

Reha im Herzen der Stadt St.Gallen

Kompetenzzentrum für spitalnahe,
Früh- und Überwachungsrehabilitation

Gemeinsam Schritt
für Schritt weiter.

Rehabilitation mitten in der Stadt und doch im Grünen

Die Rehaklinik St.Gallen ist auf die stationäre und ambulante Behandlung von Erkrankungen und Unfallfolgen in der neurologischen, internistisch-onkologischen, muskuloskelettalen und geriatrischen Rehabilitation sowie auf Früh- und Überwachungsrehabilitation spezialisiert. Inmitten von St.Gallen und dennoch im Grünen erwartet unsere Patientinnen und Patienten ein breites und ganzheitliches Therapiespektrum – von unseren Fachspezialistinnen und -spezialisten interdisziplinär sowie interprofessionell durchgeführt.

Mit rund 46 Betten bieten wir eine spitalnahe Rehabilitation in modernsten Räumlichkeiten – im Herzen der Stadt St.Gallen und damit in Wohnortnähe vieler Patientinnen und Patienten sowie ihren Angehörigen. Trotz der urbanen Umgebung sorgen nahegelegene Grünflächen und nicht zuletzt die Parkanlage des Altersheims «Wohnen am Singenberg» für zusätzliche Erholung.

Dank der unmittelbaren Nähe zum Kantonsspital St.Gallen können wir Patientinnen und Patienten einen frühzeitigen Start in die Rehabilitation ermöglichen. Die Kultur des Miteinanders wird sowohl im Haus als auch über die «Spitalsgrenzen» hinaus gelebt. So arbeiten unsere Ärztinnen und Ärzte, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Sozialdienst- und Pflegemitarbeitenden nicht nur in der Rehaklinik selbst Hand in Hand, sie pflegen ebenso mit den Fach-

personen für Akut- und Geriatriemedizin in den umliegenden Häusern einen engen und stetigen Austausch.

Im Fokus stehen dabei immer unsere Patientinnen und Patienten. Wir freuen uns, Sie schon bald im Rehazentrum St.Gallen begrüssen zu dürfen, damit wir Sie bei den nächsten Schritten in Richtung Selbstständigkeit unterstützen können.



Dr. med. Danuta Zemp,
Klinikdirektorin



120

Mitarbeitende engagieren sich
in allen Disziplinen für
Ihren Rehabilitationserfolg.

1800

Quadratmeter Therapiefläche
innen und aussen

600

bis zu 600 ambulante
Konsultationen pro Monat

46

Betten, davon sechs
monitorisierte



Spitalnahe und frühzeitige Rehabilitation

Wir bieten höchste Fachkompetenz in neurologischer, internistisch-onkologischer, muskuloskelettaler und geriatrischer Rehabilitation sowie im Bereich der Früh- und Überwachungsrehabilitation. Vor allem Patientinnen und Patienten mit Mehrfacherkrankungen können bei uns trotz vielschichtiger Krankheitsbilder aufgenommen und interprofessionell betreut werden.

Unsere stationäre Rehabilitation ist ganzheitlich und individuell auf den Patienten ausgerichtet. In den täglichen Team-Besprechungen werden die Rehabilitationsformen und Therapiepfade einzeln besprochen und laufend aktualisiert. Sämtliche Behandlungen werden direkt im Haus durchgeführt und können innerhalb kürzester Zeit angepasst werden. Sowohl die Patientinnen und Patienten als auch die Mitarbeiterinnen profitieren vom grossen Wissens- und Erfahrungsschatz unserer Chefärzte und spezialisierten Kaderärzte. Zusätzliche Behandlungen im Akutspital können aufgrund der Spitalnähe ohne grossen Transportaufwand und Zeitverlust eingeplant werden.



Früh-/Überwachungs-rehabilitation



Neurologische Rehabilitation



Internistisch-onkologische Rehabilitation



Muskuloskelettale Rehabilitation



Geriatrische Rehabilitation

Wir sind für Sie da



Dr. med. Daniel Büche
Leiter Ärztlicher Dienst
Mitglied Klinikleitung



**Dr. med. Karolina
Bodenmann**
Leitende Arztin Muskulo-
skelettale Medizin



Dr. med. Carmen Lienert
Chefärztin Neurologie



**med. pract.
Sun-Hee Strein**
Leitende Ärztin
Allgemeine Innere
Medizin und Geriatrie



Blazenka Bandur
Bereichsleiterin Pflege
Mitglied Klinikleitung



Christian Schlücke
Bereichsleiter Therapien
Mitglied Klinikleitung

In der Rehaklinik St.Gallen beginnen
wir die Rehabilitation früh – eng
begleitet, medizinisch überwacht und
sicher eingebettet in die spitalnahe
Versorgung.

