

## TERMIN VORMERKEN

# RIT wieder im Programm

Was haben wir es doch immer mit Abkürzungen, liebe Leserin, lieber Leser. Ich weiß nicht, was Ihnen Ihre Fantasie suggeriert, wenn Sie die Kürzel „RIT“ lesen. Dabei ist es ganz einfach. „RIT“ steht für „Rheuma-Info-Tag“. Das Format, das die Bremer Rheuma-Liga Ihnen alljährlich im Frühjahr geboten hat. Dann kam uns die Pandemie dazwischen und wir mussten den „RIT“ ausfallen lassen. Schade.

Aber nach dem letzten Rheuma-Info-Tag ist vor dem nächsten Rheuma-Info-Tag. Es gibt ihn noch. Und wie. Am 7. September dieses Jahres startet die Veranstaltung im Forum K des Rote-Kreuz-Krankenhauses. Wie frühere Besucherinnen und Besucher sofort gemerkt haben, an altbekannter Stätte. Und wie beim letzten Mal soll sich die Veranstaltung wieder aus zwei Blöcken zusammensetzen.

Im ersten Teil hält Dr.med. Ingo Arnold, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Bereich Orthopädie und operative Rheumatologie, Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen einen Vortrag über „Mythen und Fakten zu Muskel- und Gelenkschmerzen“ und Dr. med. Alexander Puls, Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie sowie Chefarzt der Rheumaklinik Bad Wildungen referiert über „Diagnostik und Therapie von Rheumatischen Erkrankungen“. Danach gibt's einen kleinen Snack und die Gelegenheit an verschiedenen Informationsständen das eigene Wissen zu aktualisieren. Im zweiten Teil kommt die Action. Verschiedene Übungsgruppen zeigen einen Ausschnitt aus ihrem Trainingsprogramm. Und Sie



Informationsstand der Rheuma-Liga Bremen

sollen möglichst hineinschnuppern und mitmachen. Bewegung ist Trumpf!

Soweit Corona es zulässt, wollen wir das Ganze musikalisch einrahmen. Sie bekommen also auch noch etwas auf die Ohren! Man sieht, bei der Bremer Rheuma-Liga ist wieder richtig was los! Bitte nun den Kalender zücken und den Termin, **07.09.2022, 17.00 Uhr**, im RKK notieren. Wie sagt man neudeutsch? Save the date!

Bitte kurz vor dem Termin noch mal in der Zeitung oder besser noch auf unserer Homepage **www.rheuma-liga-bremen.de** nachlesen, ob es Aktualisierungen zum „RIT“ gibt. Ich rechne mit Ihnen und freue mich auf Sie.

Ihr **BERND HAAR**, Vorsitzender

## GEGLÜCKTER RESTART

# Ergotherapie-Kurs wieder gestartet

Nach dem coronabedingten Ausfall mehrerer Ergotherapiegruppen waren die nunmehr neun Teilnehmenden froh, dass die Bremer Rheuma-Liga kürzlich wieder mit einem Ergotherapiekurs durchgestartet ist. Dieser findet unter anderen Bedingungen und mit einer uns bisher unbekannteren, jungen und sehr sympathischen Therapeutin statt. Der Besprechungsraum der Rheuma-Liga - deren Geschäftsstelle befindet sich ja direkt in der Innenstadt - eignet sich durchaus für die begrenzte Teilnehmerzahl. Er lässt sich lüften, hat zusätzlich einen Raumlüfter, ist ruhig und gut per ÖPNV zu erreichen. Einzig die Teilnehmenden, die per Auto kommen stöhnen über die hohen Parkgebühren. Aber dies ist das typische Problem der Innenstädte.

Unsere Kursleiterin Nadine Vogel ist Ergo- und Physiotherapeutin und macht abwechslungsreiche Angebote und be-

schränkt sich dabei nicht nur auf die Hände. So gibt es auch Entspannungs-/Lockerungsübungen, die auf dem Stuhl „geturnt“ werden. Wir staunten, was man mit dem Blatt von einer Küchenrolle alles anfangen und in wie viel winzige Krümelchen man es zerlegen kann. Insgesamt ist die Stimmung nach den ersten Sitzungen, in denen sich die Gruppe aber schnell zusammenfand, bestens. Übrigens trifft sich ein „harter Kern“ der bisherigen Ergotherapie-Gruppen schon seit den Lockerungen vor einigen Monaten immer mal wieder zur Kaffeerunde. Der Kontakt untereinander blieb auch in der Zwangspause erhalten. Wir sind froh, dass wir nun wieder tätig werden können und nach diesem gelungenen Wiederanfang startet Anfang Mai ein zweiter Kurs. Es läuft also gut an! ←

*Uwe Grote, Teilnehmer der Ergotherapiegruppe*



Nadine Vogel, Ergo- und Physiotherapeutin

## Ergotherapie

Wenn die Fingergelenke in ihrer Funktion eingeschränkt sind, so ist die gesamte Mobilität stark beeinträchtigt. In unserer Ergotherapiegruppe erhalten Sie von unserer ausgebildeten Ergotherapie Anleitungen zur Mobilisierung der Finger. Diese gelenkschonenden Finger-Übungen sollen Ihnen helfen, das größtmögliche Bewegungsausmaß der Fingergelenke zu erhalten und die Finger- und Handmuskulatur zu kräftigen. Auch den typischen, rheumatisch bedingten Veränderungen kann durch die Übungen entgegen gewirkt werden.

