



Individuelle Krankengymnastik bei Rücken- und Nacken- beschwerden

Informationen für Patienten

EINLEITUNG

Rücken- und Nackenbeschwerden sind weit verbreitet. In der Regel verschwinden sie von selbst wieder. In manchen Fällen ist jedoch eine ärztliche Konsultation mit entsprechender Behandlung notwendig. Nur sehr wenige Rücken- und Nackenbeschwerden erfordern einen chirurgischen Eingriff. Krankengymnastik wird vor allem dann empfohlen, wenn kein chirurgischer Eingriff erfolgt. Mit Krankengymnastik wollen wir die Belastung der Wirbelsäule reduzieren und die Belastbarkeit des Körpers verbessern.

INDIVIDUELLE KRANKENGYMNASTIK

Wenn die Beschwerden nicht spontan verschwinden, sind oft verschiedene Faktoren dafür verantwortlich, dass die Beschwerden anhalten. Diese Faktoren sind von Fall zu Fall unterschiedlich und können biologischer, psychologischer und/oder sozialer Art sein. Krankengymnastik empfiehlt sich, um die Faktoren, die für die anhaltenden Beschwerden verantwortlich sind, zu erfassen und anzugehen.

Individuelle Krankengymnastik ist empfohlen, wenn Bedarf an einer Therapie besteht, die sich an den spezifischen Bedürfnissen des jeweiligen Patienten orientiert und unter individueller Betreuung durch einen Krankengymnasten die Wünsche und die Möglichkeiten des Patienten berücksichtigt. Je nach Einzelfall und Beschwerden kann die Therapie aus spezieller Übungstherapie bestehen, die eventuell um manuelle Therapie, gezielte Anleitung, Aktivitätsmanagement und andere Optionen ergänzt wird.

WER KANN TEILNEHMEN?

Wir bieten individuelle Krankengymnastik für Personen an, deren Beschwerden hauptsächlich im Bereich der Wirbelsäule auftreten, wobei nach einer gründlichen ärztlichen Untersuchung eine ernsthafte/schwer wiegende Gefährdung ausgeschlossen werden kann.

ZU ERGREIFENDE MASSNAHMEN

I. Schritt: Termin bei einem Arzt für physikalische Medizin und Rehabilitation

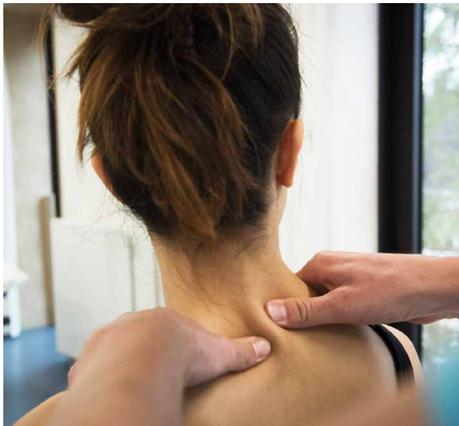
- ✓ Sie haben noch keine Überweisung für individuelle Krankengymnastik. Unter +32 (0)16 34 25 60 vereinbaren Sie einen Termin bei einem Arzt des UZ Leuven, der auf Wirbelsäulenerkrankungen spezialisiert ist. Dieser Arzt kann Sie bei Bedarf an den Dienst physikalische Medizin und Rehabilitation überweisen. In diesem Fall müssen Ihre Beschwerden zunächst gründlich begutachtet werden.
- ✓ Sie haben bereits eine Verordnung für individuelle Krankengymnastik von einem anderen Facharzt. Sie vereinbaren einen Termin bei einem Arzt für physikalische Medizin und Rehabilitation im UZ Leuven unter +32 (0)16 33 87 99. Der Arzt prüft, ob Sie tatsächlich für individuelle Krankengymnastik infrage kommen oder ob eine andere Behandlung besser geeignet ist.
- ✓ Sie haben bereits eine Verordnung für individuelle Krankengymnastik von einem Arzt. für physikalische Medizin und Rehabilitation im UZ Leuven. Sie vereinbaren einen festen Termin für den Beginn der Krankengymnastik unter +32 (0)16 33 87 99.

2. Schritt: Beginn der individuellen Krankengymnastik

Allgemeines

Jede Behandlungsreihe beginnt mit einer Anamnese (= Aufnahmegespräch) und einer klinischen Untersuchung. Dabei erstellen wir zusätzlich zur ärztlichen Diagnose und zur Verordnung der Krankengymnastik durch den Arzt eine Arbeitsdiagnose. Unter Berücksichtigung des Hilfebedarfs formulieren wir gemeinsam mit dem Patienten diverse Behandlungsziele. Dazu zählen zum Beispiel die Verbesserung der Beweglichkeit, die Optimierung ungünstiger Haltungs- und Bewegungsmuster, die erlernte Dosierung von Aktivitäten oder die Bereitschaft, den Körper wieder normal zu belasten usw.

Auf Grundlage der individuellen Bilanz und der Verordnung wird ein Behandlungsplan erstellt. Je nach Art des Problems und der praktischen Umsetzbarkeit schätzen wir ein, mit welchen Verfahren oder Übungen der Patient die formulierten Behandlungsziele am



besten erreichen kann. In manchen Fällen ist das eine manuelle Behandlung (durch den Therapeuten), in anderen Fällen ist der Anteil der Übungstherapie größer. Außerdem schätzen wir ein, ob eine zusätzliche Betreuung in Form von Anleitung, ergonomischer Beratung und/oder eventuell psychosozialer Betreuung notwendig ist.

Wichtig in diesem Zusammenhang sind Ihre Eigenverantwortung und Fähigkeit zur Selbsthilfe. Um einen nachhaltigen Effekt zu erzielen, zeigen wir Ihnen auch Übungen, die Sie zuhause ausführen sollen. Es ist sehr wichtig, dass Sie an Ihrer Gesundheit aktiv mitarbeiten.

Praktisch

Das Aufnahmegespräch dauert etwa eine Stunde, die anschließenden Behandlungen dauern jeweils 30 bis 45 Minuten.

Die Behandlungsfrequenz und die Dauer der Rehabilitation hängen von Ihren Beschwerden ab.



KOSTENPREIS

Für jede Sitzung wird eine Rezeptgebühr für Krankengymnastik berechnet, die von der Krankenkasse größtenteils zurückgezahlt wird.

KONTAKTDATEN

Ambulante Rehabilitation (E 200)

UZ Leuven campus Pellenberg, therapietoren

Weligerveld 1, 3212 Pellenberg, Belgien

+32 (0)16 33 87 99

madtherapietoren@uzleuven.be

© Februar 2020 UZ Leuven

Die Weiterverwendung dieses Textes und der Abbildungen ist nur nach Genehmigung durch die Kommunikationsabteilung des UZ Leuven gestattet.

Entwurf und Gestaltung

Dieser Text wurde vom Dienst physikalische Medizin und Rehabilitation in Zusammenarbeit mit der Kommunikationsabteilung erstellt.

Wir freuen uns über Anmerkungen oder Vorschläge zu dieser Broschüre unter communicatie@uzleuven.be.

Verantwortlicher Herausgeber
UZ Leuven
Herestraat 49
3000 Leuven
tel. 016 33 22 11
www.uzleuven.be

 mynexuzhealth



Sie können Ihre Krankenakte
einsehen unter
www.mynexuzhealth.be oder