Rehabilitation, die wirkt – stationär und ambulant

In der Rehaklinik St.Gallen bieten wir zudem ambulante Therapien in den Bereichen Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Neuropsychologie sowie Gruppentherapien an. Mit diesem Angebot richten wir uns an Patientinnen und Patienten in der Nachbehandlung oder nach neuer Zuweisung. Unsere modernen Behandlungsräume und der Therapiegarten schaffen eine angenehme Umgebung für gezielte Rehabilitation.

Ein besonderes Angebot sind unsere ärztlich geführten Rehabilitationssprechstunden mit Fachärztinnen und Fachärzten für Neurologie, Physikalische Medizin und Rehabilitation. Hier klären wir Rehabilitationspotenzial ab und begleiten die Patientinnen und Patienten bei Bedarf auch bei Themen wie beruflicher Wiedereingliederung, Fahreignung oder EFL-Prüfungen.

Dazu zählen unter anderem:
Neurologisches und muskuloskelettales Konsilium
• Botulinumtoxin-Sprechstunde
• ZAFAS-Beurteilung (zertifizierter Arbeitsfähigkeitsassessor)
• Fahreignungsuntersuchung Stufe 1 und 2

Auch hier gilt natürlich das bewährte Behandlungskonzept der Klinikgruppe Valens: interprofessionell, individuell und auf Augenhöhe. Ärztinnen und Ärzte arbeiten eng mit Fachpersonen aus Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Neuropsychologie und psychosomatischen Fachrichtungen zusammen – für eine ganzheitliche Behandlung unter einem Dach. Im Fokus stehen immer die persönlichen Ziele unserer Patientinnen und Patienten. Wir begleiten sie auf ihrem Weg – mit Fachkompetenz, Engagement und echter Nähe.



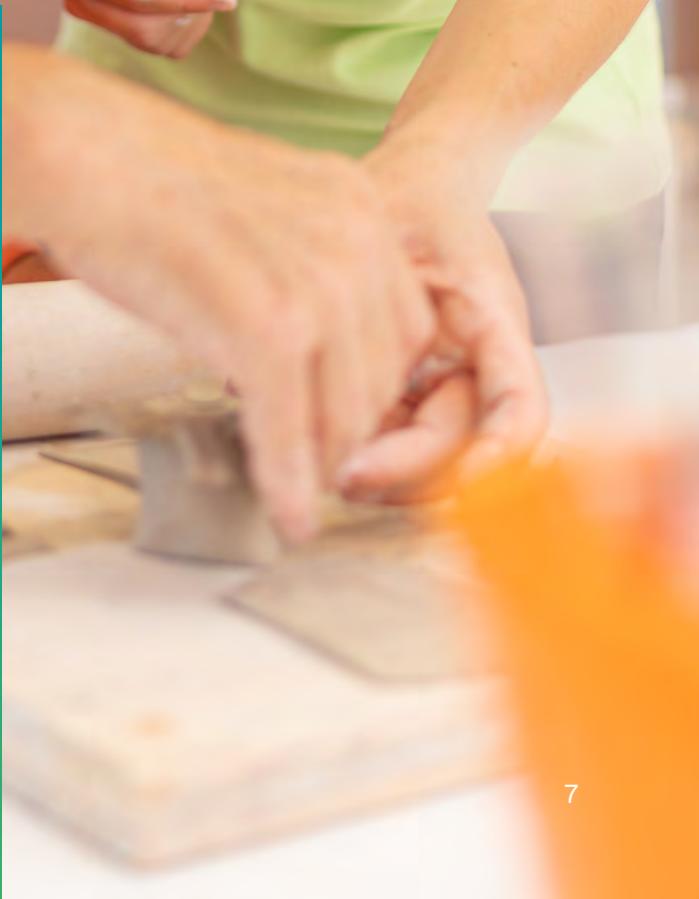


Ihre Vorteile auf einen Blick

- Ganzheitliche Abklärung und Behandlung
- Interprofessionelles Team
- Therapien individuell kombiniert – von der Einzelbehandlung bis zur umfassenden Reha
- Bewährtes Valens-Konzept, wohnort- und spitalnah