In entspannter Atmosphäre, wo Lachen erlaubt ist, werden auch Übungen für die Mobilität der Arme und der Füße angeboten, immer unter Berücksichtigung einer gesunden Haltung und Atmung.

### **Alleine üben macht keinen Spaß! Daher bieten wir Ihnen Gruppenkurse an:**

**Kursleitung:** Nadine Vogel, Ergotherapie

**Ort:** Geschäftsstelle Rheuma-Liga Bremen, Jakobistr. 22, 28195 Bremen

**Termine:** Mittwochs, 12.30–13.15 Uhr und Mittwochs, 13.20–14.05 Uhr

**Kosten:** für Rheuma-Liga-Mitglieder pro Halbjahr € 15,00

INTERVIEW MIT DANIEL LEUFGENS

# Kältekammer ist ein Highlight

**Liebe Leserin, lieber Leser, in unregelmäßigen Abständen stellen wir im Bremen-Teil der „mobil“ Persönlichkeiten vor, mit denen wir kooperieren oder enger zusammenarbeiten. 2020 ist eine Delegation der Bremer Rheuma-Liga in der Rheumaklinik in Bad Wildungen gewesen. Diese Klinik ist für uns interessant, weil sie von der Deutschen Rentenversicherung Oldenburg-Bremen betrieben wird. Deshalb kommen auch viele Rehabilitand\*innen aus Bremen und Umgebung, die an Rheuma erkrankt sind, in diese Einrichtung. Nun wurde die Position des kaufmännischen Leiters der Klinik mit Daniel Leufgens neu besetzt. Ein Grund, mit ihm ein Interview zu führen.**

**Rheuma Liga Bremen e.V.: Herr Leufgens, Sie sind seit dem 05.01.2022 neuer Kaufmännischer Leiter der Rheumaklinik Bad Wildungen. Wie sind Sie zu dieser Position gekommen?** Daniel Leufgens: Ich hatte gezielt nach einer Stelle in Bad Wildungen gesucht und habe im Juli 2019 als Stellvertretender Kaufmännischer Leiter in der Rheumaklinik angefangen. Als unser ehemaliger Leiter die Klinik verlassen hat, habe ich die Chance ergriffen und mich intern auf die Stelle beworben, da ich sehr motiviert bin, die Rheumaklinik weiter voranzubringen.

**Welche Pläne haben Sie für die Zukunft der Rheumaklinik?** Wir haben vor kurzem das Schwimmbad modernisiert und aktuell befindet sich die Bäderabteilung im Umbau. Wir möchten auch in Zukunft unseren Patienten die besten und neuesten Technologien sowie Verfahren anbieten, damit ihre Erkrankungen optimal behandelt werden können, daher planen wir für dieses Jahr unseren Trainingsgerätepark zu erneuern.

**Wo sehen Sie die größten Herausforderungen?** Wir stehen vor denselben Herausforderungen, wie auch Unternehmen der Privatwirtschaft. Der technologische Wandel geht immer schneller vorstatten, wir steuern weiterhin auf einen Fach-

kräftemangel zu und der Konkurrenzdruck durch andere Rehakliniken nimmt ebenfalls zu. Aber wir haben durch die Corona-Pandemie auch gelernt zu welchen Veränderungen wir fähig sind und wie gut wir mit einer Krise umgehen können. Mit einem hervorragenden Team an meiner Seite, bin ich mir sicher, dass wir auch den nächsten Herausforderungen gewachsen sein werden.

**Wo sehen Sie die größten Stärken der Klinik?** Für unsere Rehabilitanden ist die hauseigene Kältekammer ein absolutes Highlight aber darüber hinaus sehe ich es als eine Stärke, dass wir eine relativ kleine Klinik sind. Dies führt dazu, dass wir unsere Patienten immer noch als Menschen sehen können und nicht nur als eine Nummer, die Geld in die Kassen spülen soll. Jeder Patient bekommt ein Einzelzimmer mit Bad und Balkon. Unsere Ärzte und Therapeuten behandeln die Patienten individuell und ganzheitlich. Ferner haben wir mit Herrn Dr. med. Puls als Chefarzt einen absoluten Spezialisten für Rheuma im Haus. Dies ist ein Punkt, den gerade Menschen mit einer chronischen Krankheit sehr zu schätzen wissen.

**Was machen Sie gerne in Ihrer Freizeit?** Die Arbeit als Klinikleiter ist fordernd. Man

trägt zum einen die Verantwortung für die Patienten, aber auch für die Angestellten. Da ist es wichtig auch einen Ausgleich zu haben und mal zur Ruhe zu kommen, deswegen gehe ich gerne wandern. Die schöne Landschaft rund um Bad Wildungen ist dafür ideal und man kann in der frischen Luft mal wieder richtig durchatmen.

