



REHAZENTRUM
ST.GALLEN

Rehabilitation. Kliniken Valens.



Rehabilitation mit Weitblick
für Sie in St.Gallen

Rehabilitation mitten in der Stadt und doch im Grünen

Das Rehazentrum 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 Therapie-spektrum – von unseren Fachspezialistinnen und -spezialisten interdisziplinär sowie interprofessionell durchgeführt.

Mit rund 42 Betten bieten wir eine spitalnahe Rehabilitation in modernsten Räumlichkeiten – im Herzen der Stadt St.Gallen und damit in Wohnortnähe vieler Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörigen. Trotz der urbanen Umgebung sorgen nahegelegene Grünflächen und nicht zuletzt die Parkanlage des Altersheims «Wohnen am Singenberg» für zusätzliche Erholung.

Das Rehazentrum St.Gallen ist die erste spitalnahe Rehabilitationsklinik der Kliniken Valens. Dank der unmittelbaren Nähe zum Kantonsspital St.Gallen sowie der Integration in das Gebäude der Geriatrischen Klinik können wir Patientinnen und Patienten somit 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 sowie Therapeuten, Sozialdienst und Pflegenden nicht nur im Rehazentrum selbst Hand in Hand, sie pflegen ebenso mit den Fachpersonen 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.



Fakten & Zahlen



rund 120

Mitarbeitende engagieren sich in allen Disziplinen für Ihren Rehabilitationserfolg



1800 m²

Therapiefläche innen und aussen



bis zu 600

ambulante Konsultationen pro Monat



«Durch die Nähe zum Akutspital kann die Rehabilitation bei uns schon sehr früh beginnen – selbst dann, wenn es sich um komplexere Krankheitsbilder handeln sollte oder die Patientinnen und Patienten eine 24-Stunden-Überwachung benötigen.»

Chefarzt Dr. med. Daniel Büche

Spitalnahe und frühzeitige Rehabilitation



Neurologische Rehabilitation



Muskuloskeletale Rehabilitation



Früh- / Überwachungsrehabilitation



Internistisch-onkologische Rehabilitation



Geriatrische Rehabilitation



Dr. med. Carmen Lienert,
Chefärztin Neurologie

Wir bieten höchste Fachkompetenz in neurologischer, internistisch-onkologischer, muskuloskeletaler 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. Die Nähe zum Akutspital und zur Geriatrischen Klinik bietet zusätzliche Behandlungsmöglichkeiten und Sicherheit.

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 Mitarbeitenden profitieren vom grossen Wissens- und langjährigen Erfahrungsschatz unserer Chefarztin und unseres Chefarztes sowie den spezialisierten Kaderärzten. Die Früh- und Überwachungsrehabilitation ermöglicht ausserdem überwachungspflichtigen Patientinnen und Patienten einen frühzeitigen Start in die Reha. Zusätzliche Behandlungen im Akutspital können aufgrund der Spitalnähe ohne grossen Transportaufwand und Zeitverlust eingeplant werden.

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.

Der Therapiegarten bietet an der frischen Luft Beweglichkeits-, Koordinations- und Kraftübungen sowie Geh- und Gleichgewichtstrainings, die zusammen mit unserem geschulten Fachpersonal durchgeführt werden. In unserem Garten mit diversen Pflanzensorten finden sich vom Gehbarren bis zum Gleichgewichtsparcour 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 allesamt auch in der Stadt St.Gallen vorzufinden sind.

Durch den Umzug an die Rorschacher Strasse 94 in St.Gallen konnte das seit über 20 Jahren bestehende ambulante Therapieangebot ausgebaut werden. Davon profitieren insbesondere jene Patientinnen und Patienten, die nach einem stationären Aufenthalt einer weiterführenden ambulanten Betreuung in den Bereichen Physio- und Ergotherapie, Logopädie, Neuropsychologie und Ernährungsberatung bedürfen. Sofern nötig, kann auch weiterhin der ärztliche Dienst vor Ort konsultiert werden.



