

# KLINIK *journal.*

Jubiläumsausgabe 06/2026



## KLINIK LIMBERGER

Fachklinik für Orthopädie

# 50 Jahre

### In dieser Ausgabe:

- Übergabe des Staffelstabes von Dr. Herbert Wölfl an Dr. Sylvia Herbort
- Geschichte der Klinik
- Gute Ernährung als Beitrag zum Reha-Erfolg
- Wie der Wiedereinstieg in den Alltag und das Berufsleben gelingt
- Ihr Weg zu einer Rehabilitationsmaßnahme



*...hier macht Gesundheit Laune!*

**FOCUS**  
GESUNDHEIT

**TOP**  
REHAKLINIK  
2026  
ORTHOPÄDIE

FOCUS-GESUNDHEIT.DE

2017-2026

## 50 Jahre Klinik Limberger – Ein kontinuierlicher Wandel

50 Jahre Klinik Limberger – ein Jubiläum, das uns mit großer Freude erfüllt. Im Grunde sind es zwei Jubiläen, die es dieses Jahr zu feiern gibt. Im Jahr 1851 – also vor 175 Jahren – hat sich Hieronymus Fleig aus Obereschach entschieden, in Bad Dürkheim in der Friedenstraße eine Bierbrauerei zu etablieren. Der langsam beginnende Kurbetrieb schien eine gute Gelegenheit zu sein, Gäste in der aufkeimenden Kurstadt mit frischem Gerstensaft zu versorgen. Hätte Hieronymus Fleig diese Idee nicht gehabt, gäbe es die Klinik Limberger heute nicht.

1881 heiratete der Bierbrauer Adolf Limberger aus Bräunlingen die Tochter von Hieronymus Fleig und setzte die Tradition des Bierbrauens fort – bis zur Jahrhundertwende. Nach dem ersten und zweiten Weltkrieg wurden Kriegsoffer in dem zwischenzeitlich längst zur Pension mit Restaurant entwickelten Unternehmen untergebracht. Der Standort wurde bis in die 1960er Jahre immer weiterentwickelt. Bis in den späten 1960er Jahren die Idee für den Bau einer „Kurklinik“ am Stadtrand von Bad Dürkheim entstand. So eröffnete die Klinik im Januar 1976 in der Hammerbühlstraße ihre Pforten.

Seit dieser Zeit haben sich die Anforderungen an die Klinik immer wieder gewandelt – und genauso hat sich die Klinik immer wieder gewandelt. Stand in den ersten Jahren die Kriegsofferversorgung im Vordergrund, war jedoch klar, dass diese im Laufe der Jahre weniger werden würde. So ist Mitte der 1990er Jahre – rechtzeitig vor einer Gesundheitsreform im Jahr 1996 – die Idee zum Ausbau der Behandlung von Patienten nach Hüft- und Kniegelenkoperationen entstanden, deren Verfolgung eine weise Entscheidung unserer Vorgängergeneration rund um unsere Eltern und Schwiegereltern, Johann und Anita Limberger, war.

Seit den späten 1990er Jahren durften wir die Geschicke der Klinik in die Hand nehmen – seit 2005 in alleiniger Verantwortung und mit Unterstützung und der Erfahrung der Gründergeneration. In dieser Zeit ist uns eines immer wieder bewusst geworden: Die Klinik ist genau das, was die Menschen sind, die sie prägen – und das sind insbesondere die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die sich jeden Tag in den Dienst der Menschen stellen, die in der Klinik Unterstützung für ihre Gesundheit suchen.



Joachim Limberger - Klinikleitung

**Wir möchten deshalb allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die uns in all den Jahren begleitet, unterstützt, in herausfordernden Zeiten getragen und aufgebaut haben, ganz herzlich Dankeschön sagen.**

In einer sich stetig wandelnden Gesundheitsbranche braucht es noch etwas zum Gelingen einer Rehabilitationsklinik: verlässliche Partner auf Seiten der Kostenträger, der Akutkliniken, vieler weiterer Akteure im Gesundheitswesen, der Lieferanten und nicht zuletzt der Politik. Mit großer Dankbarkeit können wir heute feststellen, dass es uns gelungen ist, ein Netzwerk des Vertrauens und der gegenseitigen Unterstützung aufzubauen, das das Fundament für den Erfolg der Klinik ist.



Alexandra und Joachim Limberger

Aktuell stehen unser Land und das Gesundheitswesen vor großen Herausforderungen. Eine neue Gesundheitsreform steht an und Strukturen werden sich erneut verändern – so wie die ganzen zurückliegenden Jahrzehnte. Wir werden dafür sorgen, dass die Klinik mit ihrem Angebot für die Bevölkerung der Region auch in den nächsten Jahrzehnten einen wertvollen Beitrag zur Genesung leisten wird. Seit Ende der 2010er Jahre sind die Pläne für einen großen Wurf zur Weiterentwicklung der Klinik mit einem Neubau gemacht. Ende 2024 waren die baurechtlichen Voraussetzungen geschaffen. Die zurückliegende Corona-Pandemie und der unmittelbar danach aufkommende Krieg in der Ukraine haben mit ihren wirtschaftlichen Folgen die Rahmenbedingungen enorm verändert. In dieser Zeit gilt es, umsichtige Entscheidungen zu treffen, die die Entwicklung der Klinik nachhaltig fördern.

