



# ESPAN-KLINIK

Aufatmen. Aufleben. Zuversicht geben.

- Fachklinik für Pneumologie, Post-Covid Syndrom
- Verhaltensorientierte Rehabilitation (VOR)
- Fachklinik für Onkologie und Hämatologie
- Rehabilitation für Frauen bei Brustkrebs und gynäkologischen Krebserkrankungen
- Long-Covid Privatambulanz
- Digitale Nachsorge
- RV Fit

## Klinikflyer



QR-Code scannen  
& mehr erfahren!

**Bewegung ist Leben.**



## **Wir sind spezialisiert auf die Behandlung in Pneumologie mit diesen Hauptindikationen:**

- **Chronische Erkrankungen der Atmungsorgane, zum Beispiel COPD, chronische Bronchitis, chronisch obstruktive Bronchitis, Asthma, Lungenemphysem, rezidivierende Pneumonie, Lungenfibrose, Sarkoidose, Asbestose, Pulmonale Hypertonie**
- **Erschöpfung der Atempumpe**
- **Rehabilitation und Anschluss-Reha nach Operation an den Atmungsorganen**
- **Erkrankungen der Pleura / des Brustfells**
- **Bronchiektasen**
- **Alpha-1-Antitrypsinmangel**
- **Herz- und Kreislaufstörungen als Folge von Erkrankungen der Atmungsorgane**
- **Bösartige Geschwulsterkrankungen und maligne Systemerkrankungen der Atmungsorgane**
- **Dazu gehört auch die Spezialisierung auf die Behandlung von Post- und Long-Covid-19**

## **Verhaltensmedizinisch orientierte Rehabilitation (VOR) Körper und Seele gemeinsam stärken**

**Die VOR-Reha ist ein spezielles Rehabilitationsangebot für Menschen, die neben einer körperlichen Erkrankung auch unter psychischen oder psychosozialen Belastungen leiden – z. B. durch chronische Schmerzen, Stress, Ängste oder Schwierigkeiten im Alltag und Beruf.**

### **Ziele der VOR:**

- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Stärkung der psychischen Gesundheit
- Entwicklung von Bewältigungsstrategien für den Alltag
- Förderung der beruflichen Wiedereingliederung
- Langfristige Stabilisierung der Lebensqualität
- 

### **Inhalte der VOR:**

- Bewegungstherapie mit Fokus auf Motivation und Körperwahrnehmung
- Psychologische Gruppen- und Einzelgespräche
- Entspannungsverfahren (z. B. progressive Muskelentspannung, Achtsamkeit)
- Patientenschulungen zu Schmerzbewältigung, Stressmanagement und Krankheitsverarbeitung
- Sozialberatung und arbeitsbezogene Unterstützung

**Die Reha findet meist stationär über 4 Wochen statt und wird von einem interdisziplinären Team aus Ärztinnen, Psychologinnen, Therapeut\*innen und Sozialdienst begleitet.**

**VOR – wenn Körper und Seele gemeinsam Unterstützung brauchen.**

## Wir sind spezialisiert auf die Behandlung in Onkologie und Hämatologie mit diesen Hauptindikationen:

- C50 Bösartige Neubildungen der Brustdrüse
- (Mammakarzinom nach Operation, Bestrahlung, Chemotherapie)
- C51-C58 Bösartige Neubildungen der weiblichen Genitalorgane
- (gynäkologische Tumore)
- C81-C96 Bösartige Neubildungen des lymphatischen, blutbildenden und verwandten Gewebes
- (Lymphome und Leukämien / Hodgkin-Lymphome, Non-Hodgkin-Lymphome, Leukämien, immunproliferative Krankheiten)
- C73 Bösartige Neubildung der Schilddrüse
- (Tumore der Schilddrüse oder sonstiger endokriner Drüsen)
- C43-C44 Melanome und sonstige Neubildungen der Haut
- Z. n. operativen Eingriffen, Z.n. adjuvanter oder neoadjuvanter Strahlen- und/oder Chemotherapie
- C34 Bösartige Neubildung der Bronchien und der Lunge



## Reha für Frauen mit Brust- und gynäkologischen Krebserkrankungen

### Ganzheitlich. Weiblich. Stärkend.

Brustkrebs und gynäkologische Tumorerkrankungen (z. B. Gebärmutter, Eierstöcke, Scheide, Vulva) bringen körperliche und seelische Belastungen mit sich – von Lymphödemen und Polyneuropathien bis hin zu Erschöpfung, verändertem Selbstbild und Partnerschaftsproblemen.