valens.ch/reha-stgallen/angebot



Spitalnahe Reha: Individuell und rasch

Im Setting der spitalnahen Rehabilitation betreuen wir Patientinnen und Patienten in enger Zusammenarbeit mit dem Akutspital. Manche dieser Patienten müssen auch während der Rehabilitation regelmässig zu einer Therapie oder einem diagnostischen Verfahren ins Akutspital gebracht werden. Andere haben aufgrund ihrer Erkrankung ein erhöhtes Rückverlegungsrisiko. Durch die räumliche Nähe und den direkten Verbindungsgang zum Akutspital kann dies in der Rehaklinik St.Gallen gewährleistet werden. Zudem ermöglicht es die Monitorüberwachung, die Vitalparameter der Patienten kontinuierlich zu überwachen. So können Patientinnen und Patienten direkt von der Überwachungsstation im Akutspital in die Reha übernommen werden.

Weiterführende spezialisierte Reha

Sind die Behandlungen im Akutspital weitestgehend abgeschlossen und ist das Rückverlegungsrisiko ins Akutspital deutlich gesunken, ist die Spitalnähe nicht mehr indiziert. Für manche Patientinnen und Patienten geht es dann direkt nach Hause. Andere benötigen jedoch eine weiterführende Rehabilitation in einer auf die neuen Bedürfnisse spezialisierten Rehaklinik der Klinikgruppe Valens. So oder so besprechen wir gemeinsam das weitere Vorgehen. Selbstverständlich kümmern wir uns um die Verlegung und andere organisatorische Belange, sodass sich die Patientinnen und Patienten weiter auf den Genesungsprozess und damit auf die Rückkehr in den gewohnten Alltag konzentrieren können.



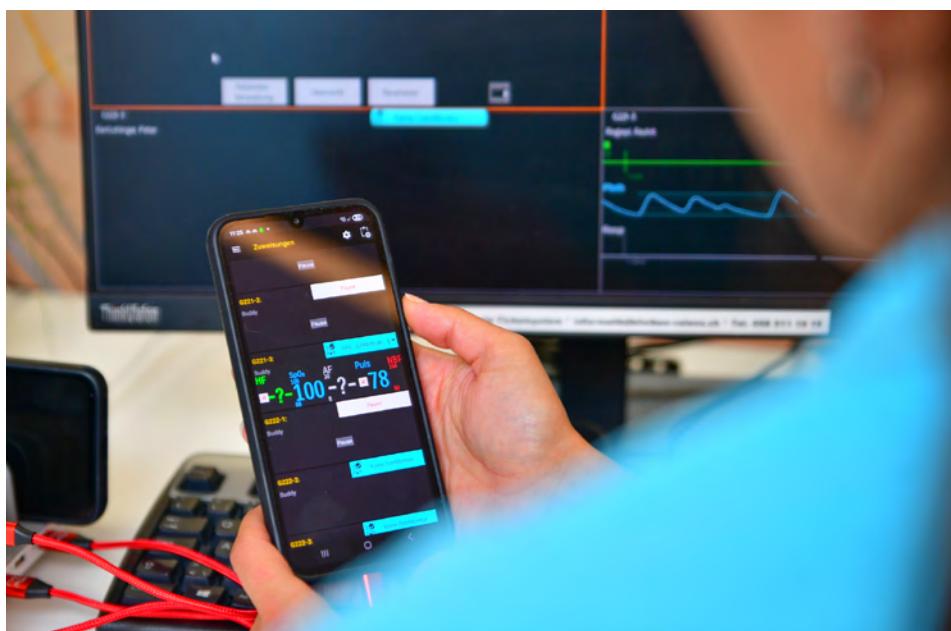
Früh-/Überwachungsrehabilitation

In der **Frührehabilitation** verbinden wir akute medizinische Behandlung mit gezielten Rehabilitationsmaßnahmen – so früh wie möglich. Unser Ziel ist es, Funktionsverluste zu reduzieren oder zu vermeiden. So fördern wir die Regenerationsfähigkeit, stellen die Rehabilitationsfähigkeit wieder her und verhindern spätere Komplikationen.