Das Ziel für die Zukunft ist klar: Wir wollen eine moderne, verlässliche und wirksame orthopädische Rehabilitation anbieten, sowohl stationär als auch ambulant. Dann werden sich auch Wege zur Realisierung des Ziels ergeben. Daran arbeiten wir mit voller Energie und freuen uns darauf, auch in Zukunft vielen Menschen zu neuer und gestärkter Gesundheit zu verhelfen.

Und das werden wir auch weiterhin getreu unserem langjährigen Motto tun: „Hier macht Gesundheit Laune“.

**Herzliche Grüße**

Joachim & Alexandra Limberger

**Liebe Familie Limberger,  
liebe Mitarbeitende,  
liebe Patientinnen und Patienten,**

ein halbes Jahrhundert Klinik Limberger. Das sind 50 Jahre Arbeit, Erfahrung und Herz für die Menschen, die hier Hilfe und Betreuung suchen und auch finden. Vor allem aber ist es ein Haus, in dem Freundlichkeit und Qualität ganz oben stehen und in dem Patientinnen und Patienten „in besten Händen“ sind.

In dieser Zeit ist eine Rehaklinik entstanden, die für viele Menschen ein verlässlicher Ort der Heilung geworden ist. **Fachkompetenz, Sorgfalt und Herzlichkeit** prägen den Alltag – vom ersten Kontakt über die Vorbereitung bis hin zur erfolgreichen Rehabilitation.

Die Klinik Limberger leistet einen wichtigen Beitrag zur medizinischen Versorgung in Bad Dürkheim und ist zugleich ein bedeutender Wirtschaftsfaktor. Rund zwei Drittel aller Übernachtungen in unserer Kur- und Bäderstadt entfallen auf unsere acht Kliniken – ein klarer Beleg für ihre zentrale Rolle. Gemeinsam arbeiten wir daran, Bad Dürkheim als führenden Kurort weiter zu stärken.



Markus Spettel und Jonathan Berggötz

Denn hier,

**„wo täglich neue Kräfte wachsen“,  
schöpfen Menschen neue Energie  
und finden zurück in ein selbstbestimmtes Leben.**

Seit 1976 ist die Klinik Limberger am Standort Hammerbühlstraße fest in unserer Stadt verankert. Ein klares Leitbild, hohe Qualitätsstandards und ein zertifiziertes Qualitätsmanagement sorgen dafür, dass Patientinnen und Patienten bestmöglich versorgt werden.

Gleichzeitig prägen Werte wie Respekt, Offenheit und persönliche Zuwendung das tägliche Miteinander. Die engagierte Arbeit aller Mitarbeitenden sorgt dafür, dass Patientinnen und Patienten hier nicht nur behandelt, sondern auch gestärkt und motiviert nach Hause entlassen werden. Heute verbindet die Klinik familiäre Atmosphäre mit höchster medizinischer Qualität.

**Ein Leitbild, das Vertrauen schafft  
und weit über Bad Dürkheim hinaus Anerkennung findet.**

Unser Dank gilt allen, die diese Erfolgsgeschichte möglich gemacht haben. Den Gründerinnen und Gründern, allen Mitarbeitenden aller Generationen, den Ärzten, Therapeuten und Pflegekräften sowie allen Partnern im Gesundheitswesen.

Wir gratulieren herzlich zum Jubiläum und wünschen weiterhin Freude an der Arbeit, viel Erfolg und vor allem Gesundheit.

Möge die Klinik Limberger auch in den kommenden Jahren ein Ort sein, **„Wo täglich neue Kräfte wachsen“**, für Patientinnen und Patienten, Mitarbeitende und unsere Stadt.

**Mit herzlichen Glückwünschen**

Jonathan Berggötz  
Bürgermeister  
Bad Dürkheim

Markus Spettel  
Geschäftsführer  
Kur- und Bäder GmbH Bad Dürkheim

## Den Patienten täglich neuen Mut geben

„Es freut mich immer, wenn wir als Team bei unseren Patientinnen und Patienten eine spürbare Verbesserung erreichen.“

Dr. Sylvia Herbort, Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie, ist die Chefärztin im Haus Limberger. Für sie ist ihr Beruf keine Routine, sondern eine Berufung, in die sie viel Energie und Engagement investiert.

**Gesundheit ist eines der höchsten persönlichen Güter und die Grundlage für eine positive Zukunft – unabhängig vom Alter.** Das medizinische Team der Klinik Limberger trägt im Rahmen des Rehabilitationsaufenthalts maßgeblich dazu bei, dass jede Patientin und jeder Patient diese ihre oder seine Gesundheit bestmöglich zurückgewinnt.

„Die individuellen Perspektiven sind dabei ganz unterschiedlich. Ältere Menschen kehren oft selbstbewusst in ihr gewohntes Umfeld zurück und stemmen ihren Alltag zu Hause. Manche brauchen jedoch auch noch Unterstützung und Motivation, um die Selbständigkeit wieder zu erlangen. Jüngere Betroffene hingegen sorgen sich manchmal um ihre berufliche Zukunft, weil sie nicht an ihren Arbeitsplatz zurückkehren können.“

**Es erfüllt mich, wenn wir ihnen helfen können, neue Perspektiven zu finden und ihre Leistungsfähigkeit zu steigern.** Sie schöpfen neuen



Mut und wir können sie mit einem klaren Plan für die Zukunft entlassen“, beschreibt sie die Freude und den Antrieb für ihre Berufung.

