



PHYSIOPARK NEWSLETTER

April 2012

- 1. Physiotherapie und Schmerztherapie - Alternativen zur Rücken-OP**
- 2. Abnehmen gegen Knieschmerzen**
- 3. Schließen Sie ihre "Behandlungslücke" - Selbstzahler-Leistungen**

1. Physiotherapie und Schmerztherapie - Alternativen zur OP

Die Techniker Krankenkasse kritisiert:

85 Prozent der Rückenoperationen sind überflüssig

Nach Auswertungen eigener Versichertendaten erfolgten bei den Versicherten der Techniker Krankenkasse (TK) im Jahr 2006 über 10.600 Wirbelsäulenoperationen. Im Jahr 2011 waren es dagegen schon rund 19.000 Eingriffe.

Um den Zuwachs der Versicherten bereinigt, ist demnach die Anzahl der operativen Eingriffe in diesem Zeitraum um 25 Prozent gestiegen. Eine aktuelle, von der TK in Auftrag gegebene Forsa-Umfrage bestätigte diesen Trend. Jedem zehnten Rückenschmerzpatienten wurde demnach von seinem Arzt empfohlen, „sich unters Messer zu legen“, berichtet die Krankenkasse. Bei Patienten mit chronischen Schmerzen wurde jedem Sechsten eine Operation empfohlen.



3. unser Angebot: Selbstzahler-Leistungen

**Rezept am Limit?
Investieren Sie jetzt in Ihre
Gesundheit!**

Ärzte sind bei Kassenpatienten oft an das Heilmittel-Budget gebunden. Spätestens ab 18 Therapie-Einheiten ist für das Quartal oder sogar für 12 Wochen Schluss mit weiterer Behandlung, obwohl eine weitere Therapie sinnvoll und nötig wäre.

„Dabei sind 85 Prozent der verordneten Eingriffe unnötig“, so Frank Herrmann von der TK. Erste Auswertungen des Angebots „Zweitmeinung vor Wirbelsäulen-Operationen“ der TK hätten dies ergeben. Versicherte der Techniker Krankenkasse können im Rahmen dieses Projektes unentgeltlich eine fundierte Zweitmeinung einholen, bevor es zur Rücken-OP kommt.

Hierzu wurden bundesweit 30 Schmerzzentren eingerichtet, in denen ein Team ausgesuchter Experten den Patienten erneut genau untersucht.

In den Zentren arbeiten jeweils ein Schmerztherapeut, ein Physiotherapeut und ein Psychotherapeut Hand in Hand. Jeder einzelne von ihnen beschäftigt sich intensiv mit dem Patienten und seinen Beschwerden. Anschließend beraten sich die Experten untereinander und machen gegebenenfalls einen Vorschlag für eine alternative Therapie. Das Ergebnis wird sowohl mit dem Patienten als auch mit dem behandelnden Arzt besprochen.

Mehr als 500 Patienten haben dieses Angebot innerhalb von knapp zwei Jahren genutzt. Die Experten konnten für mehr als 420 Patienten Alternativen zur Operation empfehlen, so zum Beispiel Physiotherapie oder Schmerztherapie.

Sinnvolle Alternativen bei Rückenbeschwerden

Besonders im Rückenbereich stellen konservative Therapie-Ansätze wie Krankengymnastik oder Entspannungsverfahren bei vielen Beschwerden eine sinnvolle Alternative zur Operation dar. Auch für Patienten, bei denen bereits ein operativer Eingriff an der Wirbelsäule erfolgt ist, kann eine konservative Behandlung durchaus sinnvoll sein.

Weitere Informationen zum Angebot der TK finden Sie im Internet unter:

<http://www.tk.de/tk/behandlungen/zweitmeinung/zweitmeinung-wirbelsaeulen-op/213560>

Quellen: www.tk.de und www.aerzteblatt.de

2. Abnehmen gegen Knieschmerzen

Bei Arthroseschmerzen im Knie ist Abnehmen das effektivste Mittel. Offenbar hilft eine Gewichtsreduktion auch dann, wenn

Unser Angebot: Sie haben die Möglichkeit, die Behandlung als Selbstzahler fortzuführen.

