



agile+ zurück ins LEBEN



ROSENKLINIK  
*Rapperswil*

SWISS MEDICAL NETWORK MEMBER

# Inhalt

Prothetik auf höchstem Niveau _____	3
Wann braucht es eine Knie- oder Hüftprothese? _____	4
Das ist agile+ _____	7
Vorbereitung auf die Operation _____	8
Nach der Operation _____	9
Anreise _____	11



# Prothetik auf höchstem Niveau

Die Rosenklinik setzt in der Orthopädie und insbesondere in der Prothetik auf agile+.

agile+ ist ein international bewährtes, ganzheitliches Behandlungskonzept, das Sie als Patientin oder Patient ins Zentrum stellt. Es basiert auf drei Grundpfeilern: Wissen, Bewegung und persönliche Betreuung.

In dieser Informationsbroschüre erfahren Sie mehr über den Behandlungspfad.

# Wann braucht es eine Knie- oder Hüftprothese?

Eine Prothese ist bei fortgeschrittener Arthrose, bei einem Oberschenkelhalsbruch (Überlastungsschäden) oder nach einem Unfall ratsam, um eine möglichst schmerzfreie Beweglichkeit und Mobilität zurückzugewinnen. Prothesen werden nur eingesetzt, wenn konservative Therapien nicht mehr zum gewünschten Erfolg führen.

## **VOLKSKRANKHEIT ARTHROSE**

Arthrose ist eine häufige Gelenkerkrankung, bei der sich der Gelenkknorpel fortschreitend und irreparabel abbaut. Der Knorpel besitzt keine Schmerzrezeptoren, daher werden Schäden oft erst in einem späten Stadium wahrgenommen. Begünstigt wird Arthrose durch Übergewicht, Unfälle, angeborene Fehlstellungen, gelenkbetonte Sportarten oder Berufe sowie den natürlichen Alterungsprozess. Besonders häufig tritt Arthrose im Knie- und Hüftgelenk auf. Sie ist der häufigste Grund, weshalb ältere Menschen nicht mehr aktiv sind. Zwischen 35 und 55 Jahren zeigen 5% der Personen Arthrose im Röntgenbild.

Arthrose muss nicht zwingend operiert werden. Oft reichen konservative Therapien, um ein schmerzarmes Leben zu ermöglichen. Dazu gehören eine gelenkschonende Lebensweise, Medikation, Gewichtabnahme, Physiotherapie sowie orthopädische Hilfsmittel. Erst wenn diese Massnahmen nicht zum gewünschten Erfolg führen, wird eine Operation in Betracht gezogen. An der Rosenklinik werden Gelenkersatzoperationen entlang des Behandlungskonzepts agile+ durchgeführt.

## **OPERATION MIT AGILE+**

agile+ steht für eine schonende Operation, das heisst, die Anästhesie, die Operationstechnik und das Schmerzkonzept werden so an Sie angepasst, dass eine Mobilisation am Tag des Eingriffes ermöglicht wird. Dadurch wird der Genesungsprozess positiv beeinflusst. Detaillierte Informationen zum Operationsverfahren erhalten Sie zum gegebenen Zeitpunkt von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.





## Vorteile von agile+

- Gut informiert, sind Sie weniger ängstlich und erholen sich schneller: Wir machen Sie zum Experten, denn Genesung beginnt im Kopf
- Optimiertes und schonendes Operationsverfahren
- Weniger postoperative Schmerzen
- Reduktion postoperativer Komplikationen
- Persönliche Betreuung vor, während und nach dem Klinikaufenthalt: Wir helfen Ihnen, sich selbst zu helfen
- Schnelleres Zurückerlangen Ihrer Fähigkeiten, um den Alltag zu bewältigen

# Das ist agile+

agile+ ist ein international bewährtes, ganzheitliches Behandlungskonzept, das Sie als Patientin oder Patient ins Zentrum stellt. Es basiert auf drei Grundpfeilern: Wissen, Bewegung und persönliche Betreuung.

## **WISSEN**

Ihr Wissen ist ein wichtiger Bestandteil von agile+. Bereits vor der Operation werden Sie vollumfänglich informiert und bekommen klare Verhaltensempfehlungen für die Zeit nach dem Eingriff. An einer Informationsveranstaltung vor der Operation erhalten Sie ausserdem die Möglichkeit, sich mit unseren Fachkräften sowie anderen Patientinnen und Patienten auszutauschen. agile+ macht Sie zum Experten, denn Ihre Genesung beginnt im Kopf.

## **BEWEGUNG**

Bewegung ist das Motto: agile+ begleitet Sie eng und aktiviert Sie schneller und konsequenter als bisherige Behandlungsverfahren. Dank schonenden Operationsverfahren, konsequenter Pflege, Physiotherapie und eingehenden Voruntersuchungen werden Sie bereits am Operationstag wieder mobilisiert. Das bedeutet: Sie stehen wenige Stunden nach dem Eingriff wieder auf eigenen Beinen und gehen Ihre ersten Schritte. agile+ steht ausserdem für eine ressourcenorientierte und -fördernde Pflege. Wir helfen Ihnen, sich selbst zu helfen, und garantieren so eine optimale Genesung.

## **PERSÖNLICHE BETREUUNG**

Ein interdisziplinäres Team betreut Sie eng und persönlich. Unsere Fachkräfte des Care Managements halten dabei die Fäden für Sie in der Hand. Sie begleiten Sie während des ganzen Prozesses und über Ihren Klinikaufenthalt hinaus. Ergänzend steht Ihnen eine patientenbezogene App zur Verfügung, in welcher Sie das Übungsprogramm der Physiotherapie, Informationen und Kontaktangaben finden.