Um diese Ziele zu erreichen, ist eine gute Zusammenarbeit im Team entscheidend. In der Klinik Limberger sorgt die interdisziplinäre Kooperation für eine ganzheitliche Betreuung. Diese umfasst unter anderem das Pflegeteam, die Therapeuten, Psychologen, den Sozialdienst, das Küchenteam sowie die Ernährungsberatung, erläutert Dr. Sylvia Herbort.

Die Ärztelaufbahn zeichnete sich im Leben von Dr. Sylvia Herbort bei Zeiten ab. „Naturwissenschaftliche Zusammenhänge haben mich schon früh interessiert, gleichzeitig wollte ich gerne mit Menschen zusammenarbeiten.“ Als Ärztin kann sie beides verbinden. „Das empfinde ich als sehr sinnvoll. Zudem wollte ich einen Beruf erlernen, der Bedeutung hat und Verantwortung erfordert.“

Ihr Studium der Humanmedizin führte sie nach Göttingen. Ihre Spezialisierung in Richtung Orthopädie und Unfallchirurgie führte sie ins Klinikum Tettnang und später an das Hegau-Bodensee-Klinikum in Singen. Sie vertiefte ihre Kenntnisse anschließend in der orthopädischen Rehabilitation. Ihr erster Anlaufpunkt war die Klinik Sonnhalde in Donaueschingen. 2021 legte sie ihre Facharztprüfung im Bereich Orthopädie und Unfallchirurgie ab, und seit 2022 betreut sie mit viel Einsatz die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden der Klinik Limberger, wo sie sich auf jeden Tag in ihrem Beruf freut.

**„Ich freue mich jeden Tag auf meine Arbeit. Immer wieder gelingt es uns, bei unseren Patienten eine spürbare positive Veränderung zu bewirken. Das macht meine Tätigkeit besonders sinnvoll und erfüllend.“**



Dr. Sylvia Herbort

## Mit Leidenschaft die Reha geprägt

26 Jahre war Dr. Herbert Wölfl in der Klinik Limberger tätig. Zunächst als stellvertretender Leiter, während der letzten 20 Jahre als Chefarzt der Klinik. In dieser Zeit hat er tiefgreifende Veränderungen des Gesundheitssystems und in der Entwicklung der Klinik erlebt.

Es war eine Lebens- und Karriereentscheidung, damals als junger Arzt, aus dem Operationssaal in die Rehaklinik zu wechseln. Er arbeitete ursprünglich am Kreisklinikum Schwarzwald-Baar am damaligen Standort Schwenningen. Als die Anfrage kam, von dieser in den Rehabereich zu wechseln, wollte er erst nicht. „Ich wollte operieren“, erinnert er sich im Gespräch. Doch der damalige Chefarzt der Klinik Limberger wurde krank, und er wurde nochmals für eine Vertretungsphase angefragt, was er dann auch übernahm und schließlich sagte er dann doch zu, von der Akutklinik in den Rehabereich zu wechseln, musste jedoch noch seinen Facharzt absolvieren.



„Damals lagen die Jobs für Ärzte nicht auf der Straße, und ich habe mir ein Limit von einem Jahr gesetzt, um nochmals zu entscheiden. Sonst wäre ich aus dem operativen Bereich raus gewesen.“ Doch, nach diesem Jahr entschloss er sich, in der Klinik Limberger zu bleiben.

„Ich habe Entwicklungspotenzial gesehen, die Abteilung aufzubauen, manches zu ändern. Und es kamen andere Sachen hinzu, die nichts mit Medizin zu tun hatten. Wie Personalführung. Das hat auch Spaß gemacht.“

Und er sah noch einen Vorteil: „Die Familie Limberger als Inhaber haben mich machen lassen und sich nicht eingemischt. Ich war die medizinische Leitung.“ Das wusste er sehr zu schätzen, sowohl bei Johann und Anita Limberger, als auch bei ihrem Sohn Joachim Limberger. Denn er wusste von anderen eines: „Viele Kollegen bekamen alles vorgeschrieben, das war bei mir gar nicht der Fall. Ich konnte noch die Abteilung leiten, wie man es sich vorstellt, und das war interessant.“

