

## **Krankengymnastik mit Geräten**

Seit dem 01.07.2001 können Vertragsärzte der Krankenkassen "Gerätegestützte Krankengymnastik" verordnen.

Verordnungsrelevant ist sie ausschließlich für bestimmte Beschwerdebilder, denen eine primäre Muskelkräftigung, Kraftausdauer, Wiederherstellung alltagsspezifischer Belastungstoleranzen, sowie funktioneller Bewegungsabläufe und Tätigkeiten im alltäglichen Leben, laut der Heilmittelrichtlinien zugeordnet wird. Patienten mit chronisch degenerativen Skeletterkrankungen sowie posttraumatischen oder postoperativen Zuständen der Extremitäten oder des Rumpfes mit Muskeldysbalance/-insuffizienz, krankheitsbedingter Muskelschwäche oder peripheren Lähmungen.

Der betreuende Therapeut ist verpflichtet eine Fortbildung in "KG-Gerät" absolviert zu haben.

### **Medizinische Trainingstherapie/Medizinische Fitness**

Medizinische Trainingstherapie ist eine vom norwegischen Physiotherapeuten Rolf Gustavsen entwickelte und verbreitete Therapieform.

Sie ist eine rein aktive Behandlungsform mittels Geräten und Zugapparaten, die ihre Anwendung unterstützen als Zusatzbehandlung (Prophylaxe und Rehabilitation) in vielen medizinischen Fachbereichen findet wie z.B. in der Orthopädie, Traumatologie, Rheumatologie und der inneren Medizin.

#### **Die Therapie beinhaltet:**

- Übungen zur Förderung/Erhaltung der Elastizität der Weichteile
  - Automobilisation
  - Autostabilisation
  - Übungen zur Verbesserung der Muskelkraft, Muskelausdauer und Koordination
1. Sowie das Erlernen richtiger Verhaltensweisen im Alltag und prophylaktische Verfahren.
  2. Voran geht eine exakte Funktionsdiagnostik und eine entsprechende symptomatische Behandlung, eine passive Mobilisation, Manipulation (Manuelle Therapie) oder Stabilisation. Danach wird der Patient an den entsprechenden Geräten mit individuell festgelegtem Widerstand und Übungswiederholungen angeleitet, bevor er selbständig üben kann.

3. Ziel dieser anschließenden Trainingstherapie ist das Erlangen von Schmerzfreiheit und die objektive Verbesserung der physischen Funktionsqualitäten und der Belastbarkeit des Patienten.

Das Medizinische Aufbautraining ist eine Weiterführung der medizinischen Trainingstherapie. Angewendet wird diese Therapieform in der Rehabilitation. Nach schweren Verletzungen, Operationen oder chronischen Schmerzzuständen weist der Körper durch die Ruhigstellung der entsprechenden Gelenke deutliche Defizite auf. Diese sollen funktions- und sportspezifisch rehabilitiert werden.

Zur vollständigen Wiederherstellung der verletzten Struktur wird dafür zusätzlich zur Physiotherapie und physikalischen Therapie das medizinische Aufbautraining eingesetzt.

Ziel der Therapie:

- Erlernen physiologischer Bewegungsabläufe
- Verbesserung der Muskelkraft, Kraftausdauer
- Verbesserung der Belastbarkeit
- Verbesserung der Koordination
- Verbesserung der Beweglichkeit

In interdisziplinärer Zusammenarbeit von Ärzten und Physiotherapeut wird ein individueller Trainingsplan erstellt.

Je nach Ausstattung wird das Training an Kraftmaschinen und Kleingeräten wie Kreisel, Wackelbrett usw. durchgeführt.

Nach dieser Therapie soll die Alltags-, Arbeits- und Sportfähigkeit wieder hergestellt sein. Der Patient soll die Fähigkeit erworben haben, die Schwierigkeiten verschiedener Bewegungsabläufe in Bezug auf seine Verletzung einzuschätzen, und sein Eigentraining spezifisch darauf ausrichten zu können.