**Was möchten Sie unseren Mitgliedern zum Schluss gerne noch mitteilen?** Wichtig ist, dass Sie einen Reha-Antrag stellen. Viele Betroffene stellen gar keinen Antrag, weil Sie denken, dass dieser eh nicht bewilligt wird oder es zu kompliziert ist. Sie können den Antrag aber inzwischen ganz bequem online über die Seite <https://www.eservice-drv.de/> der Deutschen Rentenversicherung stellen und die Fachberater helfen gerne auch am Telefon weiter. Wenn Sie wollen können Sie im Antrag ausdrücklich darauf hinweisen, dass Sie Ihre Reha gerne in Bad Wildungen machen möchten. Für Fragen stehen unsere Mitarbeiter\*innen Ihnen auch gerne unter der Telefonnummer 05621 7970 zur Verfügung! Wir freuen uns auf Sie, denn Ihre Gesundheit ist unser Ziel.

**Vielen Dank, dass Sie sich Zeit für uns und unsere Mitglieder genommen haben! ←**



Daniel Leufgens, Klinikleiter der Rheumaklinik Bad Wildungen

## NICHT VERPASSEN!

Dr. med. Alexander Puls ist leitender Arzt der Rheumaklinik Bad Wildungen der DRV Oldenburg Bremen seit 2018. Beim Rheuma-Info-Tag am Mittwoch, den 07.09.2022 (17.00-19.00 Uhr) wird er einen Vortrag für unsere Mitglieder halten. Bitte lesen Sie auch den Artikel in diesem Beihefter zum Thema „Rheuma-Info-Tag“.

## ALTERNATIVE TROCKENGYMNASTIK

## Keine Wassergymnastik in den Krankenhausbädern



**Auf erneute Anfragen haben wir die Informationen erhalten, dass bis mindestens Ende 2022 die Bewegungsbäder in den Krankenhäusern Rotes Kreuz Krankenhaus, Rolandklinik, St. Josef-Stift und Klinikum Bremen-Ost nicht nutzbar sind. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können in ihren Gruppen daher noch nicht starten.**

Im RehaZentrum (Klinikum Links der Weser) wird sogar eine Vermietung überhaupt nicht mehr möglich sein. Die TeilnehmerInnen der betroffenen RehaZentrum-Gruppen wurden bereits informiert.

Die derzeitige Situation ist unbefriedigend und frustriert nicht nur die betroffenen Mitglieder, sondern auch ihre

Kursleitungen und Vorstand und Geschäftsstelle der Rheuma-Liga Bremen.

Allen betroffenen Mitgliedern empfehlen wir, sich an die Geschäftsstelle zu wenden (Tel. 0421/16895200). Sicher kann gemeinsam eine Lösung gefunden werden. Übrigens sind im Gegensatz zur Wassergymnastik, in der Trockengymnastik zahlreiche freie Plätze vorhanden. Auf Wunsch stellt der behandelnde Arzt eine Verordnung für Funktionstraining für Trockengymnastik aus. Trockengymnastik ist ebenso effektiv wie Wassergymnastik und häufig können die Beschwerden sogar gezielter „angepackt“ und trainiert werden.

#### **Aktuell gibt es in der Trockengymnastik hier freie Plätze:**

- TUS Huchting, Dienstag und Freitag (jeweils vormittags),
- Schloßparkbad Sebaldsbrück, Mittwoch (abends) und Freitag (vormittags/mittags),
- TV Bremen-Walle 1875, Dienstag (ganztägig),
- Verein Vorwärts, Mittwoch (nachmittags).



#### **ÖFFNUNGSZEITEN**

**der Geschäftsstelle:**

**Montag, Dienstag und Mittwoch** von 09.00 bis 12.00 Uhr,  
**Donnerstag** von 14.00 bis 18.00 Uhr

**im Pflegestützpunkt Einkaufszentrum Berliner Freiheit 3, Bremen-Vahr:**  
**ab 02.06.2022 wieder jeden 1. Donnerstag im Monat** von 9.00 bis 12.30 Uhr

**im Pflegestützpunkt\* Breite Straße 12d, Bremen-Vegesack:**  
**jeden 1. und 4. Freitag im Monat** von 9.00 bis 12.30 Uhr

\*derzeit keine Beratung im Stützpunkt Bremen-Vegesack

#### **IMPRESSUM**

##### **Herausgeber:**

Rheuma-Liga Bremen e. V.  
Jakobistr. 22, 28195 Bremen  
Telefon 0421/16 89 52 00

www.rheuma-liga-bremen.de  
info@rheuma-liga-bremen.de  
presse@rheuma-liga-bremen.de

##### **Vorsitzender/Pressesprecher:**

Bernd Haar

**Redaktion:** Nicole Haedecke

**Auflage:** 5.500