



PHYSIOPARK NEWSLETTER

August 2011

- 1. Thema des Monats: Marathonlaufen schädigt Kniegelenke nicht!**
- 2. Neue Heilmittelrichtlinien ab 1. Juli in Kraft**
- 3. Unser Angebot im September: „Last Minute-Massagen für 10,00 EUR**

1. Thema des Monats

Marathonlaufen schädigt Kniegelenke nicht!

Auch wenn viele Läufer über Kniebeschwerden klagen – wer regelmäßig Marathon läuft, schädigt seine Kniegelenke nicht. Das ist das Ergebnis einer Studie, die Dr. Wolfgang Krampfl vom Donauespital in Wien auf dem 92. Deutschen Röntgenkongress in Hamburg veröffentlichte. Allerdings: Die Gelenke brauchen Zeit zur Regeneration. Der österreichische Radiologe hatte die Kniegelenke aktiver Marathonläufer mittels Magnet-Resonanztomografie (MRT) über einen Zeitraum von zehn Jahren untersucht. In dieser Zeit waren die Studienteilnehmer bis zu 40.000 Kilometer gelaufen und hatten ihre Kniegelenke stark beansprucht. Dennoch zeigten sich bei ihnen keine neuen Abnutzungserscheinungen, hieß es in einer Pressemitteilung der Deutschen Röntengesellschaft e.V.

Entgegen der weit verbreiteten Meinung blieben bei den Langstreckenläufern Menisken, Knorpel und Knochen



3. UNSER ANGEBOT IM SEPTEMBER

"Last-Minute-Massage"

für 10,00 Euro

Wenn es mit dem „Last Minute-

unverändert – und das trotz der kaum vorstellbaren Belastung von 6.200 Tonnen, die die Kniegelenke eines 75 Kilogramm schweren Läufers während der gesamten Strecke von 42,195 Kilometern abfedern müssen. „Der Körper passt sich der vermehrten Belastung an. Nicht nur das Muskelgewebe wächst unter Belastungen, auch die Knochendichte nimmt unter Anstrengung zu“, begründete Dr. Krampla seine Untersuchungsergebnisse.

Dennoch warnte der Mediziner, dessen Forschungsschwerpunkt Überlastungsschäden bei Sportlern sind, Hobbysportler davor, das Training zu übertreiben. Als Faustregel für gesunde Sportler gilt: Ein Trainingspensum von maximal 80 Kilometer pro Woche verbessert Knochen, Kondition und Muskulatur. Wer aber mehr als 100 Kilometer läuft, riskiert Überlastungsschäden, da die Regenerationsphasen nicht mehr eingehalten werden können.

Im Juni fand der 92. Deutsche Röntgenkongress statt, der zugleich der sechste gemeinsame Kongress der Deutschen und der Österreichischen Fachgesellschaft war. Ein Schwerpunktthema des mit 7.500 Teilnehmern größten Kongresses der medizinischen Radiologie war in diesem Jahr die Sportmedizin.

Weitere Infos zum Thema Kniegelenk, Laufgesundheit, Ausdauersport, Dehnen etc. finden Sie unter: www.physiopark-regensburg.de in unserer "Infothek".

2. Neue Heilmittelrichtlinien seit 1. Juli in Kraft

Für Sie ändert sich nicht viel – aber für unsere Praxis! Die wichtigste Änderung: Die gesetzlichen Krankenkassen werden die ausgestellten Rezepte genauestens prüfen, z.B. hinsichtlich:

- **Ausstellungsdatum**
- **Therapiebeginn**
- **Diagnoseschlüssel**
- **Konkrete Diagnose**
- **Therapiefrequenz**
- **auch das Kreuz „Therapiebericht JA - NEIN“ darf nicht fehlen!**

Wörtlich heißt es in den neuen Richtlinien: „Die Behandlung

Urlaub“ nicht geklappt hat, haben Sie zumindest im Physiopark die Chance auf Erholung „in letzter Minute“.

Rufen Sie uns ab 15:00 Uhr an **(0941/607158-0)** und fragen Sie nach einer „Last-Minute-Massage“. Sollte bei einem Therapeuten ein Termin noch am gleichen Tag frei sein, können Sie sich für nur 10,00 EUR 20 Minuten massieren lassen.

Dieses Angebot gilt nur für den September 2011 (01.09. - 30.09.2011).

Weitere Infos unter www.physiopark-regensburg.de

kann nur durchgeführt werden, wenn auf dem Verordnungsvordruck die in § 13 Abs. 2 (s.o.) erforderlichen Angaben enthalten sind.“ Das bedeutet konkret: Wenn Ihr Rezept nicht vollständig und korrekt ausgefüllt ist, **dürfen wir mit der Behandlung nicht beginnen!** Bitte beachten Sie daher: Das Rezept muss vollständig ausgefüllt sein! Wir können nur das aktuelle Datum in das Rezept stempeln. Therapien können nicht gutgeschrieben werden. Die Behandlung muss innerhalb von 14 Tagen nach Rezept-Ausstellung beginnen.

Zum Thema Rezeptgebühr: Wir sind verpflichtet, die Rezeptgebühren im Namen Ihrer Krankenkasse einzuziehen, und werden dies in Zukunft am 1. bzw. 2. Behandlungstermin tun.

Übrigens: Wussten Sie schon, dass Sie Ihre Rezeptgebühren bei uns auch bequem per Lastschrift abbuchen lassen können? Für die notwendigen Bankdaten ziehen Sie Ihre EC-Karte durch unser Lesegerät oder nennen uns – falls Sie die Karte nicht dabei haben – auch einfach Ihre Bankverbindung. Mit Ihrer Unterschrift erteilen Sie uns dann eine einmalige Einzugsermächtigung, die nur für diese eine Abbuchung gilt.

Weitere Infos erhalten Sie gerne an der Rezeption!

Besuchen Sie auch unsere Website:

www.physiopark-regensburg.de

*Copyright © 2012 Physiopark Regensburg, All rights reserved.
Wir freuen uns sehr über Ihr Interesse an unserem Newsletter!*

Our mailing address is:

Physiopark Regensburg
Im Gewerbepark B 20
Regensburg 93059
Germany

[Add us to your address book](#)

[newsletter abbestellen](#) | [meine Anmeldeinformationen ändern](#)

The MailChimp logo is displayed in a white, cursive font on a dark grey rectangular background.