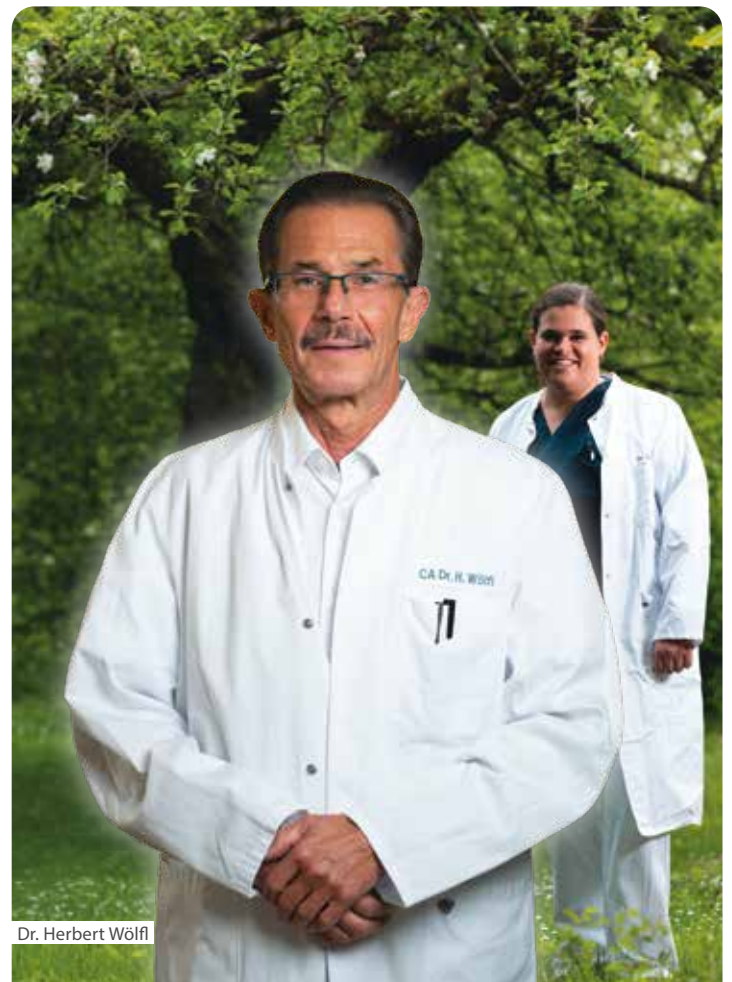
In der Klinik gab es im Jahr 2000, als er in Bad Dürkheim startete, zwei Indikationen: Orthopädie mit etwa 80 Betten und Pneumologie mit etwa 30 bis 40 Betten. Als die Entscheidung fiel, den Bereich Pneumologie aufzugeben, war dies durchaus ein Risiko.

Die Frage, die über allem stand: Bekommt man das Haus voll? Letztendlich war es die richtige Entscheidung, wie die Entwicklung aufzeigen sollte. **So hat man heute drei Schwerpunkte: Hüft- und Knieprothetik sowie neurochirurgische Operationen an der Wirbelsäule.**

In der Behandlung gab es ebenfalls Veränderungen. Heute führen die Unfallchirurgen Knie- und Hüftoperationen minimalinvasiv durch, sprich die Wunde ist nicht groß. Eine Hüftprothese wird von der umgebenden Muskulatur besser gehalten. Die Patienten kommen schneller, meist im Anschluss an die OP in die Reha.

Früher waren größere Schnitte notwendig, das Gewebeumfeld der Hüftprothese war labiler. Meist musste die Wunde zunächst etwas verheilen, damit überhaupt an eine Rehamaßnahme gedacht werden konnte. Es kam mehr als ein Mal vor, dass es in der Reha ausgekugelte Hüftgelenke gab. Diesbezüglich hat sich vieles geändert.

In seiner Rente will Dr. Herbert Wölfl nun einem seiner großen Hobbys noch mehr nachgehen: dem Tauchen und dem Schwimmen. Und hier verrät er, dass er im zeitigen Frühjahr in der Nähe seines heutigen Wohnorts schon im Rhein schwimmen war, bei 12° Celsius Wassertemperatur.



Dr. Herbert Wölfl



Johann und Josefine Limberger  
1950er Jahre  
(Großeltern Joachim Limberger)



Anita Limberger  
(Mutter Joachim Limberger)



Johann Limberger  
(Vater Joachim Limberger)



Die Landwirtschaft um 1900,  
heute Friedenstraße.



Die Restauration A. Limberger um 1901,  
heute Friedenstraße.



Blick auf das ursprüngliche Haus Limberger  
mit dem ersten Anbau, vor 1965,  
im Vordergrund der legendäre Milchpilz.



Haus Limberger vor 1965



Erweiterungsbau Friedenstraße  
Einweihung im Jahr 1966.



Links: Das ursprüngliche Haus, heute  
Peppis Pizzeria, der Zwischenanbau;  
rechts: großer Anbau, Einweihung 1966.



Haus Limberger in der Friedenstraße



Neubau November 1975



Der Bauherr spricht unter  
der Richtkrone 4. Juli 1975.



Die Schlüsselübergabe von Architekt  
Christian Schlenker 1976.



Der Erweiterungsbau  
der jetzigen Klinik 1987/88.



Der Erweiterungsbau der jetzigen  
Klinik aus dem Jahr 1987/88.



Klinik Limberger 2019



Klinik Limberger 2026

# 50 Jahre Klinik Limberger – Unsere Chronik

## 1850

Am 25. November 1850 Heirat von Hieronymus Fleig, Bierbrauer aus Obereschach mit Maria Reich. Neben der Landwirtschaft wird auch ein Bierausschank betrieben. Das Bier wurde selbst gebraut.

## 1901

Adolf Limberger ging „schweren Herzens daran, zwei Zimmer für Kurgäste einrichten zu lassen“, wie es in der Familienchronik heißt.

## 1926

Es gelang, einen Bettenvertrag mit dem Hauptversorgungsamt Karlsruhe zu schließen, weitere Zimmer und Bäder wurden eingerichtet.

## 1947

Das Haus wurde nach dem Krieg wieder für Gäste hergerichtet, der Ausbau des Dachstuhls wurde vollendet. [BILD 2](#)

## 1954

Am 7. August 1954 weihte die Familie Limberger den neu gebauten Saal an der östlichen Giebelseite ein. Dieser wurde unterkellert. Es entstand so ein Weinkeller, ein Vorratskeller, ein Bügelzimmer und eine Waschküche. Im alten Keller richtete die Familie Limberger zwei Kühlräume ein.

## 1955/56

Im Frühjahr 1955 entstand der Garten und die Terrasse. Allerdings war die Heizanlage für das erweiterte Haus Limberger zu klein und es wurde eine neue eingebaut.

