

# IRENA- und T-RENA-Programm

Das IRENA-Programm (Intensivierte **Re**habilitations-**N**achsorge) und T-RENA-Programm (Trainingstherapeutische **Re**ha-**N**achsorge) sind Angebote der Deutschen Rentenversicherung (DRV). Diese können im Anschluss an eine ganztägige ambulante Rehabilitation bei Versicherten der DRV durchgeführt werden. Wir bieten Ihnen diese Möglichkeit für Erkrankungen des Bewegungsapparates in unserem ambulanten Rehabilitationszentrum.

Ziel der Programme sind die Stabilisierung der in der vorherigen Rehabilitation erreichten Ziele sowie die weitere Verbesserung noch eingeschränkter Fähigkeiten. Hierzu führen unsere qualifizierten Therapieteams mit Ihnen eine kontrolliert dynamische Übungs- und Trainingstherapie zur Verbesserung der muskuloskelettalen Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer durch.

Versicherte können in beiden Programmen individuell bis zu 26 Termine in Anspruch nehmen. Sie werden berufsbegleitend durchgeführt und sind zuzahlungsfrei.

Bei Fragen zu den Programmen IRENA und T-RENA wenden Sie sich gerne an unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

## Kontakte



**Dr. med. Joachim Schebben**  
Leitender Arzt  
Facharzt für Orthopädie

**Anmeldung ambulantes Rehazentrum**  
Melanie Louise Gröschner (Teamleitung)  
Tel. 0221 94071-1051 / -212  
Fax 0221 94071-357  
melanielouise.groeschner@sana.de

**Sozialdienst / Stationäre Rehabilitation**  
Isolde Kasten und Angelina König  
Tel. 0221 94071-479 / -390  
Fax 0221 94071-231  
stationaere-reha-dfk@sana.de

### Öffnungszeiten des ambulanten Reha-zentrums / Trainingsfläche

Montag bis Donnerstag  
7.00 bis 19.00 Uhr

Freitag  
7.00 bis 16.30 Uhr

Samstag  
8.30 bis 12.00 Uhr

Tel. 0221 94071-476  
(Teamleiter Thorsten Cremer)

Titel- und Porträtfoto: Stephan Hubrich

## Ihr Weg zu uns



### Sana Dreifaltigkeits-Krankenhaus Köln

Aachener Straße 445-449  
50933 Köln  
Tel. 0221 / 94071-0  
Fax 0221 / 409552  
info-dfk@sana.de  
www.sana.de/koeln



## Sana Dreifaltigkeits-Krankenhaus Köln



## Stationäre und ambulante Rehabilitation



Offizielles  
Medizinzentrum

## Maßgeschneiderte Rehabilitation

Rehabilitation bildet einen zentralen Bereich im Sana Dreifaltigkeits-Krankenhaus Köln. In unserem medizinischen Rehabilitationszentrum ermöglichen wir für unsere Patientinnen und Patienten die bestmögliche medizinische, pflegerische und therapeutische Betreuung.

Unser Ziel ist es, gemeinsam mit Ihnen Ihre Mobilität wiederherzustellen und Sie für Ihren Alltag vorzubereiten. Dabei profitieren Sie von einer individuellen ärztlichen und therapeutischen Therapie.

Vom ersten Kontakt in der Ambulanz über die Operation und Rehabilitation bis hin zur Nachbehandlung (zum Beispiel IRENA- und T-RENA-Programm, Krankengymnastik über Rezept) werden Sie bei uns aus einer Hand betreut. Das heißt, Sie haben über den gesamten Zeitraum der Behandlung dieselben Ansprechpersonen in denselben Räumlichkeiten.

Unser erfahrenes pflegerisches und therapeutisches Fachpersonal ist mit allen bedeutsamen Krankheitsbildern und Funktionsbeeinträchtigungen vertraut. Unser Ärzteteam verfügt zudem über langjährige Rehabilitationserfahrung.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

**Ihr Reha-Team des  
Sana Dreifaltigkeits-Krankenhauses Köln**

## Stationäre Rehabilitation

Die stationäre Rehabilitation empfiehlt sich für Patientinnen und Patienten, deren häusliche Versorgung entweder nicht gewährleistet ist oder sich schwierig gestaltet.

Durch eine wohnortnahe Rehabilitation ermöglichen wir Ihnen regelmäßige Besuche Ihrer Angehörigen, ein erneuter Umgebungswechsel entfällt und das begonnene Behandlungskonzept kann konsequent fortgesetzt werden.

Die stationäre Rehabilitation wird bei Ihrer Aufnahme zur geplanten Operation über unseren Sozialdienst geplant, der die Zuständigkeit eines Kostenträgers ermittelt und die Daten an das Reha-Team weiterleitet.

Die Unterbringung erfolgt, je nach Kostenträger, im Ein- oder Zweibettzimmer.



Foto: Anke Dörschlen

Bitte sprechen Sie uns an, wir erläutern Ihnen gerne unser Reha-Konzept in einem persönlichen Gespräch.

**Anmeldung / Aufnahme**  
Tel. 0221 94071-479 oder -390  
Fax 0221 94071-231  
[stationaere-reha-dfk@sana.de](mailto:stationaere-reha-dfk@sana.de)

## Ambulante Rehabilitation

Die ambulante Rehabilitation empfiehlt sich für Patientinnen und Patienten mit höherer Mobilität sowie ohne schwerwiegende Begleiterkrankungen. Die Behandlungsdauer beträgt vier bis sechs Stunden pro Tag.

Als zertifiziertes ambulantes Rehabilitationszentrum führen wir ambulante Rehabilitationsmaßnahmen nach den Richtlinien der Deutschen Rentenversicherung durch. Die entsprechenden Zulassungen seitens aller gesetzlichen und privaten Krankenkassen sowie der Berufsgenossenschaften liegen vor.

Sie haben bei uns die Möglichkeit, ein Mittagessen einzunehmen, ebenso stehen Getränke zur Verfügung.

### Anmeldung / Therapieplanung

Montag - Donnerstag 7.30 - 16.30 Uhr  
Freitag 7.30 - 15.30 Uhr

Tel. 0221 94071-1051 / -212  
Fax 0221 94071-357  
[melanielouise.groeschner@sana.de](mailto:melanielouise.groeschner@sana.de)



Fotos (2): Stephan Hubrich

## Leistungsspektrum

- Physiotherapie (Einzel- und Gruppenbehandlung): Manuelle Therapie, PNF, Brügger Behandlung und Wassergymnastik
- Physikalische Therapie: Elektrotherapie, Massage, Lymphdrainage, Wärme- beziehungsweise Kältetherapie
- Medizinische Trainingstherapie: Gezieltes Muskelaufbautraining an Geräten
- Ergotherapie (Einzel- und Gruppenbehandlung): Gelenkschutz, Hilfsmittelversorgung
- Ernährungsberatung
- Psychologische Betreuung (Einzel- und Gruppenbehandlung): Entspannungstechniken (zum Beispiel Tiefenmuskelentspannung), Einzelgespräche
- Schulungen und Seminare: Endoprothesenschulung, Arthrose, Osteoporose, Wirbelsäulenbeschwerden
- Sozialmedizinische Beratung: häusliche Betreuung, Beantragung von Leistungen wie Übergangsgeld, Schwerbehinderung, Wiedereingliederungsmaßnahmen
- Pilates, Yoga, Nordic Walking, Gangschule, Koordinationstraining (Gruppenbehandlung in der ambulanten Rehabilitation)