Unser interdisziplinäres Team begleitet Sie mit einem individuell abgestimmten Reha-Programm, das Körper, Psyche und Alltag gleichermaßen stärkt.

#### Unsere Angebote:

- Bewegungstherapie & Ergotherapie
- Psychoonkologische Gespräche & Entspannung (z. B. QiGong, Atemtherapie)
- Kreative Therapien wie Kunst- oder Tanztherapie
- Frauenspezifische Vorträge (z. B. Brustselbstuntersuchung, Umgang mit Fatigue, Wechseljahresbeschwerden)
- Gynäkologische Visiten & Beratung bei Bedarf

#### Ihre Ziele:

- Nebenwirkungen lindern
- Kraft tanken & Stress bewältigen
- Berufliche Perspektiven klären
- Lebensfreude und Selbstvertrauen zurückgewinnen



**Der Weg zurück ins Leben –  
wir sind für Sie da!  
Zurück zum alten Ich mit der Long-Covid  
Privatambulanz.**

**Viele Menschen fühlen sich nach einer überstandenen Covid-19-Erkrankung weiterhin erschöpft und gesundheitlich eingeschränkt.**

**Unsere Long-Covid Privatambulanz bietet gezielte Hilfe: individuell abgestimmte Therapien, durchgeführt von erfahrenen Spezialist\*innen – alles ambulant und unter einem Dach.**

**Die ESPAN Fachklinik steht seit über 40 Jahren für exzellente medizinische Versorgung bei Lungen- und Atemwegserkrankungen. Mit der Erfahrung aus der Behandlung von über 3000 Covid-Patient\*innen wissen wir: Long- und Post-Covid sind behandelbar.**

**Neben der körperlichen Genesung unterstützen wir Sie auch psychologisch – insbesondere beim Wiedereinstieg ins Berufsleben.**

**Wir begleiten Sie ganzheitlich auf Ihrem Weg zurück zu mehr Lebensqualität.**



## Digitale Reha-Nachsorge mit Caspar Health Ihre Gesundheit. Ihre Zeit. Ihre App.

Mit Caspar Health setzen Sie Ihre Reha ganz einfach digital fort – individuell, flexibel und professionell begleitet.

Die Nachsorge erfolgt bequem von zu Hause aus über die Caspar App – ohne Anfahrtswege, mit persönlicher Betreuung durch erfahrene Therapeut\*innen.

Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können alle Rehabilitand\*innen, die:  
unter 63 Jahre alt sind,  
mindestens 3 Stunden täglich arbeitsfähig sind,  
deren Reha über die Deutsche Rentenversicherung läuft,  
und bei denen die Reha-Klinik eine Nachsorge empfiehlt.

Ihre Vorteile:

- Individuelle Therapiepläne: abgestimmt auf Ihre Diagnose und Ziele
- Persönliche Betreuung: durch feste Bezugstherapeut\*innen
- Flexibles Training: wann und wo Sie möchten – auch abends oder am Wochenende
- Vielfältige Inhalte: Bewegung, Entspannung, Schulungen & mehr
- Nahtloser Übergang: direkt im Anschluss an Ihre Reha





**RV Fit – Prävention, die wirkt.**  
Das Präventionsprogramm der Deutschen  
Rentenversicherung  
Kostenfrei. Ganzheitlich.

Für wen?

- Aktive Berufstätigkeit (keine Arbeitslosigkeit).
- Berufstätigkeit seit mindestens 6 Monaten.
- Erste gesundheitliche Beschwerden (bspw. Rückenschmerzen, erhöhte Stressbelastung).