## 1965

Der erste große Erweiterungsbau in der Friedenstraße entstand auf dem Gelände des Gartens. [BILD 3](#)

## 1966

Die Einweihung erfolgte am 30. Juli 1966. Das Haus Limberger verfügte nun über 60 Betten. Alle Zimmer waren mit eigenem WC ausgestattet, ein Großteil mit Dusche. [BILD 4, 5](#)

## 1975

Das Richtfest fand am 4. Juli 1975 statt. Der Neubau wurde im November 1975 fertiggestellt. [BILD 8, 9](#)

## 1976

Am Freitag, 9. Januar 1976 wurde der Neubau der Klinik Limberger in der Hammerbühlstraße 5 eingeweiht. Der Neubau verfügte über 81 Einzel- und 19 Doppelzimmer. Darüberhinaus eine Therapieabteilung und ein eigenes Hallenbad. [BILD 10](#)

## 1988

Der Standort Hammerbühlstraße wurde erweitert. [BILD 11,12](#)

## 1988

Die Therapieabteilung wurde umfassend erweitert. Es wurden zusätzliche Therapieplätze sowie ein zusätzliches Schwimmbad für Einzeltherapie geschaffen.

## 1990

Mit dem Eintritt von Dr. Gerhard Schlenker richtet sich die Klinik grundlegend neu aus: neben klassischen Kurgästen werden erstmal Patienten nach Hüft- und Knieoperationen zur Anschlussheilbehandlung in die Klinik aufgenommen.

## 1996

Es erfolgte ein großzügiger Anbau in südlicher Richtung, mit dem 30 zusätzliche Zimmer sowie umfangreiche Einrichtungen zur Etablierung der orthopädischen Anschlussrehabilitation geschaffen wurden. [Bilder?](#)

## 2004

Dr. Herbert Wöfl übernimmt die Leitung der orthopädischen Abteilung als Chefarzt.

## 2010

Um den geänderten Therapieanforderungen gerecht zu werden, wird das in den 80er Jahren geschaffene zweite Schwimmbad umgewidmet und zu einer Medizinischen Trainingstherapie umgebaut.

## 2021

Nachdem 45 Jahre lang sowohl orthopädische als auch Atemwegserkrankungen behandelt wurden, wird der Fokus jetzt allein auf den Fachbereich Orthopädie gelegt, der stark gewachsen ist. Mit großem Dank wird Dr. Hinrich Bremer als Chefarzt der pneumologischen Abteilung verabschiedet.

## 2026

Staffelstabübergabe: Dr. Sylvia Herbort übernimmt die medizinische Leitung der Klinik von Dr. Herbert Wöfl.

## 2026

1976-2026 – 50 Jahre KLINIK LIMBERGER Bad Dürkheim. [BILD 14](#)

## In den Kochtopf geschaut

Ein Reha-Aufenthalt betrachtet die Genesung ganzheitlich - ein wesentlicher Aspekt ist dabei die Ernährung. In der Klinik Limberger leitet Uwe Siedler als Küchenchef das Team, das täglich frische Mahlzeiten zubereitet.

„Für mich ist es entscheidend,  
dass die Zutaten frisch und regional sind“,

erklärt er einen wesentlichen Aspekt und schätzt die Möglichkeit und die Freiheit, diese Philosophie und diese Kreativität in der Klinik Limberger umsetzen zu können. Das bedeutet auch, dass die Gerichte je nach Saison variieren. „Im Sommer bieten wir eher die leichte Küche an und im Winter die deftigeren Mahlzeiten“, erläutert er.

Zwar gehört Diätassistentin Annette Müller nicht direkt zum Küchenteam, steht aber im ständigen Austausch mit ihm, denn bei den Mahlzeiten gibt es einiges zu beachten. **Es gibt fünf verschiedene Essensangebote: normal, vegetarisch, angepasste Vollkost, Reduktionskost und diabetische Kost sowie „Schlank mit Genuss“.**

Bei der Zusammenstellung des jeweiligen Angebots berücksichtigen die Verantwortlichen unterschiedliche Aspekte, von den Kohlehydraten bis zu den Proteinen. Darüber hinaus spielen beispielsweise Allergien und Unverträglichkeiten der Rehabilitandinnen und Rehabilitanden eine wichtige Rolle. „Wir machen vieles möglich“, erklärt Uwe Siedler.

Nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) gibt es zwei Mal in der Woche rein vegetarische Mittagessen, er-

gänzt Diätassistentin Annette Müller. Die beiden sind ein eingespieltes Team. „Wobei das vegetarische Mittagsgesicht bei den Männern manchmal etwas in Frage gestellt wird“, erzählt Uwe Siedler mit einem Augenzwinkern, „vor allem bei denen, die zu Hause nicht selbst kochen.“

Annette Müller erklärt den Neuankömmlingen in der Klinik den wöchentlich festgelegten Speiseplan. Innerhalb dieser Woche kann das Küchenteam jedoch flexibel auf Wünsche reagieren. Beim Frühstück füllen die Gäste ihre Essenswünsche für das Mittagessen aus. Sobald diese Informationen in der Küche vorliegen, beginnt das Team mit den Vorbereitungen für den Mittagstisch. „**Wir können viel Just in Time zubereiten**“, so Siedler. Wobei die Warenbestellungen jeweils montags erfolgen müssen und die Ware donnerstags eintrifft.