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.

Im Bereich der Früh- und Überwachungsrehabilitation stehen unsere Pflegefachpersonen mit Ausbildungen in Intermediate Care oder Intensivpflege rund um die Uhr bereit, um über mobile Geräte auf die 24-Stunden-Überwachung der Vitalparameter unserer Patientinnen und Patienten zuzugreifen. Diese kontinuierliche Überwachung ist entscheidend für jene, deren Gesundheitszustand eine engmaschige Kontrolle erfordert. Für unsere fachlich ausgezeichneten Pflegekräfte stehen die Bedürfnisse und Anliegen der Patientinnen und Patienten an erster Stelle – sie bilden die Basis für einen ganzheitlichen Genesungsprozess.

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 Geriatriischen Klinik, in der das Rehazentrum 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 Geriatriischen Klinik, dem Ostschweizer Kinderspital und dem Altersheim «Wohnen am Singenberg» bildet das Rehazentrum 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.



Dr. med. Dana Zemp
Klinikdirektorin



Menschen & Zahlen

42
Betten

17 500
Pflegetage

120
Mitarbeitende



«Monde und Jahre vergehen,
aber ein schöner Moment
leuchtet das Leben hindurch.»

Franz Grillparzer



Aussicht auf den Singenberg.



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 Finanzierungsthemen, zur Nachsorge oder etwa auch zur Arbeitsintegration 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.



Coiffeur



Kosmetische Fusspflege



Cafeteria



Patienten-seminare

Spitalnahe Reha: Individuell und rasch

Der Wunsch jeder Patientin und jedes Patienten ist klar: So schnell wie möglich zurück nach Hause. Um das gemeinsam zu erreichen, sollte rasch mit der Rehabilitation begonnen werden. Bei einigen sind aber noch letzte Behandlungen im Spital erforderlich, andere benötigen eine kontinuierliche Überwachung. In beiden Fällen kann dennoch eine Verlegung in die Reha durchgeführt werden – und zwar in eine spitalnahe Einheit wie das Rehazentrum St.Gallen, das somit der ideale erste Schritt auf dem Weg zurück in den Alltag ist.

Schritt 1 Spitalnaher Start in die Reha

Unsere Patientinnen und Patienten starten ihre Reha in unmittelbarer Nähe zum Kantonsspital St.Gallen (KSSG) bzw. zur Geriatrischen Klinik St.Gallen AG (GK AG). Sofern nötig, können Verlaufsuntersuchungen oder zusätzliche Therapien, die ausschliesslich im Akutspital durchgeführt werden, ohne grossen Transportaufwand vorstättengehen. Bei jeder Witterung können die Patientinnen und Patienten termingerecht und ohne lange Wartezeiten über eine unterirdische Verbindung ins KSSG / in die GK AG und wieder retour transportiert werden – ob im Bett liegend oder mit speziellen Transportstühlen. Das bedeutet weniger Kraftaufwand für die Patienten. Und da der zeitliche Aufwand gering ist, geht auch keine wertvolle Therapiezeit verloren. Nach vormittäglichen Untersuchungen kann nachmittags schon wieder das Therapieprogramm fortgeführt werden – oder umgekehrt.

Schritt 2 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 einem auf die neuen Bedürfnisse spezialisierten Rehazentrum der Gruppe Kliniken 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.

Individueller Reha-Behandlungspfad mit Start im Rehazentrum St.Gallen



Wir sind für Sie da



Dr. med. Dana Zemp
Klinikdirektorin



Dr. med. Daniel Büche
Leiter Ärztlicher Dienst



Corina Sinnstein
Leiterin Pflege



Christian Schlücke
Leiter Therapien



Dr. med. Karolina Bodenmann
Leitende Ärztin MSK



Dr. med. Carmen Lienert
Chefärztin Neurologie



Sun-Hee Strein, dipl. Ärztin
Leitende Ärztin Allgemeine
Innere Medizin und Geriatrie

Ihr Weg zu uns

Sie finden das Rehazentrum St.Gallen im Gebäude der Geriatri-schen Klinik. Die Anreise erfolgt ganz einfach mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem PKW.

