



# Rehabilitation

Informationen in Leichter Sprache



## Wichtig!

In Texten stehen oft nur  
die Wörter für Männer.

Zum Beispiel:

Im Text steht nur Arzt.

Dann kann man den Text leichter lesen.

Aber auch Frauen sind gemeint.

Zum Beispiel:

Das Wort Arzt steht im Text.

Der Arzt kann ein Mann sein.


Aber der Arzt kann auch eine Frau sein.

Die Frau heißt dann: Ärztin.



## Inhalt

Was bedeutet Rehabilitation? .....	8
Was geschieht in der Reha-Klinik? .....	10
Diese Reha ist anders als Ihre erste Reha. Wo sind die Unterschiede? .....	13
Reha während der Behandlung. Geht das? .....	15
Reha zu Hause oder in einer besonderen Reha-Klinik? .....	17
Wie beantragen Sie eine Reha? Wer hilft dabei? .....	19
Wer bezahlt Ihre Reha? .....	20



„Die Kunst ist,  
einmal mehr aufzustehen,  
als man umgeworfen wird.“

Winston Churchill

## Bedeutung: meta·stasierter Brust·krebs

Sie hatten vor einiger Zeit Brust·krebs?  
Ihr Brust·krebs hat jetzt Meta·stasen gebildet.  
Das nennen die Fach·leute  
meta·stasierter Brust·krebs.

Das bedeutet:

- Einzelne Krebs·zellen haben überlebt.
- Diese Krebs·zellen heißen Meta·stasen.

Meta·stasen wandern zum Beispiel im Blut.  
Meta·stasen kommen so in andere Organe.  
Meta·stasen vermehren sich in den Organen.  
Die Organe können dann nicht mehr gut arbeiten.  
Die Krankheit kann gefährlich werden.

Ihr Arzt kennt verschiedene Behandlungen.  
Und kann Ihnen helfen.  
Viele Frauen können noch lange  
mit Meta·stasen leben.

## Liebe Leserin, lieber Leser,

dieser Text ist für Sie vielleicht sehr leicht.  
Dieser Text ist nämlich in Leichter Sprache geschrieben.  
So können viele Menschen den Text besser verstehen.

Das heißt:

Wir erklären zum Beispiel schwierige Wörter.  
Und manchmal schreiben wir in längeren Wörtern  
einen Punkt.

Dieser Punkt heißt: Medio·punkt.

Dann können viele Menschen die Wörter besser lesen.

Der Text ist Ihnen zu leicht?

Es gibt auch andere Texte  
zu meta·stasiertem Brust·krebs.

Diese Texte sind **nicht** in Leichter Sprache.

Sie können Ihren Arzt nach diesen Texten fragen.



# Was bedeutet Rehabilitation?

Sie möchten in Ihrem Alltag wieder normal leben.

Wie kann das funktionieren?

Ein Klinik-besuch für eine bestimmte Zeit kann helfen.

Der Fach-begriff ist Rehabilitation.

Die Abkürzung heißt Reha.

Viele Fach-leute machen Sie dort fit für den Alltag.

Reha gibt es auch bei

Brust-krebs mit Meta-stasen.

Viele Frauen mit meta-stasiertem Brust-krebs leben heute länger.

Das war **nicht** immer so.

Das bedeutet auch:

- Frauen müssen mit Behandlungen leben.
- Frauen müssen mit einigen Beschwerden leben.
- Oft wollen die Frauen auch weiter in ihrem Beruf arbeiten.

Sie waren vor einiger Zeit das erste Mal mit Brust-krebs krank.

Vielleicht haben Sie schon eine Reha gemacht.

Eine Reha bei Brust-krebs mit Meta-stasen ist ganz ähnlich.

Deshalb kennen Sie das Thema vielleicht schon.

Trotzdem gibt es Unterschiede.



# Was geschieht in der Reha-Klinik?

Die Fach·leute bieten Programme in folgenden Bereichen an:

- Medizin
- Pflege
- Psychologie
- Sport für Patientinnen

Es gibt in der Reha-Klinik verschiedene Angebote. Diese Angebote können Ihnen in Ihrer Situation helfen.

Sie möchten wissen:

- Warum sind Sie manchmal traurig?
- Wie kann Ihnen gesundes Essen helfen?
- Wie können Sie im Alltag mit der Krankheit leben?
- Wie können Sie wieder in Ihrem Beruf arbeiten?

Sie können dort mit Fach·leuten sprechen.

Die Fach·leute können Ihnen gute Tipps geben.





Es gibt in der Reha Kurse und Vorträge.  
Die Kurse und Vorträge behandeln besonders  
die Themen:

- Bewegung
- Entspannung

Bewegung und Entspannung  
sind gut für die Gesundheit.  
Vielleicht ist etwas ganz Neues für Sie dabei.  
Sie können die Kurse in der Reha ausprobieren.  
Vielleicht möchten Sie sogar zu Hause damit  
weitermachen.

## **Diese Reha ist anders als Ihre erste Reha. Wo sind die Unterschiede?**

Der Arzt untersucht Sie am Anfang von der Reha.  
Dann möchte der Arzt wissen:

- Welche seelischen Probleme haben Sie?
- Welche Beschwerden haben Sie?
- Haben Sie Nebenwirkungen?
- Können Sie mit den Nebenwirkungen  
noch alle Aufgaben erledigen?

So kann der Arzt zusammen mit Ihnen entscheiden:

- Welche Kurse sind die richtigen für Sie?
- Welche Hilfe brauchen Sie?

Vielleicht können Sie nach der Reha  
leichter mit der Krankheit leben.



