

März – September 2019, Göppingen

- WIR MACHEN EUCH FIT FÜR DEN HALBMARATHON
- FÜR EINSTEIGER, WIEDEREINSTEIGER UND GELEGENHEITSLÄUFER
- GANZHEITLICHES PROGRAMM NACH UND MIT SPORTWISSENSCHAFTLER DR. FEIL
- WÖCHENTLICHER BETREUER LAUFTREFF IN VERSCHIEDENEN LEISTUNGSGRUPPEN
- TOLLES STARTERPAKET UND ZUGANG ZU VORTRÄGEN UND WEBINAREN

Jetzt anmelden!



Weitere Informationen und Anmeldung:
www.laufgehts-gp.de

f/laufgehtsGP

AOK

EVF

DR. FEIL

BRÜDERLIN

Kreissparkasse Göppingen

POLAR

Dr. Feil

NEURIST PRAXIS

Lauf geht's geht in die zweite Runde

Nach erfolgreicher Premiere findet die Aktion Lauf geht's auch im Jahr 2019 wieder statt. Das Reha Zentrum Brüderlin unterstützt die Teilnehmer der Aktion mit verschiedenen Angeboten.

Im Jahr 2019 findet die Aktion Lauf geht's, die von Ernährungswissenschaftler Dr. Wolfgang Feil ins Leben gerufen wurde, im Kreis Göppingen bereits zum zweiten Mal statt.

Die Resonanz im Vorjahr war überwiegend und somit war gleich klar, dass es im Jahr 2019 eine Neuauflage geben wird. „Für mich war sofort klar, dass wir die Aktion auch in diesem Jahr wieder unterstützen werden“, sagt der Physiotherapeut Michael Brüderlin. Bei der Aktion können sowohl Laufanfänger, als auch erfahrene Sportler teilnehmen.

Gemeinsames Ziel ist die Teilnahme am Einsteinmarathon in Ulm. Trainiert wird in kleinen Gruppen, die von erfahrenen Trainern betreut werden und nach Leistungsniveau aufgeteilt sind. So findet jeder seine passenden Trainingspartner und knüpft neue Kontakte; ganz nebenbei wird auch die Gesundheit positiv beeinflusst! Das Reha Zentrum Brüderlin ist nicht nur Sponsor der Veranstaltung, sondern auch Partner, Berater und Begleiter für die Teilnehmer während

der ganzen Aktion. So wird es einen interessanten Vortrag für die Teilnehmer geben und wie im letzten Jahr auch spezielle sportartspezifische Angebote, um optimal auf den Wettkampf vorbereitet zu sein. „Es gab im letzten Jahr erfreulich wenige Sportverletzungen und Überlastungserscheinungen“ freut sich Michael Brüderlin, was aber nicht zuletzt daran liegt, dass die Sportler mit Taping, Körperanalysen und Trainingsangeboten unterstützt wurden. In diesem Jahr gibt es für die Teilnehmer ein ganz besonderes Highlight aus dem Hause Brüderlin: „Wir werden jedem Teilnehmer eine individuelle Beratung und eine dazu passende Körperanalyse anbieten. Dass die Teilnehmer bei uns zu vergünstigten Konditionen trainieren können versteht sich von selbst“ erklärt der Masterphysiotherapeut.

Neben der individuellen Beratung, bei der alle etwaigen Beschwerden der Vergangenheit erfasst werden, die einen Einfluss auf das Training oder den Wettkampf haben könnten, aber auch aktuelle Geschehnisse im Körper berücksichtigt werden, wird eine so-

„Für mich war sofort klar, dass wir die Aktion auch in diesem Jahr wieder unterstützen werden“

Kraftverhältnis in der Oberschenkelmuskulatur kann beispielsweise die Wahrscheinlichkeit einer Überbelastungsreaktion oder gar einer Sportverletzung um bis zu 250% erhöhen.

„Diese Zahlen beruhen nicht auf Erfahrungswerten, sondern auf wissenschaftlichen Studien, die an Sportlern durchgeführt wurden. Wir können sowohl die Kraftverhältnisse, als auch die Stabilisierungs- und Koordinationsfähigkeit der Muskeln und Gelenke mit unseren modernen Geräten objektiv und exakt bestimmen. So können wir für jeden einzelnen Teilnehmer exakte Trainingsempfehlungen aussprechen und die Coaches der Lauf geht's Aktion mit wertvollen Infor-

mationen unterstützen. Auch die Wahrscheinlichkeit für sportartspezifische Probleme können wir dadurch enorm senken und somit nicht zuletzt auch die erfolgreiche Teilnahme am Abschlusswettkampf entscheidend unterstützen“, so Brüderlin. Kraftmessungen und Koordinationsanalysen dienen jedoch nicht nur der Verletzungsprophylaxe, sondern sind auch ein wichtiger Bestandteil der Trainingsplanung. Nur wer seinen Ist-Zustand kennt, kann sein Trainingsziel – also seinen Soll-Zustand – planen. Daher sollte die Beratung im Hause Brüderlin möglichst gleich zu Beginn der Lauf geht's Trainingsphase in Anspruch genommen werden.

