

Merkblatt **SpineMED Table**

Sehr geehrte(r) Patient(in)

Um einen bestmöglichen Ablauf und Therapieerfolg zu erzielen bitten wir um Beachtung der nachfolgenden Hinweise:

Vorbereitung

- Bitte 5-10 Minuten vor Ihrem Termin erscheinen und an unserer Rezeption anmelden
- Möglichst kein Stress oder Zeitdruck
- Rechtzeitig vor Behandlung Toilettengang erledigen
- Bequeme Kleidung tragen
- Gürtel oder einschnürende Kleidungsstücke /Schmuck ablegen
- Schuhe ausziehen
- Kurze Wartezeiten oder Überschneidungen sind selten, lassen sich aber nicht immer ganz vermeiden- bitte planen Sie etwas Zeitreserve ein
- Falls etwas dazwischenkommt bitte rechtzeitig absagen- wir reservieren 30 Minuten Behandlungszeit für Sie!
- Sollten Sie sich unwohl fühlen oder erkranken- bitte ebenfalls rechtzeitig absagen oder neue Termine vereinbaren

Während der Behandlung

- Möglichst entspannt liegen –Sie können gerne auch schlafen
- Möglichst Kopfhörer mit oder ohne Unterhaltungsprogramm aufsetzen um Hintergrundlärm zu reduzieren und damit eine Entspannung herbeizuführen
- Ausschalt/Notfallknopf rechts am Tisch nur im Notfall betätigen
- Wenn Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen betätigen Sie bitte den Signalgeber- die zuständige Mitarbeiterin wird gleich nach Ihnen schauen
- Die Behandlung läuft schmerzfrei und computerüberwacht ab- es kann aufgrund des Biofeedbacks und auf Sie abgestimmter Zugspannung kein Schaden angerichtet werden
- Leichtes Ziehen oder Brennen während der Behandlung sind sehr selten und nur vorübergehender Natur- meist handelt es sich hierbei um einen leichten Muskeldehnreiz.

Nach der Behandlung

- Möglichst etwas ruhen- idealerweise im Rahmen einer Akupunkturbehandlung mit Stufenbettlagerung
- Kombinationsbehandlungen wie leichte Lockerungsmassagen, Trigger-oder Spinelinerbehandlungen, Spritzen oder Kinesiotaping können sinnvoll sein und werden im Vorfeld mit Ihnen gemeinsam geplant
- Bitte lassen Sie sich beim Anziehen helfen und vermeiden Sie Bückbelastungen beim Schuhanziehen (ein Schuhlöffel liegt bereit)- wir helfen Ihnen gerne !

Nicht vergessen

•••

Kein Stress

Rechtzeitig anreisen

Bequeme Kleidung

Rechtzeitig absagen

Kein Muskelaufbau

Keine KG

3x 15 Min gehen

Magnesium

Bandage tragen

Medikamente

Begleittherapie

Entspannen

Kopfhörer aufsetzen

Video/Musik

Notfallknopf



- Ganz wichtig ist das konsequente Tragen der Bandage und bitte immer zur Behandlung mitbringen (Nachts oder beim Autofahren weglassen)
- Längeres Sitzen (Autofahren, weicher Sessel usw) sollte vermieden werden
- Bitte kein Rückentraining/Muskelaufbau oder Krankengymnastik während der SpineMED Therapie- auch keine rückenbelastende Aktivitäten (Golf, Tennis, Gartenarbeit usw)!
- Jeden Tag möglichst 3 x15 Min spazierengehen und viel trinken
- Schwimmen reduzieren - Aquajogging oder Floaten ist dagegen sehr empfehlenswert!
- Ganz wichtig: täglich Magnesium und Calcium zur Muskelentspannung- am besten als Mineralwasser (ZB Ensinger Sport)- gerne reichen wir Ihnen auch ein Magnesiumgetränk vor oder nach der Behandlung!
- Bewährt hat sich zudem die begleitende Einnahme von speziellen Vitaminen und Spurenelementen zur Unterstützung der Geweberegeneration- sowie entsäuernde Massnahmen -bitte fragen Sie uns!
- Bitte nehmen Sie die Begleitmedikamente regelmässig ein-im weiteren Verlauf werden wir die Medikation zügig reduzieren oder absetzen – sollten die Medikamente vorzeitig ausgehen stellen wir gerne ein Folgerezept aus.