Vielleicht haben Sie längere Zeit **nicht** mehr in Ihrem Beruf gearbeitet. Während der Reha können Sie testen: Können Sie weiter in Ihrem Beruf arbeiten? Fachleute helfen Ihnen, das zu entscheiden.

## Reha während der Behandlung. Geht das?

Sie haben vor einiger Zeit zum ersten Mal Brustkrebs gehabt. Dann haben Sie schon eine Reha gemacht. Die erste Reha war am Ende der Behandlung. Bei Brustkrebs mit Metastasen geht die Behandlung weiter. Trotzdem können Sie eine Reha machen.

In der Reha müssen Sie Kurse und Behandlungen besuchen.

Sie können das jetzt **nicht**?  
Sie brauchen Hilfe?

Denn Sie haben zu große körperliche oder seelische Probleme?

- Dann können Sie jetzt keine Reha machen.
- Vielleicht können Sie später eine Reha machen. Wenn es Ihnen wieder besser geht.





Oder:

Ihnen geht es gut genug.

Sie können alle Kurse und  
Behandlungen besuchen.

Dann können Sie jetzt eine Reha machen.

Die Klinik muss am Anfang der Reha wissen:

Welche Behandlungen bekommen Sie gerade?

Dann kann die Klinik die Behandlungen fortsetzen.

Eine Reha für Frauen mit meta-stasiertem Brustkrebs  
dauert drei Wochen.

Sie möchten eine längere Reha?

Dann sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

Dann kann die Reha auch länger dauern.

## Reha zu Hause oder in einer besonderen Reha-Klinik?

Es gibt drei Arten von Reha:

### Ambulant

Sie sind zu Hause.

Sie besuchen Kurse.

Zum Beispiel:

- Krankengymnastik
- andere Kurse zum Thema Bewegung



### Teil-stationär

Sie gehen tagsüber zur Reha.

Sie sind abends und  
am Wochen·ende zu Hause.

### Stationär

Sie sind während der gesamten Reha  
in einer Reha-Klinik.

Welche Form von Reha ist die beste für Sie?

Das hängt von Ihrer Situation ab.

Bitte fragen Sie sich:

- Können Sie jeden Tag zur Reha kommen?
- Können Sie längere Zeit von zu Hause weg sein?
- Kann ein anderer Ort sogar gut für Sie sein?

Am Ende entscheiden Sie.

## Wie beantragen Sie eine Reha? Wer hilft dabei?

Die Reha beantragen Sie am besten  
schon während der Behandlung.

Hier bekommen Sie Hilfe mit dem Antrag:

- beim Sozial·dienst von der Klinik
- bei einer Krebs·beratungs·stelle

Sie finden eine Krebs·beratungs·stelle  
meistens in Ihrer Stadt.

In Ihrem Antrag dürfen Sie Ihre  
Wunsch·klinik notieren.

Diese Klinik muss eine Vertrags·klinik  
von Ihrer Kranken·kasse sein.

Vertrags·klinik bedeutet:

Die Kranken·kasse arbeitet mit dieser Klinik  
zusammen.

## Wer bezahlt Ihre Reha?

Sie haben das erste Mal Brust·krebs.

Oder Sie haben schon

zum zweiten Mal Brust·krebs.

Jede Frau mit Brust·krebs darf eine Reha machen.

Wer bezahlt die Reha?

Sie müssen sich **nicht** darum kümmern.

Das passiert automatisch.

Verschiedene Organisationen teilen sich die Kosten.

Folgende Organisationen bezahlen die Reha:

- die gesetzliche Renten·versicherung
- die gesetzliche Kranken·versicherung  
oder die private Kranken·versicherung
- Sie sind eine Beamtin oder eine Soldatin?  
Dann bezahlen der Staat oder die Bundes·länder.



**Diese Broschüren in Leichter Sprache  
zum meta-stasierten Brust-krebs gibt es:**

- 01** Meta-stasierter Brust-krebs –  
Ein kurzer Überblick
- 02** Diagnose
- 03** Strahlen-therapie
- 04** Chemo-therapie
- 05** Anti-hormon-therapie
- 06** Ziel-gerichtete Therapie
- 07** Rehabilitation
- 08** Das Gespräch mit dem Arzt
- 09** Der Therapie treu sein – Wie geht das?



**ClimatePartner**<sup>o</sup>  
wir drucken klimaneutral

Diese Broschüre wurde auf  
100% Recyclingpapier gedruckt.

**Alle Menschen in den Fotos  
von dieser Broschüre sind Models.**

Die Inhalte, Angaben und Informationen in dieser Broschüre sind nur für die Nutzer innerhalb des Gebietes der Bundesrepublik Deutschland bestimmt. Sofern sie Informationen zu oder im Zusammenhang mit Gesundheitszuständen, Krankheitsbildern, medizinischen Fragen oder Therapiemöglichkeiten enthalten, ersetzen sie nicht die Empfehlungen oder Anweisungen eines Arztes oder anderer Angehöriger der Heilberufe. Die Inhalte dieser Broschüre sind nicht zur Diagnose oder Behandlung eines gesundheitlichen oder medizinischen Problems oder einer Erkrankung bestimmt. Darüber hinaus erheben sie keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit. Mit der Aushändigung und /oder Benutzung dieser Broschüre kommt keinerlei Vertragsverhältnis zustande, insbesondere kein Rats- und Auskunftsvertrag zwischen Ihnen, den Autoren der Broschüre und/oder Seagen. Insofern bestehen auch keinerlei vertragliche oder vertragsähnliche Ansprüche.



**Seagen Germany GmbH**  
Maximilianstraße 13  
80539 München

OfficeDE@seagen.com  
medinfoEU@seagen.com

[www.seagen.de](http://www.seagen.de)