INFO

Die Teilnehmer und auch alle anderen können sich mit dem unten abgedruckten Aktionscoupon direkt an die Trainingsabteilung im Göppinger Reha Zentrum Brüderlin in der Ulrichstraße 21 wenden.

„Mein Budget ist voll“ – Verordnungsprobleme?

Häufig scheidet eine Physio- oder Ergotherapie am Budget des Arztes. Kein böser Wille des Arztes – schlicht eine bürokratische Hürde, die nicht immer, aber in manchen Fällen umschifft werden kann.

Viele Ärzte würden gerne mehr Physio- und Ergotherapie verordnen, haben aber Vorgaben, an die sie sich halten müssen.

„Wir suchen immer nach Lösungen, die eine optimale Patientenversorgung gewährleisten und dennoch das Budget des Arztes nicht strapazieren. Dazu gehört auch die regelmäßige Recherche über extrabudgetäre Verordnungsmöglichkeiten und die Aufklärungsarbeit bei den Ärzten“, so Michael Brüderlin.

Letztlich profitieren alle davon – der Arzt, weil seine Patienten besser nachbehandelt werden, der Physio- und Ergotherapeut, weil er mehr Zeit hat und eine langfristige Therapie aufbauen kann und natürlich der Patient, weil der Heilungserfolg schneller einsetzt und länger anhält.

kengymnastik an Geräten verordnen, ohne dass es ihr Budget

Wir suchen immer nach Lösungen, die eine optimale Patientenversorgung gewährleisten

belastet. Ebenso fallen viele Patienten nach akuten Erkrankungen oder Operationen (Bänderrisse, Knie- oder Hüftprothesen, Schulterverletzungen und Wirbelsäulenerkrankungen) für sechs bis zwölf Monate nicht ins Budget des Arztes. Auch alle schweren chronischen Beschwerden, wie zum Beispiel bei Parkinson, Multiple Sklerose und nach Schlaganfällen, sind dauerhaft extrabudgetär; zudem viele Diagnosen die das Lymphsystem betreffen.



„Oft wird das Feuer gelöscht, aber das Glutnest bleibt bestehen und flammt wieder auf“, so beschreibt Michael Brüderlin die Lage im Bezug auf Heilmittelverordnungen. „

Oft wäre noch ein weiteres Rezept sinnvoll, um die Beschwerden vollends auszumerzen und den Patienten langfristig davon zu befreien, aber dann ist das Budget voll und nach drei Monaten sind die Beschwerden wieder da und das Spiel geht von vorne los. Am Ende entstehen dadurch deutlich mehr Kosten für die Krankenkassen“, so Brüderlin.

Vielversprechend sind daher die neuen Listen mit extrabudgetären Verordnungsmöglichkeiten. So können Ärzte beispielsweise allen über 70 Jährigen mit der Diagnose „Gehbeschwerden“ Krankengymnastik und auch Kran-

Eine vollständige Liste hat die Kassenärztliche Vereinigung veröffentlicht. „Es ist ein sensibles Thema deshalb können wir hier keine Empfehlungen aussprechen und möchten Ärzten nicht vorgreifen, aber Fragen von Patienten werden wir versuchen so gut wie möglich und sachlich korrekt zu beantworten“ verspricht Brüderlin. Eine Hilfestellung die sicher für viele nutzbringend sein kann.

Die öffentlich zugängliche Liste können Patienten und Ärzte unter folgendem Link einsehen und prüfen, ob eine Verordnung möglich ist, die das Budget nicht belastet:

www.kvbawue.de/praxis/verordnungen/heilmittel/besonderer-langfristiger-bedarf/

INHALTE

Rehabilitation – stationär oder ambulant? Seite 2

Moderne Prothesenversorgung bei Beinamputationen Seite 2

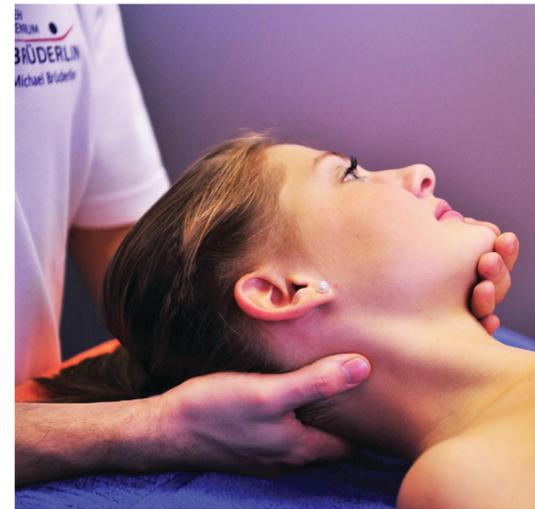
Wie entsteht Gesundheit? Seite 3

Was ist eigentlich Spiegeltherapie? Seite 3

Neue Forschungsergebnisse bei Schlaganfall, Multiple Sklerose, Parkinson Seite 3

Lauf geht's geht in die zweite Runde Seite 4

„Mein Budget ist voll“ – Verordnungsprobleme? Seite 4



Von der Massagepraxis zum modernen ambulanten Reha Zentrum

Das Angebotsspektrum des Reha Zentrum Brüderlin ist seit 1980 ständig gewachsen. Heute bietet der Familienbetrieb in zweiter Generation ein umfassendes Therapieangebot an.

Im Jahr 1980 wurde die Massagepraxis Brüderlin in Göppingen gegründet, damals noch in der Schillerstraße.

Am heutigen Standort, in der Ulrichstraße, gibt es das Reha Zentrum Brüderlin seit 1994. Im Jahr 2012 übernahm Michael Brüderlin die Leitung der Einrichtung von seinen Eltern Uli und Christa Brüderlin und gründete im Jahr 2014 noch die Zweitzentrum Physiotherapie Brüderlin in der Nördlichen Ringstraße im Reusich.

„Heute ist unser Therapiespektrum so breit, dass wir es auf keiner Infobroschüre mehr abbilden können“, so Brüderlin und fügt hinzu: „Deshalb hatte ich die Idee eine

Zeitung aufzulegen mit wertvollen Informationen zu verschiedenen Themen. Heute halten Sie die erste Ausgabe druckfrisch in Ihren Händen.“

Einen kleinen Eindruck über die Vielfalt der Möglichkeiten und die Themen dieser Zeitungsausgabe kann man schon an der Inhaltsübersicht erahnen. „Wir wollen den Bogen weit spannen – von Orthopädie über Neurologie und Lymphtherapie, bis hin zur Kinder- und Ergotherapie und der Versorgung von Amputationspatienten.“

Im Fokus der Informationen, die wir hiermit anbieten möchten, soll eine optimale Patientenversorgung stehen. Die Tipps und Hinweise auf den folgenden Seiten hel-

fen allen Patienten – egal ob sie sich bei uns in Behandlung befinden oder bei einem unserer Kollegen.“ Einige Angebote und Therapiemöglichkeiten sind jedoch im weiteren Umkreis nur selten zu finden.

Wir hatten im letzten Jahr Patienten aus Hamburg, Freiburg und Schwäbisch Hall

Daher ist es gut, dass es in Göppingen das Reha Zentrum gibt.

Zwischenzeitlich arbeiten dort 37 Mitarbeiter aus den unterschiedlichsten Fachrichtungen

zum Wohle der regionalen aber auch überregionalen Patienten.

„Wir hatten im letzten Jahr Patienten aus Hamburg, Freiburg und Schwäbisch Hall“, berichtet Brüderlin. Viele möchten von dem Kompetenzteam profitieren, das aus Physio- und Ergotherapeuten, Diplom Sportwissenschaftlern und Bewegungsanalytikern, Sport- und Gymnastiklehrern, Masseuren, Ärzten und vielen mehr besteht. Sogar eine Hebamme arbeitet im Reha Zentrum in der Kinderabteilung und ganz nebenbei ist sie auch noch Physiotherapeutin mit jahrelanger Erfahrung in der Kindertherapie. Für die Kleinsten ist optimal gesorgt; für die Großen sowieso.

INFO

REHA ZENTRUM BRÜDERLIN

Das Reha Zentrum Brüderlin verfügt über eine eigene Tiefgarage mit kostenfreien Parkplätzen für Patienten. Vor dem Haus ist eine Parkscheibenzone mit einer Parkdauer von zwei Stunden.

In der Zweigstelle Nördliche Ringstraße 100 gibt es unbeschränkte Parkplätze direkt an der Straße und nur eine Gehminute entfernt den Parkplatz der EWS Arena.

Die Rezeption des Reha Zentrum Brüderlin, Ulrichstraße 21 ist besetzt von:

Montag bis Freitag
08:00 – 10:00 Uhr
14:30 – 17:00 Uhr
Telefon: 07161 / 50 46 5-10

Über die zentrale Rezeption können auch Termine für die Praxis in der Nördlichen Ringstraße 100 vereinbart werden.