Die **Überwachungsrehabilitation** ist ein spezieller Bereich für Patientinnen und Patienten mit komplexen Krankheitsbildern oder schweren Traumata des Nervensystems. Sie benötigen keine Intensivpflege mehr, müssen aber weiterhin engmaschig überwacht werden. Unsere monitorisierten Betten ermöglichen eine lückenlose 24-Stunden-Überwachung. Über mobile Geräte behalten unsere Pflegefachpersonen mit Ausbildungen in Intermediate Care oder Intensivpflege Vitalparameter wie Puls und Atemfrequenz jederzeit im Blick. So verbinden wir frühzeitige, intensive Rehabilitation mit erhöhter medizinischer Überwachung.

Diese Form der Rehabilitation erfordert einen hohen Pflege- und Therapieaufwand. Dabei begleiten wir die Patientinnen und Patienten mit hoher Fachkompetenz, modernster Technik und viel Empathie – und schaffen so die Voraussetzungen für eine stabile Weiterentwicklung. Der Fokus liegt auf Stabilisierung, Mobilisierung und einer sicheren Überleitung in die weiterführende Rehabilitation.

Nach einer schweren Erkrankung oder Verletzung zählt jede Stunde.





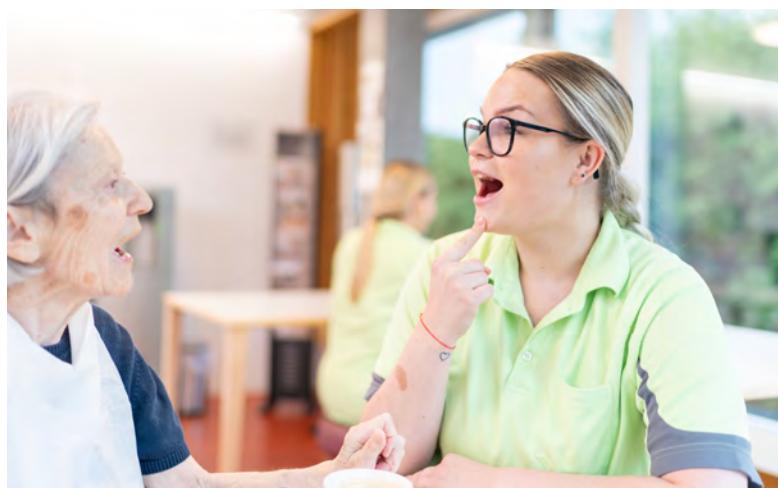
Therapievielfalt auf höchstem Niveau

Das umfangreiche und hochwertige stationäre und ambulante Therapieangebot unterstützt die Patientinnen und Patienten wesentlich bei ihrem Genesungsprozess. Gruppen- und Einzeltherapien werden individuell auf die Bedürfnisse des jeweiligen Patienten abgestimmt, regelmässig überprüft und entsprechend dem aktuellen Genesungszustand angepasst.

Ein Schwerpunkt liegt auf Alltagsaktivitäten, gilt es doch, die Patientinnen und Patienten auf ein Leben im gewohnten Umfeld mit möglichst viel Selbstständigkeit vorzubereiten. Bei der Medizinischen Trainingstherapie (MTT) werden zudem die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer gezielt trainiert. Dies erfolgt in unseren mit hochmodernen Geräten eingerichteten Räumlichkeiten mit wunderschönem Blick in den Garten.

Training an der frischen Luft: Im Therapiegarten machen die Patientinnen und Patienten, begleitet von unserem geschulten Fachpersonal, Beweglichkeits-, Koordinations- und Kraftübungen sowie Geh- und Gleichgewichtstrainings. In unserem Garten mit diversen Pflanzensorten finden sich vom Gehbarren bis zum Gleichgewichtsparkour unterschiedliche therapeutische Hilfsmittel. Doch damit nicht genug: Das Bergauf- und Bergablaufen kann auch mithilfe von Schrägen trainiert werden. Ausserdem gibt es unterschiedliche Treppen und Bodenbeläge, die alleamt auch in der Stadt St.Gallen vorzufinden sind.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Behandlung von Schluckstörungen (Dysphagie). Im Rahmen der therapeutischen Essensbegleitung (TES) unterstützen wir Menschen mit Schluckstörungen beim sicheren Essen – mit gezielter therapeutischer Begleitung und durch individuellen Kostaufbau. Bei motorischen Einschränkungen kommt die motorische Essensbegleitung (MES) zum Einsatz: mit passenden Hilfsmitteln wie Spezialbesteck oder Trinkhilfen, Training und aktiver Unterstützung. So fördern wir nicht nur die Schluckfunktion, sondern auch Selbstständigkeit und Selbstvertrauen – Schritt für Schritt zurück in den Alltag.





