

Checkliste

Unsere Checkliste gibt Ihnen eine Übersicht, was Sie vor Ihrer Rehabilitation unbedingt noch tun sollten. Außerdem hilft Sie Ihnen beim Kofferpacken, damit Sie nichts vergessen.



Rechtzeitig vorher zu erledigen

- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber rechtzeitig über den Beginn Ihrer Rehabilitation.
- Bitten Sie Ihre behandelnde Ärztin beziehungsweise Ihren behandelnden Arzt, Ihnen alle wesentlichen Befunde zur Einsichtnahme mitzugeben (zum Beispiel Röntgenbilder, EKG- und Labordaten, Arztbriefe, Entlassungsberichte aus dem Krankenhaus).
- Füllen Sie unseren Fragebogen aus und bringen Sie ihn mit.

Medikamente, Hilfsmittel und wichtige Unterlagen

- alle Medikamente, die Sie nach ärztlicher Verordnung regelmäßig einnehmen in ausreichender Menge
- orthopädische Hilfsmittel (Knie-, Wirbelsäulenbandagen usw.)
- medizinische Unterlagen (aktuelle Arztberichte, Laborbefunde, Therapieberichte, Röntgenpass, Allergiepass, Diabetikerausweis usw.)
- Impfpass
- Röntgenpass (sofern vorhanden)
- Versichertenkarte Ihrer Krankenkasse für Notfälle oder Behandlungen, die nicht in der Klinik stattfinden können
- Diabetikerausweis, Blutzuckermessgerät, Gerinnungsausweis, Allergiepass (sofern vorhanden)
- Kopie der Patientenverfügung (sofern vorhanden)

Das darf im Bad nicht fehlen

- Zahnpasta und Zahnbürste (ggf. mit Ladekabel)
- Duschgel, Shampoo, Seife
- Gesichtsscreme und persönliche Pflegeprodukte

- Deo und Parfum
- Haarbürste oder Kamm und Föhn
- Rasierer und Rasierschaum

Für die Therapien und die Freizeit

- Sportkleidung sowie bequeme und wetterfeste Kleidung
- Badesachen, Bademantel und Badelatschen sowie einen Beutel für die nassen Badesachen
- Strand- bzw. Badelaken (für Strandbesuche)
- Turnschuhe mit einer hellen Sohle
- Sportschuhe für Aktivitäten im Freien
- festes Schuhwerk für Wanderungen
- Oberbekleidung und Hosen
- Unterwäsche, Socken und Schlafanzug

Kann nicht schaden

- Sonnenschutzmittel
- Insektenschutzmittel
- Waschmittel und Wäscheklammern
- Trinkflasche
- Sonnenbrille
- Wecker

Zu guter Letzt

- Bargeld, EC-Karte oder Kreditkarte
- Smartphone
- Ladekabel für elektronische Geräte
- Brille oder Kontaktlinsen mit Lösungsmittel
- Hausschuhe
- bei Bedarf Ihr eigenes Kopfkissen
- ein gutes Buch und ein Foto Ihrer Liebsten