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag bis Donnerstag
07:30 – 19:30 Uhr
Freitag
07:30 – 18:00 Uhr



AKTIONSGUTSCHEIN

für alle Trainingsangebote des Reha Zentrum BRÜDERLIN

Jetzt aktiv werden! Termine und Infos unter 07161 / 50 46 5-0

10% Rabatt*

REHA ZENTRUM BRÜDERLIN

* Gutschein bitte ausschneiden und im Reha-Zentrum vorlegen. Gültig bis 31.12.2019. Keine Barauszahlung möglich. Nicht mit anderen Aktionen oder bereits reduzierten Preisen, z.B. für Senioren und Studenten, kombinierbar.

Rehabilitation – stationär oder ambulant?

Bei langandauernden Beschwerden und nach Operationen ist oftmals eine Rehabilitation das Mittel der Wahl. Für viele stellt sich dann die Frage: stationär oder ambulant?



gische Beratung stattfinden. Zudem wird jeder Rehabilitand mindestens einmal pro Woche von einem unserer hauseigenen Rehabilitationsärzten angeschaut; allesamt erfahrene Orthopäden. Sie sehen also – ein Rehatag ist ereignisreich und vollgepackt mit Therapieanwendungen.

Kann jeder bei Ihnen eine ambulante Reha machen?

BRÜDERLIN: Wir bieten die ambulante Rehabilitation für alle gesetzlichen und privaten Kassen, einschließlich Beihilfe, Heilfürsorge und Bundeswehr an. Auch als Selbstzahler ist eine ambulante Rehabilitation möglich. Für den Fall, dass Sie einen Berufs- oder Wegeunfall hatten, ist die Berufsgenossenschaft der Kostenträger. In diesem Fall heißt die ambulante Rehabilitation „EAP“. Das steht für „erweiterte ambulante Physiotherapie“. Auch hier haben wir die entsprechenden Zulassungen für die Durchführung der EAP mit allen Berufsgenossenschaften geschlossen.

Die Versicherten erhalten je nach Diagnose 12 – 20 Therapieeinheiten, die in der Regel vier Mal pro Woche stattfinden und je Einheit zweieinhalb bis drei Stunden dauert. Die Versorgung ist natürlich wesentlich besser als mit sechs Einheiten Krankengymnastik à 20 – 25 Minuten. AOK Sports beinhaltet wesentliche Elemente der ambulanten Rehabilitation und ist auch vom Ablauf der Beantragung und Genehmigung ähnlich. Es finden ebenfalls drei ärztliche Untersuchungen bei uns im Haus statt zur Therapiekontrolle und -planung. Wichtig zu wissen ist: AOK Sports belastet nicht das Budget des Arztes! Interessierte fragen am besten direkt bei der AOK nach oder können sich natürlich auch jederzeit an uns wenden.

Eine Reha dauert drei Wochen, also 15 Tage – wie geht es danach weiter?

BRÜDERLIN: Das ist der Regelfall, wobei in Ausnahmen, bei einer Therapiefrequenz von drei Tagen pro Woche, die Maßnahme dann fünf Wochen dauert bis die 15 Tage abgeholten sind. Grundsätzlich ist, wenn medizinisch erforderlich, ein Verlängerungsantrag mit maximal 10 weiteren Rehabilitationstagen möglich. Über die Notwendigkeit entscheiden unsere Ärzte zusammen mit dem Patienten bei einer Zwischenuntersuchung nach Ende der zweiten Rehabilitationswoche. Wird ein Antrag gestellt und genehmigt, so kann die Rehabilitationsmaßnahme in der Regel nahtlos weitergehen.

Aber irgendwann ist wirklich Schluss – und dann..?

BRÜDERLIN: Meist sind die Beschwerden soweit gelindert und die Alltagsfähigkeit des Patienten wieder hergestellt, sodass keine intensive Therapie mehr notwendig ist. Die meisten Patienten bekommen noch ein Rezept mit Physio- oder Ergotherapie von ihrem Hausarzt oder Orthopäden. Immer sinnvoll ist ein langfristig angelegtes Muskelaufbau- und Gesundheitstraining. Hier bieten wir unseren Patienten zahlreiche Möglichkeiten an und haben auch immer attraktive Angebote. Viele Kassen bezuschussen auch weitere Maßnahmen. Hier ist eine individuelle Beratung zum Ende der Rehabilitationsphase meist das beste Mittel der Wahl.

ning. Hier bieten wir unseren Patienten zahlreiche Möglichkeiten an und haben auch immer attraktive Angebote. Viele Kassen bezuschussen auch weitere Maßnahmen. Hier ist eine individuelle Beratung zum Ende der Rehabilitationsphase meist das beste Mittel der Wahl.

