sorgen und Fragen rund um die Themen Kinderwunsch, Partnerschaft und berufliche Selbstverwirklichung. Unsere psychologischen und ergotherapeutischen Angebote nehmen Ihr seelisches Gleichgewicht in den Fokus. Gemeinsam setzen wir neue Impulse für Ihre Zukunft.

### Psychologische Betreuung

- Einzel- oder Paargespräche
- Endometriosegesprächsgruppen mit den Themenschwerpunkten:  
Meine Ressourcen – meine Grenzen, unerfüllter Kinderwunsch, Umgang mit Schmerzen / Beschwerden, eigene Bedürfnisse und soziales Umfeld, Partnerschaft und Sexualität, Selbstfürsorge im Alltag
- Achtsamkeitsseminar
- Entspannungsübungen, z.B. Autogenes Training, Muskelentspannung nach Jacobson, Tai Chi, Qigong, Meditation
- Stressbewältigung
- Resilienz
- Nichtraucherseminar

### Ergotherapie

#### Arbeitsplatzberatung

- Erfolgt im Vortrag und bei Bedarf
- Abbau von Barrieren und Ängsten
- Erlernen von beschwerdearmen Arbeitshaltungen (inklusive Hilfsmittelberatung)

#### Kunsttherapie

- Ausdrucksmalen

#### Tanztherapie

#### Kreatives Gestalten

- Acryl- und Seidenmalerei
- Korbflechten
- Mosaik

#### Klangschalenmassage (Peter-Hess-Klangmassage)

- Schmerzlinderung im Unterbauch
- Förderung der körperlichen und seelischen Entspannungsfähigkeit
- Tonusregulation
- Verbesserung der Schlafqualität

#### Klangreise

- Förderung der Entspannungsfähigkeit
- Verbesserung der Schlafqualität



## Weitere Angebote

Die Ernährung kann bei der Behandlung von Endometriose unterstützend wirken. Wir stehen Ihnen somit mit individuellen Ernährungsberatungen zur Seite.

### Diätetik

- Vermittlung gesunder Ernährung
- Angebot einer weizenreduzierten Kost
- Bei Bedarf mit Lehrküche mit praktischer Umsetzung der Empfehlungen
- Berücksichtigung individueller Unverträglichkeiten
- Regelmäßige Ernährungsberatung

### Sozialberatung

- Wiedereingliederung bzw. Neuorientierung
- Unterstützung bei der sozialen Sicherung
- Informationen und Hilfen bei Antragstellung einer Schwerbehinderung
- Informationen über Selbsthilfegruppen und Nachsorgeangebote

## Begleitpersonen

Sie wollen oder können nicht alleine Ihre Rehabilitation antreten? Das ist kein Problem. Damit wir uns darauf einstellen können, informieren Sie bitte unser Belegungsmanagement unter Tel. 04541 13-3800. Ihre Begleitperson kann, je nach Belegung, mit Ihnen zusammen in einem Zweibettzimmer untergebracht werden.

### Bei uns sind Begleitkinder herzlich willkommen!

Wir haben uns ganz auf Ihre Kinder eingestellt. Die Eltern-Kind-Zimmer liegen in einem eigenen Bereich mit einem gemütlichen Zentrum. Hier haben Ihre Kinder Platz zum Spielen, Toben, Entdecken und Lernen. Kinder bis zur Vollendung des 12. Lebensjahres werden während Ihrer Therapien im Haus betreut. Die Kosten übernimmt in der Regel auf Antrag der Kostenträger Ihrer Rehabilitation. Bitte beachten Sie: Es handelt sich bei diesem Angebot nicht um die klassische Eltern-Kind-Kur.

### Sie setzen lieber auf Ihren tierischen Begleiter? Kein Problem!

Hunde sind bei uns herzlich willkommen, da wir wissen, wie wichtig Ihnen Ihr treuer Begleiter ist. Informieren Sie bitte vorab unser Belegungsmanagement unter Tel. 04541 13-3800, falls Sie Ihren Hund mitbringen möchten.



## AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg

Das Klinikum bietet über 270 Zimmer mit eigenem Bad, davon 47 Zweibettzimmer. Ein Teil der Zimmer verfügt über Balkon oder Terrasse. Rehabilitanden können in ihrer Freizeit außerdem Aufenthalts- und Fernsehräume, Teeküchen, Bibliotheken und die Cafeteria nutzen. Je nach Terminvereinbarung können auch die Medizinische Trainingstherapie (MTT), das Bewegungsbad, der Hydrojet und die kreative Ergotherapie genutzt werden.

Die Klinik ist umgeben von einer weitläufigen Parkanlage mit direktem Zugang zum Wanderwegesystem der umliegenden Wälder und Seen. Es gibt einen klinikeigenen Parkplatz für Rehabilitanden. Besucher und Gäste können im Gesundheitshotel der AMEOS Einrichtungen Ratzeburg direkt nebenan übernachten. Die AMEOS Einrichtungen Ratzeburg bieten außerdem fußläufig Gastronomie mit Restaurant und Café, dazu Einkaufsmöglichkeiten, Bankautomat, Friseur, Maniküre/Pediküre und Sauna.

Sie haben noch Fragen oder möchten mehr über das Endometriosezentrum in Ratzeburg erfahren? Rufen Sie uns gerne unter Tel. 04541 13-3800 an oder werfen Sie einen Blick auf unsere Website [www.ameos.eu/endometriosezentrum](http://www.ameos.eu/endometriosezentrum).

### Kostenträger

Mit den gesetzlichen Krankenkassen besteht ein Versorgungsvertrag nach § 111 SGB V, so dass wir sowohl Leistungen in der medizinischen Rehabilitation als auch Anschlussheilbehandlungen (AHB) durchführen dürfen. Unsere Klinik arbeitet mit allen Rentenversicherungsträgern ebenso wie mit gesetzlichen und privaten Krankenkassen zusammen, nach Rücksprache auch mit anderen Versicherungsträgern. Wir sind beihilfefähig entsprechend den Verordnungen der verschiedenen Bundesländer. Es besteht die Möglichkeit eines ganztägig-ambulant Aufenthaltes.

Falls Sie noch weitere Fragen haben, melden Sie sich gerne unter der Telefonnummer 04541 13-3800.

### Ihre Ansprechpartner



**Dr. Kerstin Knauth**  
Chefärztin der  
Gynäkologie



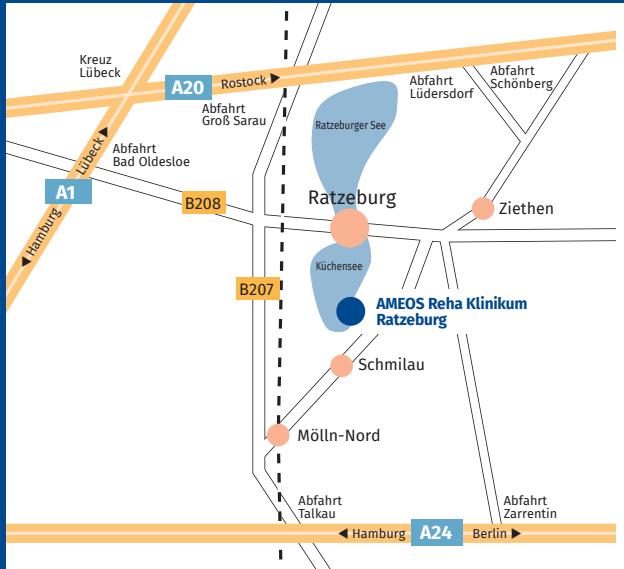
**Meike Schoop**  
Pflegedirektorin

## Ihre Ansprechpartner

**Dr. Kerstin Knauth**

Chefärztin der Gynäkologie,  
Leiterin des Endometriosezentrums  
Pflegedirektorin

**Meike Schoop**



### AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg

Röpersberg 47

23909 Ratzeburg

Tel. 04541 13-3800

[www.ameos.eu/ratzeburg](http://www.ameos.eu/ratzeburg)