

Behandlungsplanung bei Patientinnen und Patienten mit Rückenleiden im nicht akuten Stadium

Am Eintrittstag wird nach ausführlicher medizinischer Untersuchung durch die Ärzte in Zusammenarbeit mit den Therapeuten das Therapieprogramm festgelegt. Die individuellen Behandlungsziele werden ausführlich mit den Patienten besprochen. Die Grundbausteine eines solchen Therapieplanes sind in der Regel:

Physiotherapie

- Befundaufnahme und gemeinsame Festlegung der Ziele
- Auswahl der physiotherapeutischen Massnahmen
 - Gelenktechniken an Extremitäten und Wirbelsäule
 - Dehntechniken
 - Muskelkräftigung
 - Triggerpunktbehandlung

Rückenschulungs-Programm

in 5 Lektionen werden

- die Anatomie und Pathologie
- Entlastungsstellungen und Hilfsmittel
- das Heben und Tragen
- Aktivitäten aus dem Alltag

erarbeitet.

In jeder der 5 Lektionen wird mit Folien, Modellen und Hilfsmitteln gearbeitet.

Schmerzverarbeitungsgruppe

in 5 Lektionen werden

- Psychologische Schmerzkonzepte
- Copingstrategien
- Entspannungstechniken

vermittelt.

Wassertherapie

in Gruppen oder individuell

Massage

- klassische Massage
- Fussreflexzonenmassage
- Bindegewebsmassage

Physikalische Anwendungen

- Elektro- und Hydrotherapie
- Ultraschall, Laser

Medizinische Trainingstherapie

Unter physiotherapeutischer Anleitung wird in der MTT mit einem individuellen Trainingsprogramm auf die Problematik der Patientinnen und Patienten eingegangen.

Gruppentherapie

Je nach individuellem Bedürfnis nimmt die Patientin/der Patient an der Wirbelsäulengruppe, dem Terraintraining oder dem autogenen Training teil.

Work Conditioning

Dieses arbeitsbezogene, intensive zielorientierte Behandlungsprogramm wird bei Patientinnen und Patienten eingesetzt, deren Arbeitsfähigkeit eingeschränkt oder gefährdet ist. Ziel ist eine Wiederherstellung bzw. der Erhalt der physischen Leistungsfähigkeit und Funktion, damit die Arbeit wieder aufgenommen oder weiterhin ausgeführt werden kann.

In den regelmässig stattfindenden Arztvisiten und Behandlungsbesprechungen wird das bestehende Therapieprogramm mit der Patientin/dem Patienten überprüft und gegebenenfalls angepasst.

Die einzelnen Therapien starten zeitlich versetzt. Dieses zeitliche, aufeinander abgestimmte Einsetzen der verschiedenen Therapien schafft die Voraussetzungen für einen sinnvollen Therapieaufbau.