Mit dem Auto

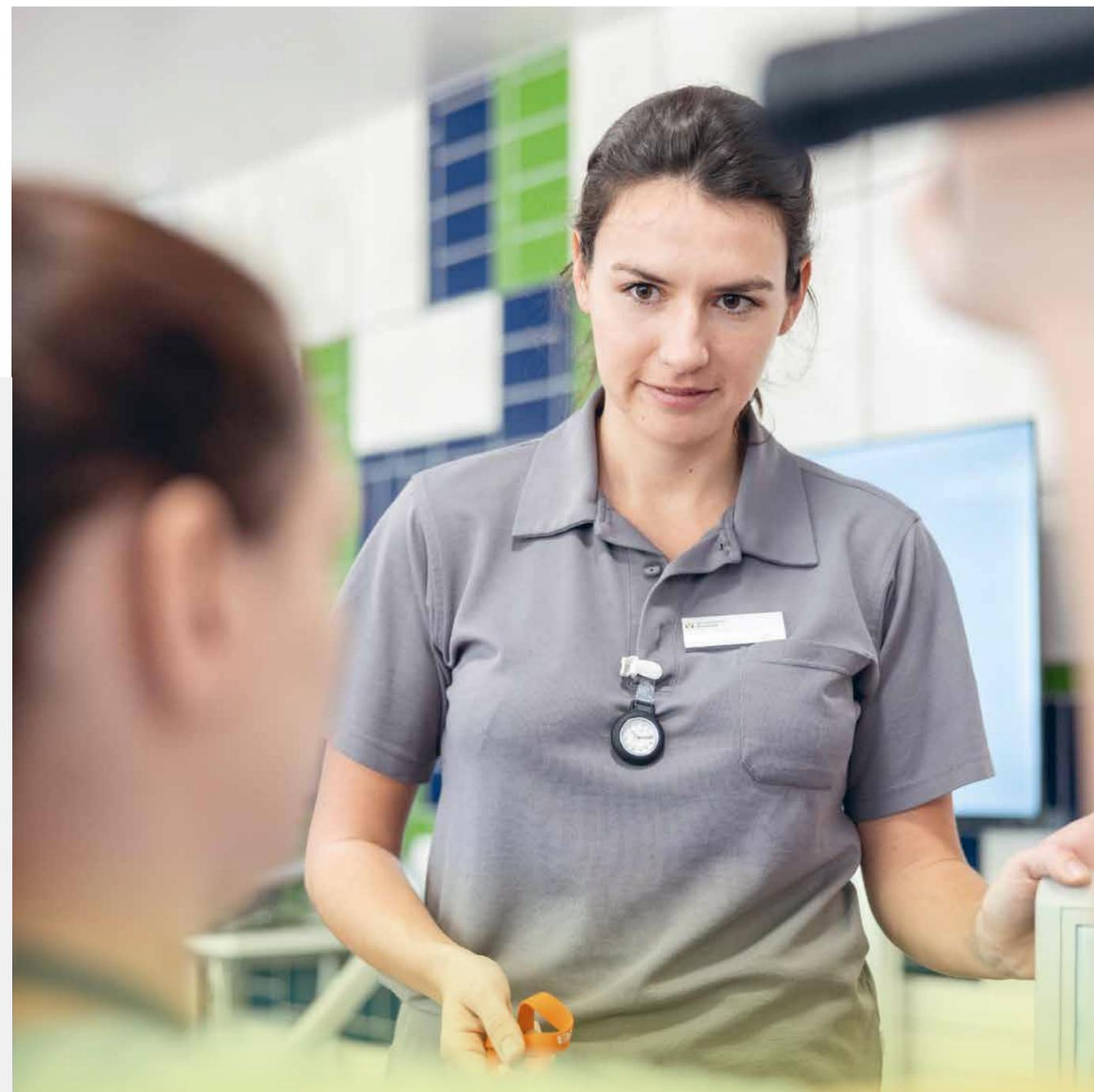
...gelangen Sie über die Autobahnausfahrt «St.Fiden / Spitäler» der A1 stadtein- oder stadtauswärts zum Eingangsschild «Bürger-spital». Auf dem Areal des Kompetenzzentrums Gesundheit und Alter befindet sich eine kleine Anzahl bewirtschafteter und zeit-lich begrenzter Besucherparkplätze. Das Parkplatzangebot 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)