Pflege mit Kompetenz und Herz: Rund um die Uhr

Die Pflege ist nicht nur eine Berufung, sondern ein unverzichtbarer Beitrag zur Gesundheit und Genesung unserer Patientinnen und Patienten. Mit Herz und Verstand setzen wir alles daran, dass Sie sich in besten Händen wissen.

Die Nähe zum Akutspital bietet im Pflegebereich allen Beteiligten zahlreiche Vorteile. Beispielsweise können Pflegebehandlungen so gut wie nahtlos fortgesetzt werden. Zudem haben die Pflegenden jederzeit die Möglichkeit, sich unkompliziert miteinander auszutauschen, um die bestmögliche Versorgung sicherzustellen. Darüber hinaus nutzen wir Synergien in der Aus- und Weiterbildung, um unsere Pflegefachkräfte kontinuierlich fortzubilden und auf dem neuesten Stand der Pflegepraxis zu halten.



Rehabilitation im Gesundheitsquartier von St.Gallen

Rehabilitation ist keine Einzeldisziplin, sondern das Zusammenspiel vieler Faktoren. Unsere interprofessionellen Teams stellen die Menschen in den Mittelpunkt – und zwar sowohl die Patientinnen und Patienten als auch die Mitarbeitenden. Wir legen Wert auf einen respektvollen Umgang und leben eine offene sowie wertschätzende Kommunikation. Für uns steht fest: Nur, wenn sich alle wohlfühlen und sich unsere Patientinnen und Patienten bestens versorgt wissen, können wir gemeinsam daran arbeiten, ihre Lebensqualität zu steigern.

Für den Therapieerfolg ist es der Wille, der «Berge versetzen» kann. Unsere Mitarbeitenden können dank hoher Fachkompetenz und Verantwortungs- sowie Qualitätsbewusstsein dazu beisteuern. Wir sind davon überzeugt, dass auch eine moderne Infrastruktur, ein schönes Ambiente und ein funktionierendes interprofessionelles Team zur Genesung beitragen. Das 1980 errichtete Gebäude der Geriatrischen Klinik, in der die Rehaklinik St.Gallen eingegliedert ist, wurde 2020 generalsaniert. Therapiegeräte sowie medizinische Ausstattung sind auf dem neuesten Stand und die Räumlichkeiten allesamt grosszügig sowie lichtdurchflutet gestaltet. Die Aussicht lässt ebenso in keinem Zimmer zu wünschen übrig: Während man auf der Südseite in den Park und damit mitten in der Stadt ins Grüne blickt, ist die Perspektive auf der Nordseite vom geschäftigen Treiben auf der Rorschacher Strasse geprägt: Da ist immer etwas los.

Zusammen mit dem Kantonsspital St.Gallen, der Geriatrischen Klinik, dem Ostschweizer Kinderspital und dem Altersheim «Wohnen am Singenberg» bildet die Rehaklinik St.Gallen einen «Gesundheitscampus» im Herzen der Gallusstadt. In unmittelbarer Nähe – die Gebäude sind noch dazu unterirdisch verbunden – können die Menschen somit von der Geburt bis ins hohe Alter versorgt werden. Dass die Disziplinen Akutmedizin, Akutgeriatrie und Rehabilitation nahtlos miteinander verknüpft sind, kommt vor allem dem Genesungsprozess unserer Patientinnen und Patienten zugute.



Unser Wohlfühl- und Freizeitangebot

- Coiffeur
- Kosmetische Fusspflege
- Cafeteria
- Patientenseminare

Rundum wohlfühlen

Das hochqualitative medizinische, therapeutische sowie pflegerische Angebot steht selbstverständlich im Zentrum. Doch der Mensch ist eben mehr als sein Körper. Auch Seele und Geist tragen wesentlich zum Genesungsprozess bei und wollen entsprechend umsorgt werden.