Eine letzte Frage noch – ist AOK Sports das gleiche wie eine ambulante Rehabilitation?

BRÜDERLIN: Nein, AOK Sports ist eine Rehabilitationsmaßnahme nach Verletzungen im privaten Bereich, also im Haushalt, Garten oder beim Sport. Und, wie es der Name schon sagt, ein Angebot der AOK für ihre Versicherten. AOK Sports wird beispielsweise nach Operationen bei Schulterverletzungen oder bei Kreuzbandrissen am Knie verordnet.

Die Versicherten erhalten je nach Diagnose 12 – 20 Therapieeinheiten, die in der Regel vier Mal pro Woche stattfinden und je Einheit zweieinhalb bis drei Stunden dauert. Die Versorgung ist natürlich wesentlich besser als mit sechs Einheiten Krankengymnastik à 20 – 25 Minuten. AOK Sports beinhaltet wesentliche Elemente der ambulanten Rehabilitation und ist auch vom Ablauf der Beantragung und Genehmigung ähnlich. Es finden ebenfalls drei ärztliche Untersuchungen bei uns im Haus statt zur Therapiekontrolle und -planung. Wichtig zu wissen ist: AOK Sports belastet nicht das Budget des Arztes! Interessierte fragen am besten direkt bei der AOK nach oder können sich natürlich auch jederzeit an uns wenden.

INFO

Sie können sich jederzeit persönlich ein Bild vom Reha Zentrum BRÜDERLIN machen.

Zwischen 8:00 und 10:00 und zwischen 14:30 und 17:30 können Sie auch ohne vorherige Terminvereinbarung vorbeikommen.

Das Empfangsteam zeigt Ihnen gerne unsere Räumlichkeiten und beantwortet Fragen zum Ablauf der Reha und unterstützt Sie beim Antrag.

INFO

Interessierte Patienten oder Angehörige können sich an das Reha Zentrum Brüderlin wenden.

Eine persönliche Beratung und auch wertvolle Alltagstipps, sowie, wenn nötig, die Vermittlung von Kontakten zu Herstellern sind Teil des Beratungsangebots.



Wie entsteht Gesundheit?

Wie bleibe ich gesund – wie werde ich gesund? Eine Frage, die sich viele stellen. Einige Forscher haben sich damit beschäftigt und es gibt Antworten!

Im Bereich der Gesundheitsförderung hat Aaron Antonovsky grundlegende Thesen aufgestellt.

Ihn beschäftigte die Frage, wieso manche Menschen krank werden, aber andere mit gleichen Grundvoraussetzungen und ähnlicher Lebensweise gesund bleiben. Aus seinen Forschungs- und Beobachtungsergebnissen hat er ein Konzept entwickelt, das heute unter dem Namen der Salutogenese bekannt ist. In einer selbstbestimmten Welt zu leben ist dabei das oberste Ziel. Aber wie wird das erreicht? Dieses Ziel thront auf drei Säulen: Der Verstehbarkeit, der Machbarkeit und der Bedeutsamkeit. „Das im Detail zu erklären ist gar nicht so einfach, aber es ist mein persönliches Leitbild bei meiner täglichen Arbeit“, sagt Michael Brüderlin.

Der Physiotherapeut arbeitet seit fast 10 Jahren erfolgreich mit dieser Methode der Gesundheitsförderung und der Gesundheitskommunikation. „Lassen Sie mich die drei Säulen an einem einfachen Beispiel erklären: Einer meiner Patienten erhält Übungen für zu Hause wegen seinen Rückenbeschwerden. Soweit nichts Besonderes. Diese sollten aber, damit eine Therapie Erfolg haben wird, regelmäßig im angegebenen Umfang durchgeführt werden und hier findet sich der Grund, weshalb so viele Behandlungen wenig erfolgreich sind.

Ich möchte keineswegs jedem unterstellen, dass die Heimübungen nicht gemacht werden, aber ich glaube, dass die Übungen besser gemacht werden und dadurch auch mehr Erfolg haben, wenn die drei Säulen nach Antonovsky beachtet werden. Zurück zum Beispiel: nehmen wir eine einfache Rumpfübung wie beispielsweise den Unterarmstütz. Zunächst muss der Patient exakt verstanden haben, wie und wie oft er die Übung auszuführen hat. Ist er sich zu Hause unsicher, so wird er die Übung entweder nicht korrekt und



relevanten Übung ausgewählt werden, sodass der Patient möglichst direkt den Sinn und Nutzen erkennt und frühzeitig durch die Übung eine Verbesserung seiner persönlichen Alltagssituation erlebt. Auch wenn das alles vielleicht kompliziert klingt, durch solche kleine Veränderungen ist es möglich die beinahe gleiche Therapie entweder völlig erfolglos oder vollkommen erfolgreich werden zu lassen“, so Brüderlin.