In der Rehabilitation steht der Mensch im Mittelpunkt. Wir kümmern uns um Sie als Person, nicht nur um Ihr Krankheitsbild.

Kliniken Valens – Ihre weiteren Partner für Rehabilitation



Rehazentrum Valens

- ▶ ca. 150 Betten und 460 Mitarbeitende
- ▶ neurologische (Früh-) und muskuloskeletale Rehabilitation



Rehazentrum Walenstadtberg

- ▶ ca. 75 Betten und 170 Mitarbeitende
- ▶ muskuloskeletale, internistisch-onkologische, pneumologische und geriatrische Rehabilitation



Zürcher RehaZentren | Klinik Davos

- ▶ ca. 110 Betten und 250 Mitarbeitende
- ▶ muskuloskeletale, pulmonale, internistisch-onkologische Rehabilitation, psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie



Clinic Bad Ragaz

- ▶ Rehabilitation im Hotel- und Service-Umfeld des Grand Resort Bad Ragaz mit klinischer Betreuung durch die Kliniken Valens
- ▶ 25 Betten und 46 Mitarbeitende
- ▶ neurologische, muskuloskeletale, und internistisch-onkologische Rehabilitation



Rehazentrum Chur

- ▶ 32 Betten und ca. 65 Mitarbeitende
- ▶ muskuloskeletale, internistische und onkologische Rehabilitation



Rehab Academy

- ▶ Fort- und Weiterbildungsprogramm für Mitarbeitende, Fachinteressierte, Patientinnen und Patienten sowie Angehörige
- ▶ Kongresse und Symposien



Zürcher RehaZentren | Klinik Lengg

- ▶ ca. 80 Betten und 320 Mitarbeitende
- ▶ neurologische Rehabilitation



Rheinburg-Klinik Walzenhausen

- ▶ ca. 65 Betten und 200 Mitarbeitende
- ▶ neurologische und muskuloskeletale Rehabilitation



Klinik Gais

- ▶ ca. 180 Betten und 300 Mitarbeitende
- ▶ internistisch-onkologische, kardiologische und psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie, Long-Covid-Programm



Zürcher RehaZentren | Klinik Wald

- ▶ ca. 150 Betten und 420 Mitarbeitende
- ▶ neurologische, muskuloskeletale, kardiovaskuläre, pulmonale und internistisch-onkologische Rehabilitation sowie Frührehabilitation



Ambulante Reha Triemli Zürich

- ▶ neurologische, muskuloskeletale, internistisch-onkologische und pulmonale Rehabilitation

Ab 2025:

- ▶ stationäre Reha im Triemli Spital

Ab 2027:

- ▶ Rehazentrum Triemli Zürich
- ▶ ca. 120 Betten und 250 Mitarbeitende
- ▶ muskuloskeletale, neurologische, kardiologische und internistisch-onkologische Rehabilitation



Ambulatorium Psychosomatik St.Gallen

- ▶ ambulante psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie

Rehazentrum St.Gallen

Rorschacher Strasse 94
CH-9000 St.Gallen
T +41 58 511 61 11
info.st.gallen@kliniken-valens.ch
www.rehazentrum-stgallen.ch

