



Norddorf auf Amrum, 31.05.2022

Rehasonanz.de – damit die Kur noch lange nachhält!

Ist die Mutter- oder Vater-Kind-Kur beendet, fällt es den Patientinnen oft schwer, das in der Kur neu Gelernte zu Hause umzusetzen und dranzubleiben. Aus diesem Grund hat die Trägerin der AOK-Nordseeklinik, REHASAN, das online-basierte Kompetenzportal „rehasonanz.de.de“ entwickelt.

Gerade bei den Indikationsschwerpunkten psychosomatische Erschöpfung und Übergewicht bzw. Adipositas kann es leicht passieren, dass die Patientinnen zu Hause wieder in ihre alten, ungesunden Verhaltensweisen zurückfallen. Denn so eindrucksvoll und lehrreich drei Kurwochen sein können – sobald der Alltag sie wieder im Griff hat, sind die guten Vorsätze manchmal recht schnell wieder Vergangenheit. Wir alle kennen das von unseren guten Vorsätzen fürs neue Jahr.

Das Ziel von rehasonanz.de ist daher, unseren Patientinnen den Übergang in ihren Alltag zu erleichtern und sie beim Durchhalten ihrer guten Vorsätze zu unterstützen. Sie können damit das, was sie in der Kur gelernt haben, in ihrem Alltag beibehalten und ihre Ernährungsgewohnheiten und ihr Bewegungsverhalten nachhaltig ändern.

Hierzu erhalten die Patientinnen eine Einweisung in das online-basierte Kompetenzportal und einen persönlichen Portalzugang. Fachkräfte der AOK-Nordseeklinik begleiten sie mit Hilfe von Fragebögen, die Aufschluss über die Erfolge in der Umstellung der Lebensgewohnheiten geben.

Anhand des daraus resultierenden „rehasonanz.de-Indexes“ lassen sich anhand konkreter Zahlen und Fakten nach zwölf Monaten feststellen, wie erfolgreich die Patientinnen an dem Programm rehasonanz.de teilgenommen haben. Also, wie erfolgreich sie ihre guten Vorsätze in die Tat umsetzen konnten.

Über das Portal haben Patientinnen außerdem die Möglichkeit, mit anderen Teilnehmerinnen in Kontakt zu bleiben, sich mit ihnen auszutauschen und sich auf diese Weise auch gegenseitig motivieren und unterstützen zu können.

Mit fachkundiger Begleitung und mit Hilfe von Frauen, die sich in einer ähnlichen Situation wie sie befinden, können die Patientinnen ihre Motivation zu neuen und gesünderen Lebensgewohnheiten langfristig aufrechterhalten. Und die auf Amrum durchgeführte Kur



kann auf diese Weise zu einem nachhaltigen Erfolg werden und zu einer erheblichen Verbesserung der Lebensqualität für unsere Patientinnen beitragen.

Wie sehr dieses Portal unseren ehemaligen Patientinnen hilft, können Sie hier nachlesen:
<https://www.aok-nordseeklinik.de/erfolgsgeschichten-rehasonanz/>.

Kontakt für Redaktionen:

Klinikdirektor: Philipp Joroch
Tel.: 04682-37 499
Fax: 04682-2749
E-Mail: philipp.joroch@aok-nordseeklinik.de

Ärztliche Leiterin: Berit Mehmen
Tel.: 04682-37 494
E-Mail: berit.Mehmen@AOK-Nordseeklinik.de

Pressekontakt: Birte Vogel
Tel.: 04682-99 89 776
E-Mail: presse@aok-nordseeklinik.de