Allgemeine Hinweise:

- Ein spürbarer Besserungseffekt tritt meist ab der 8-9.Behandlung ein- das liegt vor allem an der kontinuierlichen Erhöhung der auf Sie individuell abgestimmten Zugspannung
- Für einen optimalen Behandlungserfolg empfehlen auch die amerikanischen SpineMED Anwender (Ärzte, Therapeuten, Unikliniken) eine 20 x Behandlungsserie- am besten täglich oder mind. 2x Woche-dies entspricht auch den offiziellen Vorgaben des Herstellers
- Bei der SpineMED Liege handelt es sich um das weltweit effektivste und modernste mechanische Dekompressionssystem- durch permanente computergesteuerte Regulierung und Überwachung der Distractionskräfte und präzise Isolation und Positionierung des zu behandelnden Wirbelsäulenabschnitts kann die Behandlung sehr genau lokalisiert und optimal dosiert werden. Hierdurch wird eine sichere und nebenwirkungsfreie Therapie ermöglicht
- Nach Behandlungsende erfolgt ein ärztliches Abschlussgespräch mit Untersuchung und Dokumentation zur Qualitätssicherung- darin wird das weitere Vorgehen gemeinsam festgelegt
- In den allermeisten Fällen werden alle SpineMED Patienten einem angepassten Muskelaufbauprogramm (KG, KG/G oder MKT) zugeführt um den Behandlungserfolg auch langfristig zu festigen.
- Nach unserem Abschlussgespräch erhält jeder Patient neben Verordnungen auch ein Übungsblatt sowie auf Wunsch ein Attest zur Kostenübernahme welches bei der jeweiligen Krankenkasse vorgelegt werden kann.
- Die SpineMED Therapie wird momentan nur von wenigen Privatkassen voll erstattet- meist leider nur anteilig - wir empfehlen Teilrechnungen einzureichen- Zudem bieten wir über die Privatärztliche Verrechnungsstelle Ratenzahlungen/Teilrechnungen (bis 6x) an. Wir beraten Sie gerne!
- Tipp: Vorherige Anfragen zur Kostenübernahme führen meist immer zur kategorischen Ablehnung der Therapiekosten- eine Rechnungseinreichung während der Behandlung als Teilrechnung oder als Gesamtrechnung wird dagegen zunehmend voll oder zumindest anteilig erstattet- bitte rechnen Sie dennoch auch als Privatpatient mit verbleibenden Kosten welche nicht von Ihrer PKV erstattet werden.
Um Sie hier bestmöglichst zu unterstützen haben wir zusammen mit der PVS ein entsprechendes Begründungsschreiben verfasst-fragen Sie uns!
- Behandlungen können aufeinanderfolgend täglich auch Samstags durchgeführt werden- auch an den Wochenenden oder während des Praxisurlaubs läuft der SpineMED unter der direkten Aufsicht eines Praxisvertreters weiter.

Empfohlene Verhaltensweisen des Patienten

(gemäss Vorgaben im SpineMED Behandlungsprotokoll CERT Health Sciences)

| Was der Patient tun sollte | Was der Patient lassen sollte |
|--|--|
| Nach jeder Sitzung mindestens 1-2 Stunden ruhen | In den ersten Stunden nach der Sitzung nicht nach vorne beugen |
| Beim Sitzen, Stehen und Liegen auf die Haltung achten (Rückendisziplin) | Keine schweren Gegenstände (mehr als 9 Kg) anheben |
| Lendenwirbelstütze wie vorgeschrieben benutzen | Keine hochhackigen Schuhe tragen |
| Schuhe ohne Schnürsenkel tragen und langen Schuhlöffel benutzen | Nach der Sitzung keine langen Strecken gehen |
| Therapeut über alle Veränderungen seit der letzten Sitzung informieren | Nicht zu bald Aktivitäten ausüben, die man vor der Behandlung vermieden hat, auch wenn man sich besser fühlt |

Zudem bitte beachten:

- Nach SpineMED Behandlungsabschluss vorsichtiger Beginn mit einem angepassten Übungsprogramm- hierbei werden die zuvor durch Schmerzen oder Nervenkompression abgeschwächten Muskeln schrittweise wieder aufgebaut- über einen Zeitraum von 4 Wochen sollten Beuge-Streck und Rotationsübungen zur Vermeidung eines Rückfalls vorsichtig durchgeführt und langsam gesteigert werden
- Volle Belastbarkeit in Sport, Beruf und Arbeit besteht meist nach etwa 1-2 Monaten
- Wir bitten um Verlaufskontrollen nach 3 Monaten- 6 Monaten und 1 Jahr
- SpineMED Wiederholungsbehandlungen oder ein Erhaltungsprogramm (1x alle 1-2 Wochen) bieten sich bei Patienten an die aufgrund ihres Lebensstils oder ihrer Arbeitsumgebung einem höheren Risiko ausgesetzt sind

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung und wünschen einen erfolgreichen Behandlungsverlauf

Ihr Praxis Team Dr I. Breitenbacher (Tel. 07031-811096 oder ivobre@t-online.de)