**Das erfordert eine präzise logistische Koordination.**

Dem **Küchenchef Uwe Siedler** ist die Kommunikation mit den Gästen besonders wichtig. Dafür setzt das Team auf Feedbackbögen der Rehabilitandinnen und Rehabilitanden, mit denen die Küche Rückmeldungen erhält. Es kommt häufig vor, dass Uwe Siedler persönlich in den Speisesaal geht, um nachzufragen – insbesondere, wenn er merkt, dass einem der Gäste das Essen nicht vollständig schmeckt.

Aus seiner Erfahrung weiß er, dass dahinter unterschiedliche Ursachen stecken können, etwa Unverträglichkeiten, von denen die Küche nicht immer informiert ist. Zwischen dem Speisesaal- und dem Küchenteam findet deshalb ein regelmäßiger Austausch statt. „Die Menschen, die eine ernsthafte Erkrankung haben, die auch mit der Ernährung zu tun hat, sind dankbar, wenn sie merken, dass sie ernst genommen werden“, weiß Uwe Siedler.



Uwe Siedler - Küchenchef

# Wie kann ich gute Ernährung in die Alltagsroutine integrieren und meiner Familie die Bedeutung verdeutlichen?

Seite 9

## Leckeres für zu Hause

Der Reha-Aufenthalt ist beendet und es geht nach Hause. Doch wie lässt sich das Gelernte im Alltag umsetzen? Wie gelingt es, gesundes Essen zwischen Arbeit, Freizeit, Familie und anderen Verpflichtungen zu integrieren?

Annette Müller bietet dabei Unterstützung und Anleitung. Als Diätassistentin weiß sie Rat bei Unverträglichkeiten sowie Allergien und zeigt Wege auf, wie man Adipositas gezielt und erfolgreich entgegenwirken kann. Dabei unterstützt auch die neue **Rezeptbroschüre** der Klinik Limberger.

„Während des Rehaaufenthalts sind Gespräche ein zentraler Baustein, vor allem das aktive Zuhören.“

Annette Müller fungiert oft als Kommunikationsschnittstelle zwischen Küche, Ärzten und Psychologen und verbindet die verschiedenen Fachbereiche. Oftmals ist die Lehrküche Keimzelle dieser Kommunikation. Hier lernen die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden alles rund um gesunde und ausgewogene Ernährung – **stets ohne erhobenen Zeigefinger**.

Es wird von vegetarischen Gerichten, bis zu Fleisch- und Fischmenüs gebraten und gebrutzelt. Das Ziel besteht darin, nach der Reha nicht wieder in alte Gewohnheiten zurückzufallen. Dabei steht Genuss im Vordergrund, ebenso wie der bewusste Umgang mit Fett oder das Ersetzen von Sahne und Crème fraîche durch alternative Zutaten.

„Was zusammen gekocht wird, wird auch gemeinsam gegessen.“



Annette Müller - Diätassistentin

„Die Grundrezepte bleiben zwar gleich, doch der Geschmack variiert bei jeder Zubereitung“, berichtet sie aus der Lehrküche. „Die Teilnehmer sollen ihre Kreativität in der Küche entdecken, mit nach Hause nehmen und dort neue Gerichte ausprobieren.“

### All dies trägt zu einer nachhaltigen Reha bei.

Die Lehrküche ist viel mehr als das reine Kochen. Thematisiert werden Zuckergehalt, Nutri-Score, Eiweiß- und Proteingehalte, wie man mit Kräutern umgeht sowie deren gezielter Einsatz. Außerdem gibt sie hilfreiche Tipps, wo man sich weitere Anregungen holen kann.

Für alle Interessierten ist die neue Rezeptbroschüre aus der Klinik Limberger erschienen, in der Annette Müller und Küchenchef Uwe Siedler Rezepte aus der hauseigenen Küche vorstellen. Diese eignen sich zum Nachkochen zu Hause und zum Variieren.

Zum Kochen gehört der Einkauf – auch hier zeigt Annette Müller Möglichkeiten auf, den Einkaufszettel sinnvoll und planmäßig zu erstellen, Erlerntes in der Reha in seinen individuellen Speiseplan zu integrieren, dass es allen zu Hause am Tisch schmeckt.



Link zur  
Online Version der  
Rezeptbroschüre





## Für einen gelungenen Neustart

Nach der Reha beginnt der Wiedereinstieg in das Berufsleben und in den Alltag. Alte Routinen müssen neu gestaltet werden, Neues integriert werden und zur Routine werden – dazu zählt auch die Bewegung. Und teilweise gilt es, den Arbeitsplatz entsprechend anzupassen.

Bewegung bedeutet nicht zwangsläufig Sport. Schon ein Spaziergang kann ausreichend sein. Entscheidend ist die Bewegung an sich und die Motivation, welche die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden mit nach Hause nehmen. Sie können und müssen zu Hause weiterhin an ihren persönlichen Zielen arbeiten. Die Motivation für körperliche Aktivitäten soll aus der Reha mit nach Hause genommen und dort in die Alltagsroutine verankert werden. Auch für den Berufsstart bietet die Reha wertvolle Impulse, die den Wiedereinstieg erleichtern.