Machen Sie mehr aus Ihrer Behandlung! Verlängerung der Behandlungszeit

Behandlungszeiten: Die gesetzlichen Krankenkassen sehen für eine Behandlungseinheit 15 Minuten vor. Diese Minimalversorgung ist oft zu knapp, um optimal behandeln zu können. Darum können Sie Ihre Behandlungszeit auf 30 oder 40 Minuten erhöhen.

Gesetzlich versichert? Bei uns sind Sie 1. Klasse!

Diese Leistungen erwarten Sie bei uns über die Grundversorgung der gesetzlichen Krankenkassen hinaus:

1. Wir nehmen uns Zeit!

Ihr erster Termin umfasst bei uns 40 anstatt der vorgeschriebenen 15 Minuten Behandlungszeit. Wir führen ein ausführliches Gespräch mit Ihnen, erheben einen detaillierten Befund und erklären Ihnen Ihr Problem genau. Dann werden Ihre Ziele, der Therapieablauf, Alltagstipps und Ihr "Hausaufgaben-Programm" besprochen.

2. Bewegung heilt – wir bewegen Sie! Unser Trainingsraum

Jeder Patient, für den die Medizinische Trainingstherapie geeignet ist, kann ein ausgewähltes Programm - 2 Übungen unter Anleitung unserer Sportwissenschaftler - durchführen. Das kostenlose Training findet parallel zu den Physiotherapie-Terminen statt.

3. Begleiten statt nur behandeln: die Katamnese Auch nach Abschluss der

das Gelenk bereits stärker geschädigt ist.

Einer dänischen Studie zufolge bessern sich trotz nachgewiesener struktureller Schäden im Kniegelenk die Schmerzen, wenn ein Patient sein Körpergewicht um mehr als 10 Prozent reduziert. Die Studie wurde mit 175 Knieschmerz-Patienten durchgeführt, überwiegend Frauen über 60, mit einem durchschnittlichen BMI von 37.

Alle Teilnehmer absolvierten eine 16-wöchige Diät mit Formulaprodukten und Ernährungsberatung gemäß den dänischen Leitlinien für gesunde Ernährung. Erlaubt waren in einer ersten Phase maximal 554 Kilokalorien (kcal) pro Tag (Very Low Energy Diet, VLED) oder 810 kcal / Tag (Low Energy Diet, LED), in Phase zwei ging man über zu einem fixen Programm mit 1200 kcal täglich.

Besserung bei Alltagsfunktion und Schmerz

Insgesamt verbesserten sich die Kriterien Schmerz und Alltagsfunktion, unabhängig davon, wie stark das Kniegelenk geschädigt war. 64 Prozent der Patienten erreichten eine signifikante Verbesserung.

Aussicht auf weniger Schmerzen als Motivation

Den meisten Patienten fällt eine dauerhafte Gewichtsreduktion sehr schwer, betonen die Forscher um Henrik Gudbergson (Universität Kopenhagen). Nur eine "starke Evidenz für einen positiven Effekt" könne bewirken, dass die Patienten der Therapie treu bleiben.

Die Aussicht auf Besserung der Knieschmerzen motivierte die dänischen Studienteilnehmer offenbar stark. 175 der 192 hielten die Diät über den gesamten Zeitraum durch.

Quelle: www.aerztezeitung.de

Besuchen Sie auch unsere Website:

www.physiopark-regensburg.de

Therapie begleiten wir Sie weiter. Ihr Therapeut steht Ihnen telefonisch für jede Frage zur Verfügung. Um unsere Qualität zu sichern, rufen wir Sie ggf. auch nach einiger Zeit an, um den Behandlungserfolg zu überprüfen und zu dokumentieren (Katamnese).

Zufrieden oder Geld zurück!

Sie erhalten bei uns erstklassige Leistungen mit dem Ziel, Ihre Gesundheit optimal zu unterstützen. Sollten Sie trotzdem nicht mit der Qualität unserer Selbstzahler-Leistung zufrieden sein, erhalten Sie Ihr Geld zurück!

Unseren Info-Flyer "Selbstzahler-Leistungen" finden Sie auf unserer Website unter ["Leistungen und Angebote"](#)

Gern beraten wir Sie persönlich - sprechen Sie uns an.