Unterhaltung tut gut und so hat beispielsweise jeder Patient direkt am Bettplatz TV- und Radioempfang. Der Internetzugang ist im gesamten Gebäude über unser WLAN möglich und selbstverständlich kostenlos. Köstliche und ausgewogene Mahlzeiten aus saisonalen und regionalen Produkten werden den Patientinnen und Patienten direkt im Zimmer serviert. Bestehen Schluck- oder andere Beschwerden, die das selbstständige Essen erschweren, helfen unsere Logopädinnen und Logopäden gerne weiter.

Und wenn Sie einmal keine Therapien haben, besteht etwa die Möglichkeit, einen Termin bei unserem hausinternen Coiffeur oder der kosmetischen Fusspflege zu vereinbaren. Oder aber Sie entscheiden sich für eine kurze Auszeit an der frischen Luft: ob in unserem wunderschönen (Therapie-)Garten oder auf der Dachterrasse unserer Cafeteria «Gnuss 94» mit herrlichem Blick auf die Parkanlage des Altersheims «Wohnen am Singenberg» und das historische Stadtzentrum.

Fragen zu Sozialversicherungs- und Finanzierungs-themen, zur Nachsorge oder etwa auch zur Arbeits-integration gehören frühzeitig geklärt, denn das trägt ebenso zum ganzheitlichen Wohlergehen bei. Entsprechend steht die Sozialberatung unseren Patientinnen und Patienten bei Bedarf und auf Anfrage gerne zur Verfügung.



Gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten arbeiten wir daran, ihre persönlichen Rehabilitationsziele zu erreichen.





Ihr Weg zu uns

Sie finden die Rehaklinik St.Gallen im Gebäude der Geriatrischen Klinik. Die Anreise erfolgt ganz einfach mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem PKW.

Mit dem Auto

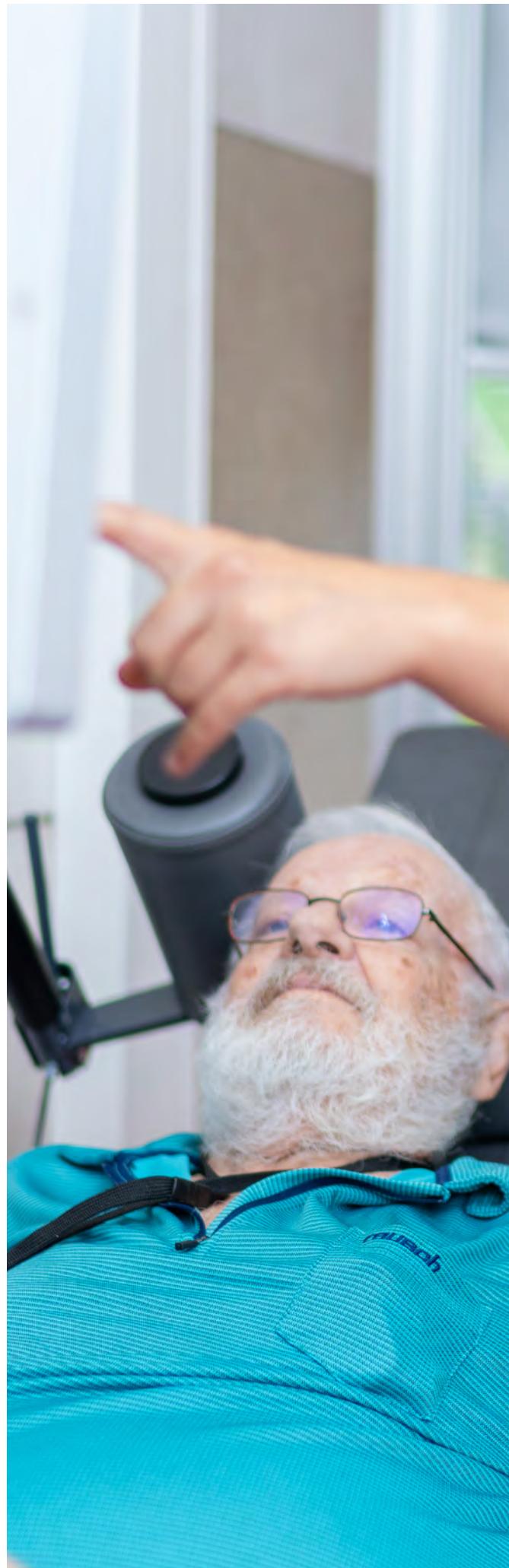
... gelangen Sie über die Autobahnausfahrt «St.Fiden / Spitäler» der A1 stadtein- oder stadtauswärts zum Einfahrtsschild «Bürgerspital». Auf dem Areal des Kompetenzzentrums Gesundheit und Alter befindet sich eine kleine Anzahl bewirtschafteter und zeitlich begrenzter Besucherparkplätze. Das Parkplatzangebot beim Rehazentrum St.Gallen ist allerdings sehr beschränkt. Wir bitten Sie daher, Ihr Fahrzeug nach Möglichkeit zu Hause zu lassen.