Die beiden zentralen Fragen zum Ende der Reha lauten:

**Wie geht es weiter? Und: Was kann ich noch tun, um mein gestecktes Ziel zu erreichen?**

Dr. med. Sylvia Herbort weiß, was gegen das Nichtstun zu Hause hilft: „Wir geben dem Patienten beispielsweise den Tipp, sich feste Sporttermine im Handy zu speichern. Nur durch eine feste Routine wird das Training regelmäßig absolviert, sonst macht man es nicht“, weiß sie aus Erfahrung. Und damit die Rehapatientinnen und -patienten es einfacher haben, bekommen diese **krankheitsbezogenen Übungsblätter** mit. Beate Stolz, Leiterin der Therapieabteilung, betont: „Diese Übungsblätter ersetzen grundsätzlich nicht die Nachbehandlung zu Hause.“

Es ist aber besser, als nur zweimal die Woche den Physiotherapeuten aufzusuchen. Zusätzlich empfiehlt sie, die Kräftigung durch eine Mitgliedschaft im Fitnessstudio oder eine Medizinische Trainingstherapie zu ergänzen. Diese Angebote ergänzen sich und schaffen gemeinsam ein ganzheitliches Behandlungskonzept.

Ein weiterer Schwerpunkt sind **Entspannungsübungen** und **Schmerzbewältigung**. Die Chefärztin und ärztliche Leiterin Dr. Sylvia Herbort erläutert: „Viele Patienten nehmen bei uns regelmäßig an der **progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen** teil. Dabei lernen sie Entspannungsübungen für zu Hause. Unsere Psychologen haben in den Schmerzbewältigungsgruppen gezielt Entspannungsübungen integriert, die die Patienten ebenfalls zu Hause fortführen können.“



Für den Wiedereinstieg ins Berufsleben bietet die Klinik ein **gezieltes Arbeitsplatztraining an**. Zusätzlich geben die Fachkräfte individuelle Empfehlungen, wie der Arbeitsplatz je nach Erkrankung angepasst werden sollte – diese sind individuell von der Werkstatt bis zum Büro.

Die medizinischen Verantwortlichen der Klinik Limberger empfehlen, auf Basis einer Beurteilung durch den jeweiligen Betriebsarzt **Optimierungen am Arbeitsplatz** einzuleiten. Es ist somit ein rundum Paket, welches die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden mit auf den Weg zur Genesung bekommen – **umsetzen müssen sie dies jedoch selbst**.

# Wiedereinstieg in den Alltag. Wie kann ich Reha-Inhalte in den Alltag übernehmen?

Seite 11

## Damit das Leben wieder Freude bereitet

Sport ist ein wesentlicher Faktor, um langfristig fit und gesund zu bleiben. Dabei müssen nicht sofort große Ziele gesetzt werden. Ähnlich wie bei der Tour de France geht es vielmehr darum, Etappen zu meistern, bei denen sich der Anspruch Schritt für Schritt steigern lässt.

Zu Beginn eines Rehaaufenthalts formulieren die medizinischen Fachkräfte gemeinsam mit der Rehabilitandin und dem Rehabilitanden konkrete Ziele.

Im Mittelpunkt stehen dabei zwei zentrale Fragen:

**Warum hat sich die Person für eine Operation entschieden? Was soll die Reha erreichen?**

Im Fokus steht, die Lebensqualität der Patientin und des Patienten schrittweise zu verbessern.

Zum sportlichen Training und zum Erfolg der Reha gehören zudem Entspannungsübungen. **Auch hier gilt: Übung macht den Meister.**



Die einzelnen Bestandteile der Rehabilitation greifen wie Zahnräder eines Uhrwerks ineinander und bilden ein umfassendes Gesamtkonzept. Die leitende Ärztin Dr. med. Sylvia Herbort weiß aber auch: „Frisch Operierte sind oft übermotiviert und vergleichen die jetzige Situation mit der früheren. Wir zeigen ihnen, dass sich die Fortschritte jeden Tag zeigen.“ **Es werden so wichtige Meilensteine auf dem Weg zur Mobilität und mehr Lebensfreude gesetzt.**

Beate Stolz betreut als Abteilungsleiterin der Therapieabteilung mit ihrem Team die Rehabilitanden unter anderem im Fitnessraum an den



Geräten der **Medizinischen Trainingstherapie**. „Es gibt oft falsche Vorstellungen über das Fitnesstraining“, erklärt sie. „Wichtig ist zunächst, ob die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden überhaupt mit dem Gerätetraining zurechtkommen.“

**„Obwohl mancher zu Beginn skeptisch ist, am Ende lieben sie es.“**

Um den Rehaaufenthalt nachhaltig zu gestalten, erhalten die Patientinnen und Patienten zudem während der Reha **Übungsblätter**, die sie mit nach Hause nehmen können, um dort selbstständig an ihrer Genesung zu arbeiten.

In den vergangenen Jahren haben sich die Abläufe in der Rehabilitation deutlich verändert, weshalb die Kliniken ihre Konzepte entsprechend anpassen mussten. „Früher verbrachten die Patienten 14 Tage in der Klinik und anschließend vier Wochen in der Reha. Heute sind es fünf Tage in der Klinik und meist nicht einmal mehr ganz drei Wochen in der Reha“, erläutert sie.