Eine moderne Therapie besteht also heute nicht nur aus wissenschaftlich fundierten Übungen, modernen Geräten und geschulten Therapeuten, sondern auch aus einer empathischen und patientenorientierten Kommunikation und einer genauen und umfassenden Befunderhebung. Wer Probleme hat und möchte, dass diese in Ruhe besprochen und analysiert werden, um anschließend eine Therapieempfehlung zu erhalten und dieses Gesamtkonzept selbst erfahren möchte, ist im Hause Brüderlin an der richtigen Adresse.

„Oft beklagen sich Patienten, dass man sich zu wenig Zeit für sie nimmt – wir nehmen uns diese Zeit“

Neue Forschungsergebnisse bei Schlaganfall, Multiple Sklerose, Parkinson

Bei neurologischen Erkrankungen rückt immer mehr die aktive Therapie in den Mittelpunkt des Geschehens. Auch Gerätetraining sollte längst Bestandteil einer modernen Therapie sein.

Gerätetraining nach einem Schlaganfall – für Viele lange Zeit undenkbar und für Manche bis heute, dabei ist das gezielte Krafttraining, neben einem Koordinations- und Alltagstraining, unverzichtbar.

Selbst schwerer betroffene Patienten profitieren enorm. Dies belegt immer mehr aktuelle Studien. Bei sogenannten progredienten, also immer schlimmer werdenden Erkrankungen, wie Parkinson oder Multiple Sklerose, sollte so früh wie möglich mit einer intensiven Therapie begonnen werden. Leider stehen dem einige Hürden im Gesundheitswesen im Weg. So wird eine Heil-

mitteltherapie beispielsweise bei Parkinson erst ab Stadium zwei langfristig genehmigt und für Gerätetraining gibt es bis zum heutigen Tag keine Verordnungsposition im Heilmittelkatalog.

Dieser müsste dringend überarbeitet werden. „Unsere Patienten müssen theoretisch also erst besonders krank werden, um eine Therapie zu erhalten anstatt man frühzeitig die Therapie genehmigt und somit einer Verschlechterung vorbeugt oder diese hinauszögert. Somit könnten sicher die Kosten für frühe Pflegebedürftigkeit enorm gesenkt werden“, kritisiert Michael Brüderlin. Dank guter Zusammenarbeit und viel geleisteter Aufklärungsarbeit bei den Ärzten, kennt der erfahrene Physiotherapeut aber Möglichkeiten, dass es nicht so weit kommen muss. „Und wenn man sich selbst einiges an Selbstständigkeit erhalten oder wiederherstellen kann, lohnt es sich manchmal auch selbst in die Tasche zu greifen. Was nutzt es einem, Geld für einen Urlaub zu haben und diesen dann wegen Pflegebedürftigkeit nicht mehr antreten zu können?“, mahnt Brüderlin.

Eine gute Mischung aus Eigenverantwortlichkeit und Kenntnis über Ansprüche, die einem zustehen ergeben meist eine gute Therapiesituation. So können beispielsweise Physiotherapie und Ergotherapie parallel verordnet werden und der Be-

troffene hat, anstelle von 30 Minuten Physiotherapie oder 45 Minuten Ergotherapie, am Ende insgesamt 75 Minuten Therapiezeit. In dieser Zeit kann man einiges bewegen. Und hier liegt ein entscheidender Vorteil des Reha Zentrum Brüderlin: Physiotherapie, Ergotherapie und medizinische Gerätetherapie gibt es alles unter einem Dach.

Michael Brüderlin fasst zusammen: „Unsere Patienten können alles in einem Haus erhalten und die Therapien schließen nahtlos aneinander an. Zudem können sich die unterschiedlichen Berufsgruppen optimal abstimmen und gemeinsam in den Teambesprechungen einen Therapieplan erstellen.“

Was ist eigentlich Spiegeltherapie?

Nicht nur Erwachsene werden im Reha Zentrum Brüderlin behandelt, auch für Säuglinge und Kinder gibt es einen extra altersgerecht eingerichteten Therapiebereich.

Physiotherapie und Ergotherapie sind die klassischen Heilmittel in unserem Gesundheitswesen.