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Stadtbusse: Haltestelle Kantonsspital
Linie 1 / 2 / 7 / 8 (Stephanshorn, Guggeien oder Neudorf)

Postautokurse:

- Linie 121 (Rehetobel–Heiden)
- Linie 120 (Eggersriet–Heiden)
- Linie 210 (Tübach–Steinach–Horn)
- Linie 240 (Goldach–Rorschach)
- Linie 242 (Rheineck–Rorschach–Untereggen)





Sichtbares Engagement

Jede Auszeichnung ist Ausdruck dessen, was unsere Teams täglich leisten – für eine hochwertige Rehabilitation, gelebte Qualität und ein Umfeld, das Patientinnen und Patienten sowie Mitarbeitende stärkt.



Klinikgruppe Valens

Alle Standorte auf einen Blick

Rehaklinik Chur



- ca. 32 Betten und 70 Mitarbeitende
- muskuloskelettale, internistisch-onkologische Rehabilitation

Rehaklinik Davos Clavadel



- ca. 106 Betten und 220 Mitarbeitende
- muskuloskelettale, pulmonale, internistisch-onkologische Rehabilitation, psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie

Rehaklinik Gais



- ca. 195 Betten und 340 Mitarbeitende
- internistisch-onkologische, kardiovaskuläre und psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie, Long-Covid-Programm

Rehaklinik St.Gallen



- ca. 46 Betten und 120 Mitarbeitende
- Früh-/Überwachungsrehabilitation, neurologische, internistisch-onkologische, muskuloskelettale und geriatrische Rehabilitation

Rehaklinik Valens



- ca. 150 Betten und 440 Mitarbeitende
- neurologische (Früh-/Überwachungs-) Rehabilitation, internistische und muskuloskelettale Rehabilitation

Rehaklinik Wald



- ca. 160 Betten und 380 Mitarbeitende
- neurologische, muskuloskelettale, kardiovaskuläre, pulmonale und internistisch-onkologische Rehabilitation sowie Früh-/Überwachungsrehabilitation und Schlafmedizin (im GZO Spital Wetzikon)

Rehaklinik Walenstadtberg



- ca. 75 Betten und 190 Mitarbeitende
- muskuloskelettale, internistisch-onkologische, pulmonale und geriatrische Rehabilitation

Rehaklinik Walzenhausen



- ca. 68 Betten und 200 Mitarbeitende
- neurologische (Früh-)Rehabilitation und muskuloskelettale Rehabilitation

Ambulatorium Psychosomatik St.Gallen



- 10 Mitarbeitende
- ambulante psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie

Ambulante Rehaklinik Triemli Zürich



- 16 Mitarbeitende
- ambulante neurologische, muskuloskelettale, internistisch-onkologische und pulmonale Rehabilitation
- in Planung: Rehaklinik Triemli Zürich

Clinic Bad Ragaz



- ca. 25 Betten und 60 Mitarbeitende
- Rehabilitation im Hotel- und Service-Umfeld des Grand Resort Bad Ragaz mit klinischer Betreuung durch die Klinikgruppe Valens
- neurologische, muskuloskelettale und internistische Rehabilitation

Klinik Lengg



- ca. 80 Betten und 340 Mitarbeitende
- neurologische Rehabilitation

Rehaklinik St.Gallen

Rorschacher Strasse 94
9000 St.Gallen

Telefon +41 58 511 61 11
info.st.gallen@kliniken-valens.ch
www.valens.ch/reha-stgallen

Wir sind Teil der Klinikgruppe Valens.