Diese Veränderungen resultieren aus Gesundheitsreformen und Kosteneinsparungen der Kostenträger. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, die Rehabilitation so effizient wie möglich zu gestalten, ohne die Belastbarkeit der Patienten nach einer Operation zu überschreiten. **Im Mittelpunkt steht der individuelle Blick auf die Person.**

Die Patienten sollen gefordert, aber nicht überfordert werden. „Innerhalb von ein bis eineinhalb Wochen müssen die Reha-Patienten in der Klinik spüren, dass ihnen das Training gut tut. **Nur dann setzen sie den Sport fort und integrieren ihn auch zu Hause in ihren Alltag.**“

### Impressum

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich  
KLINIK LIMBERGER GmbH & Co.KG  
Hammerbühlstraße 5 · 78073 Bad Dürkheim  
Telefon 07726 / 664-0 · Fax 07726 / 664-114

Texte: Wilfried Strohmeier, bucharchitekt.de

Layout/Gestaltung: Victoria Latzke, grafikdesign-donaueschingen.de

Bildquellen: Tobias Ackermann, Patrick vom Berg, Adobe Stock

# Ihr Weg zu einer Rehabilitationsmaßnahme

## Arzt prüft

1. Rehabilitationsbedürftigkeit
2. Rehabilitationsfähigkeit
3. Die positive Rehabilitationsprognose und stellt den Rehabilitationsantrag beim **zuständigen Kostenträger**.

### Weitere mögliche Kostenträger

- gesetzliche Unfallversicherung
- Jugendhilfe
- Kriegsopferversorgung
- Sozialhilfe

## Gesetzliche Rentenversicherung (DRV)

|      |                                                                                                                                                                                                                                   |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wer  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Erwerbstätige</li><li>• Arbeitssuchende</li><li>• Erwerbsfähige</li><li>• Kinder &amp; Jugendliche</li><li>• Onkologische Reha</li><li>• Befristete Erwerbsminderungsrente</li></ul>      |
| Ziel | Verbesserung bzw. Wiederherstellung der Erwerbsfähigkeit wenn diese durch Krankheit und/oder körperlicher, seelischer oder geistiger Behinderung erheblich gefährdet oder gemindert ist. Es gilt der Grundsatz: „Reha vor Rente“. |

## Gesetzliche Rentenversicherung (GKV)

|      |                                                                                                                                                                                            |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wer  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Rentner</li><li>• Unbefristete Erwerbsminderungsrente</li><li>• Kinder &amp; Jugendliche</li><li>• Nicht Erwerbstätige (z.B. Hausfrauen)</li></ul> |
| Ziel | Behinderung oder Pflegebedürftigkeit soll abgewendet, gemindert, beseitigt oder ausgeglichen werden. Es gilt der Grundsatz: „Reha vor Pflege“.                                             |

## Wunschklinik

Im Rehaantrag kann eine Wunschklinik explizit angegeben werden. Diesem Wunsch wird von der Rentenversicherung entsprochen, wenn:

- zwischen der Klinik und der DRV ein Belegungsvertrag geschlossen wurde
- die Klinik die fachlichen Voraussetzungen, für die zu behandelnde Indikation hat

Entspricht die gewünschte Klinik nicht den Kriterien, gibt die DRV vier Kliniken zu Auswahl, von denen der Versicherte innerhalb von 14 Tagen eine auswählen muss.

## Wunschklinik

Im Rehaantrag kann eine Wunschklinik explizit angegeben werden. Gemäß des Wunsch- und Wahlrechts nach § 9 SGB IX hat die Krankenkasse dem zu entsprechen, wenn:

- die Klinik nach § 111 SGB V zugelassen ist
- die Klinik über ein Qualitätszertifikat nach § 37 (3) SGB IX verfügt
- der Klinikwunsch der persönlichen Lebenssituation (Alter, Geschlecht, Familie, Weltanschauung) entspricht

Sind die oben genannten Kriterien nicht erfüllt, kann die Krankenkasse den Aufenthalt in dieser Klinik dennoch genehmigen, wenn der Versicherte die Mehrkosten gegenüber einer von der Krankenkasse vorgeschlagenen Klinik trägt. Die fachliche Qualifikation muss jedoch zwingend gegeben sein.

## ggfs. Ablehnung der Maßnahme (insgesamt oder z.B. Wunschklinik) durch Bescheid

Eingangsdatum ist Beginn der Rechtsmittelfrist. **Widerspruch schriftlich innerhalb von einem Monat nach Bescheidzugang möglich.** Am Besten mit dem Arzt besprechen und rechtlichen Rat einholen (z.B. [www.arbeitskreis-gesundheit.de](http://www.arbeitskreis-gesundheit.de))

## bei Genehmigung: Dauer und Kosten

- Die Regeldauer beträgt 21 Tage, je nach Indikation auch länger.
- Die Kosten werden von DRV voll übernommen.
- Der gesetzliche Eigenanteil beträgt 10 €/Tag für maximal 28 Tage/Jahr. Eventuelle Krankenhausaufenthalte werden angerechnet.

## bei Genehmigung: Dauer und Kosten

- Die Regeldauer beträgt 21 Tage.
- Die Kosten werden von GKV voll übernommen.
- Der gesetzliche Eigenanteil beträgt 10 €/Tag für maximal 28 Tage/Jahr. Eventuelle Krankenhausaufenthalte werden angerechnet.

## Wiederholung ist nach vier Jahren möglich

Im Einzelfall ist bei dringenden medizinischen Gründen auch eine Wiederholung vor vier Jahre möglich. Es erfolgt eine Einzelfallprüfung.

*Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!*



KLINIK LIMBERGER

Hammerbühlstraße 5 · 78073 Bad Dürkheim  
Telefon 07726 / 664-0 · Fax 07726 / 664-114

[www.klinik-limberger.de](http://www.klinik-limberger.de)