Während der Spiegeltherapie wird ein Spiegel derart in der Körpermitte des Patienten platziert, dass Bewegungen der nicht betroffenen Seite im Spiegel als Bewegungen der betroffenen Seite sichtbar werden. Hierdurch erhält der Patient das visuelle Feedback von zwei intakten Armen oder Beinen, das therapeutisch eingesetzt werden kann, um Bewegungen oder die Wahrnehmung der betroffenen Seite zu verbessern oder Schmerzen zu reduzieren. Anwendung findet die Spiegeltherapie vorwiegend bei Amputationen, nach Schlaganfällen oder auch beim Morbus Sudeck.

Bei Säuglingen und Kindern kann die Spiegeltherapie nicht angewendet werden, da bei dieser Therapiemethode sehr viel Konzentration notwendig ist. Dies können Kinder noch nicht leisten. Aber dafür gibt es für Kinder andere motorische und lernpsychologische Methoden. Im Reha Zentrum Brüderlin steht für die Kinderergotherapie ein spezieller kindgerechter Motorikraum mit Bällebad, Sprossenwand und Hängematte zur Verfügung.

INFO

Im Reha Zentrum Brüderlin arbeiten zwei Physiotherapeutinnen mit speziellen Kinderfortbildungen (Bobath und Vojta) und vier Ergotherapeuten. Eine der Physiotherapeutinnen ist zusätzlich examinierte Hebamme. Diese Kombination an

Fachwissen macht das Therapieangebot so besonders. Die Kinderphysiotherapieabteilung erreichen Sie telefonisch direkt unter 07161/50 46 5-13. Die Ergotherapieabteilung (Erwachsene und Kinder) unter 07161/50 46 5-12.



INTERVIEW

mit Michael Brüderlin



Früher war ganz klar – nach einer Operation, egal ob an der Wirbelsäule oder an einem Gelenk, wurde eine stationäre Rehabilitation durchgeführt.

Heutzutage haben die Patienten die Wahl zwischen einer ambulanten oder einer stationären Rehabilitation. Doch was sind die Unterschiede, wie ist der Ablauf und worin liegen die jeweiligen Vorteile? Hierzu haben wir Michael Brüderlin, den Inhaber des Göppinger Reha Zentrum Brüderlin befragt.

Wer bekommt eine Rehabilitation?

MICHAEL BRÜDERLIN: Eine Rehabilitation kann grundsätzlich jeder beantragen. Mit Formular 61

wird vom Arzt eine Rehabilitationsmaßnahme beantragt und bei der Krankenkasse zur Genehmigung eingereicht. Die Genehmigung erfolgt in der Regel binnen weniger Tage. Häufig wird eine Rehabilitation nach Operationen, wie beispielsweise Hüft- oder Knieprothesen beantragt, aber auch nach Wirbelsäulenoperationen oder bei längerfristig bestehenden Beschwerden ist eine ambulante Rehabilitation effizienter als normale Physio- oder Ergotherapie.

Was ist der Unterschied zwischen „normaler Therapie“ und Rehabilitation?

BRÜDERLIN: Eine Rehabilitation hat eine Therapiedauer von täglich vier bis sechs Stunden. Also in der Regel fünf Mal pro Woche. In Einzelfällen kann, zumindest bei der ambulanten Rehabilitation, die Therapie auch nur an drei Tagen pro Woche durchgeführt werden; zum Beispiel wenn der Patient noch zu schwach ist für eine tägliche Therapie. Dies ist schon der erste Vorteil der ambulanten Rehabilitation im Vergleich zur stationären. Bei der normalen Physio- oder Ergotherapie ist die Therapiefrequenz und -dauer wesentlich geringer; in der Regel nur zwei Mal pro Woche für 20-45 Minuten. Oft reicht dies aus, aber dass bei stärkeren Beschwerden damit nicht so viel erreicht werden

kann wie mit einer Reha, ist offensichtlich.

Sie sprachen von Vorteilen der ambulanten Reha. Gibt es auch Nachteile?

BRÜDERLIN: Nicht für jeden kommt eine ambulante Reha in Frage, aber für die große Mehrheit. Es gibt meiner Meinung nach nur zwei zwingende Indikationen für eine stationäre Maßnahme. Erstens, wenn der Patient auf Grund von psychischen Problemen aus dem Alltag rauskommen muss und zweitens, wenn der Patient sich zu Hause nicht selbst versorgen kann oder nicht versorgt werden kann, weil er beispielsweise dauerhaft oder vorübergehend pflegebedürftig ist.