Inhalte

- Bewegung  
Muskelaufbau, Ausdauertraining, Rückengesundheit
- Ernährung  
Beratung, Einkaufstraining
- Stressbewältigung  
Problemlösetraining, mentale Stärke, Entspannung

Ablauf

- Startphase  
5 Tage stationär (Freistellung und Entgeltfortzahlung)
- Trainingsphase  
12 Wochen digital (berufsbegleitend)
- Selbstständige Eigenaktivitätsphase  
12 Wochen (berufsbegleitend)
- Auffrischungsphase  
1 Tag digital (Freistellung und Entgeltfortzahlung)

Ihre Vorteile

- Kostenlos für Versicherte der DRV
- Individuell & praxisnah
- Flexibel & nachhaltig
- Professionelle Begleitung

Haben Sie Fragen? Kontaktieren Sie uns gerne:

Mail: [praevention@espan-klinik.de](mailto:praevention@espan-klinik.de)

Tel. 07726 650

Mehr Informationen und Anmeldung unter:

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

[www.rv-fit.de](http://www.rv-fit.de)

<https://www.rv-fit.de/SiteGlobals/Functions/Angebot/Angebot.html?angebotId=22393>



## Unsere Klinik



## Ihr Weg zu uns



Sie haben Anschluss nach Bad Dürrenheim von :

- Villingen mit der Bus-Nr. 600, 610
- Schwenningen mit der Bus-Nr. 800
- Donaueschingen mit der Bus-Nr. 800

## Erfahrungen aus der Reha - Stimmen unserer Patientinnen und Patienten

Ich habe mich in der Espan-Klinik rundum wohlgefühlt. Alle Mitarbeitenden sind freundlich, kompetent und aufmerksam. Die ärztliche und psychoonkologische Betreuung war hervorragend, Abläufe gut organisiert. Besonders gefallen haben mir das Schwimmbad, die gute Küche und mein gepflegtes Zimmer. Absolut empfehlenswert!

Meine 3 Wochen Reha habe ich sehr genossen. Es war alles zu meiner vollsten Zufriedenheit. Vor allem die Therapeuten sind sehr kompetent und immer freundlich. Alles wird sehr gut erklärt und auch ein bisschen Humor tut sehr gut. Auch im Speisesaal ist das Personal sehr hilfsbereit und das Essen prima. Habe mich jederzeit gut aufgehoben gefühlt und würde sofort wieder hingehen.

Die Espan-Klinik bietet ein rundherum tolles Komplettpaket. Ärztlich und pflegerisch ist man gut aufgehoben. Kurzfristig können Termine bei den Ärzten vereinbart werden. Der Pflegestützpunkt ist 24h offen und sehr freundlich. Das Essen ist abwechslungsreich, vielfältig und sehr gesund. Das Personal steht immer für Fragen offen. Die Rezeption ist freundlich und hilfsbereit. Das Briefkastensystem funktioniert einwandfrei. Täglich kriegt man neue Nachrichten o.ä. in den Briefkasten. Am besten sind aber die Therapien: Ergotherapie, Kunsttherapie, Aquafitness, Gerätetraining, Atemtraining, Ergometer kombiniert mit psychologischen Entspannungstechniken und Einzelgesprächen. Ich hatte einen ganz wunderbaren Aufenthalt und kann die Klinik nur empfehlen.

Mehr Patientenmeinungen  
finden Sie hier:



**Geschäftsführer:**  
**Bernd Baumbach**

**Ärztlicher Direktor:**  
**Dr. med. Peter Hannemann**

**Fachklinik für Pneumologie,  
Post Covid Syndrom,  
Verhaltensorientierte Rehabilitation (VOR)**

**Fachklinik für Onkologie  
und Hämatologie sowie für  
Frauen bei Brustkrebs  
und gynäkologischen Krebserkrankungen**

**Long-Covid-Privatambulanz  
Dr. med. Peter Hannemann**

**Digitale Nachsorge,  
RV Fit**

**Kontaktinfo:**  
**Espan-Klinik**  
**Gartenstraße 9**  
**78073 Bad Dürkheim**  
**Tel. 07726 / 65 - 0**  
**info@espan-klinik.de**  
**www.espan-klinik.de**

**Besuchen Sie uns auf:**