# Vorbereitung auf die Operation

Ihr Wissen ist ein wichtiger Grundpfeiler von agile+. Sie werden bereits vor der Operation vollumfassend über den Eingriff und die Zeit danach informiert und instruiert. Dies geschieht einerseits an einer der Informationsveranstaltungen, die wir regelmässig für unsere Patientinnen und Patienten durchführen; andererseits in persönlichen Gesprächen mit Physiotherapie, Anästhesie und Care Management bis spätestens zwei Wochen vor dem Klinikeintritt. Mit Ihrer aktiven Beteiligung tragen Sie massgebend zum Genesungsprozess bei.

## **PRÄOPERATIVE PHYSIOTHERAPIE**

Dank agile+ wissen Sie genau, was nach der Operation auf Sie zukommt. Unsere Physiotherapie instruiert und schult Sie bereits vor dem Eingriff. Sie erhalten Übungen für den Muskelaufbau, konkrete Verhaltensempfehlungen sowie eine Stock-Instruktion.

## **ANÄSTHESIESPRECHSTUNDE**

Die Anästhesiesprechstunde dient der Besprechung Ihres Gesundheitsfragebogens und der Aufklärung und Definition des Narkoseverfahrens. Sie erhalten konkrete Informationen zur Medikamenteneinnahme und wissen genau, wie Sie sich optimal und sicher auf Ihren Operationstag vorbereiten.

## **CARE MANAGEMENT**

Gute Genesung bedingt ein gutes Umfeld. Unsere Fachkräfte des Care Managements begleiten Sie über den gesamten Behandlungszeitraum und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Sie organisieren Ihre individuelle Nachsorge nach dem Klinikaufenthalt. Darüber hinaus machen sie Sie mit den Phasen Ihrer Genesung vertraut, instruieren Sie in der Anwendung einer Schmerzskala sowie auf Wunsch in der Verwendung unserer App, in welcher unter anderem konkrete Übungen der Physiotherapie und Fragebögen für den Behandlungszeitraum enthalten sind.

# Nach der Operation

Sie kennen es aus dem Alltag: Je länger man liegt, desto schwerer fällt es wiederaufzustehen. Das trifft auch auf die Zeit nach einer Operation zu. Im Kern von agile+ steht darum die frühestmögliche Mobilisierung.

Bereits wenige Stunden nach der Operation unterstützt Sie unser Fachpersonal beim Aufstehen und Gehen. Diese frühe Aktivierung verbessert Ihre Beweglichkeit, verringert Schmerzen wie auch das Thrombose- und Pneumonierisiko. In der Rosenklinik arbeiten wir zudem nach dem Konzept der patientenorientierten Pflege: Wir helfen Ihnen bei allen Handlungen, die Sie operationsbedingt nicht selbst durchführen können, und sorgen dafür, dass Sie umgehend wieder selbstständig sind. Ihre Aufgabe wird es sein, sich mehrmals täglich zu bewegen und Ihr Übungsprogramm auszuführen. Während des Aufenthaltes steht Ihnen ein bequemer Pflegestuhl zur Verfügung, in welchem Sie tagsüber verweilen können. Sie tragen mit Ihrer aktiven Beteiligung massgebend zum Genesungsprozess bei.

Nach dem Klinikaustritt treten Sie Ihre vorbesprochene und bereits organisierte individuelle Nachbehandlung an. Unser Care Management erkundigt sich telefonisch nach Ihrem Befinden und steht bei Fragen auch weiterhin zur Verfügung.



# Anreise

Die Rosenklinik ist zentral in Rapperswil in Bahnhofsnahe gelegen und sowohl mit dem Auto als auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar. Rund um die Klinik befinden sich mehrere gebührenpflichtige öffentliche Parkplätze. Privatversicherten stehen Parkplätze in unserer Garage zur Verfügung.

## AUTO

### Via A3

Pfäffikon SZ via Seedamm, rechts Richtung Jona einspuren, dann auf Güterstrasse abbiegen.

### Via A53

Ausfahrt Rapperswil/Rüti-Süd, Richtung Rapperswil (Rütistrasse, Zürcherstrasse), Parkplatz-Signalisationen «Teuchelweiher», «Manor» oder «Bahnhof» folgen.

## BAHN

Rapperswil wird von der S-Bahn aus allen Regionen um den oberen Zürichsee, aus dem Zürcher Oberland und aus Zürich im Viertel- oder Halbstundentakt bedient.

## BESUCHSZEITEN

Montag bis Sonntag: **10.00 – 20.00 Uhr.**

## EMPFANG

Montag bis Donnerstag: **6.30 Uhr – 20.00 Uhr,**

Freitag: **7.30 Uhr – 20.00 Uhr.**

Am Wochenende ist die Rezeption nicht durchgehend besetzt. Besucherinnen und Besucher werden vom Pflegepersonal empfangen.

Tel. **+41 55 220 70 00**

## PATIENTENDISPOSITION

Montag bis Freitag, **8.00 Uhr – 16.00 Uhr**

Tel. **+41 55 220 70 03**



Mit dem QR-Code finden Sie unsere Klinik auf Google Maps.

Rosenklinik Rapperswil · Güterstrasse 21/23 · CH-8640 Rapperswil · Tel. +41 55 220 70 00 · [www.rosenlinik.ch](http://www.rosenlinik.ch)



Benutzen Sie den abgebildeten QR-Code für weiterführende Informationen zu unserer Klinik.