Alle anderen Patienten haben bei der ambulanten Rehabilitation deutlich mehr Vorteile. Die Therapiefrequenz pro Woche ist flexibel, man ist zu Hause in seinem gewohnten Umfeld, man kann direkt die neu erlernten Fähigkeiten in seinem Alltag ausprobieren und erkennt dadurch auch sofort, woran es noch mangelt. Somit ist eine ambulante Rehabilitation sehr alltagsnah und effizient. Zudem behauptet ich, aber hier kann ich nur für unser Haus sprechen, dass deutlich mehr Therapie durchgeführt wird wie in manchen stationären Einrichtungen.

Wie sieht denn dann so ein

versorgung sowohl Physio- als auch Ergotherapie von speziell geschulten Therapeuten erhalten. Ergänzt wird der Service durch eine enge Kooperation im Bereich der Prothesenversorgung mit einem ortsnahen Sanitätshaus. „Die Prothesen können zwischenzeitlich induktiv geladen werden und haben eine Akkukapazität von bis zu sechs Tagen. Je nach Aktivitätsniveau des Anwenders wird die passende Pro-

Rehatag bei Ihnen aus? Wieviel Therapie findet statt?

BRÜDERLIN: Ein Rehatag ist ein ereignisreicher Tag und die vier bis sechs Stunden vergehen wie im Flug. Die Patienten erhalten bei uns jeden Tag eine ganze Stunde Einzeltherapie. Das ist selten, da es sehr personal- und kostenintensiv ist; aber mir ist es das wert. Unsere Patienten sind laut einer internen Qualitätsumfrage sehr zufrieden und würden jederzeit wieder zu uns kommen. Auch unsere Teilnahme am BQS Qualitätssicherungsverfahren hat uns die hohe Patientenzufriedenheit bestätigt und ich glaube das ruht nicht zuletzt auch von der intensiven Einzelbetreuung her. Die Einzeltherapiestunde wird von einem Physio- oder Ergotherapeuten durchgeführt und gliedert sich in der Regel in 30 Minuten aktive Übungen und 30 Minuten passive Behandlungstechniken, wie beispielsweise Massagen, Lymphdrainagen oder Manuelle Therapie.

Danach folgt eine Wärme- (Fango) oder Kälteanwendung, eine Elektrotherapie, ein Schlingentisch oder ein Stangerbad in 600 Liter warmem Wasser, gefolgt von einer Nachruhe. Zudem finden jeden Tag eine Gruppentherapiestunde, sowie medizinisches Gerätetraining statt. Bei Bedarf kann auch eine Ernährungsberatung oder eine psycholo-

gische Beratung stattfinden. Zudem wird jeder Rehabilitand mindestens einmal pro Woche von einem unserer hauseigenen Rehabilitationsärzten angeschaut; allesamt erfahrene Orthopäden. Sie sehen also – ein Rehatag ist ereignisreich und vollgepackt mit Therapieanwendungen.

Die Prothesen sind heutzutage Wunderwerke der Technik

dergrund, wohingegen bei sehr aktiven Personen Funktionen programmierbar sind, sodass sogenanntes Jogging, Skifahren und Fahr-

radfahren wieder möglich sind.“ erklärt Brüderlin und fügt begeistert hinzu „Alle Prothesenmodelle, die wir in der Schulung kennen gelernt haben, auch die für gering bis normal aktive Personen, haben standardmäßig eine intuitive Stehfunktion, einen Stopperschutz und ermöglichen das Gehen auf unebenen Untergründen, sowie das Gehen von leichten Steigungen und Gefällen.“

Moderne Prothesenversorgung bei Beinamputationen

Die Amputation einer Gliedmaße ist ein gravierender Einschnitt ins tägliche Leben. Dank moderner Prothesenversorgung sind aber nahezu alle Alltagsaktivitäten wieder möglich.

Einer der führenden Hersteller im Bereich der Prothetik nach Amputationen, ist die Firma Otto Bock.

Der Physiotherapeut Michael Brüderlin, und die leitende Ergotherapeutin des Reha Zentrum Brüderlin Marina Kochan, waren im Herbst 2018 zu einer Therapeutenschulung für mikroprozessorgesteuerte Beinprothesen in Duderstadt im Hauptsitz der weltbe-

kannten Firma Otto Bock. „Die Prothesen sind heutzutage Wunderwerke der Technik mit zahlreichen Funktionen und Einstellmöglichkeiten. Ein nicht geschulter Therapeut ist mit der Komplexität schnell überfordert. Nur wer die Technik dahinter genau versteht, kann dem Anwender alle Funktionen beibringen“, erklärt Michael Brüderlin. Im Hause Brüderlin können nun Personen mit einer Prothesen-

these ausgewählt. Bei mäßig aktiven Anwendern steht die Sicherheit im Stand und Gang im Vordergrund, wohingegen bei sehr aktiven Personen Funktionen programmierbar sind, sodass sogenanntes Jogging, Skifahren und Fahr-