

Beratungsempfehlungen im Orthopädievertrag

Name, Vorname:

Beschwerde-/Krankheitsbild	Beratungsempfehlungen	B ¹	E ²
Grundsatz	<ul style="list-style-type: none"> • Ggf. bildgebende Untersuchungen bei Warnhinweisen oder therapeutischen Konsequenzen • Ggf. kurzzeitige Schmerzmitteleinnahme unter Beachtung von Risikofaktoren usw. 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allgemeine Beschwerden/Verletzungen	<ul style="list-style-type: none"> • Anleitung zu Eigenübungen • Ggf. AOK-Sports nach Verletzungen <p>www.rki.de (Robert Koch-Institut) www.gesundheitsinformation.de</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rückenschmerzen (unspezifisch)	<ul style="list-style-type: none"> • Anleitung zu Eigenübungen 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Akut (unkompliziert)	<ul style="list-style-type: none"> • z. B. Wärme (Pflaster usw.) 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Subakut	<ul style="list-style-type: none"> • Bio-psycho-soziale Beratung: richtige Bewegung (z. B. Walking), Entspannung (z. B. kurzzeitig Liegen für die Bandscheiben) 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chronisch	<ul style="list-style-type: none"> • Bio-psycho-soziale Betreuung (ggf. Fallkonferenz) <p>Bartow, K. (2014). Schwachstelle Rücken. Gezielt und effektiv: Übungen gegen den Schmerz. Stuttgart: TRIAS Verlag. www.kreuzschmerz.versorgungsleitlinien.de</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rückenschmerz (spezifisch)	<ul style="list-style-type: none"> • Je nach Ursache: Maximalversorgung 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arthrose des Hüftgelenks/ Kniegelenks	<ul style="list-style-type: none"> • Anleitung zu Eigenübungen • Richtige Bewegung; Stärkung Bein- und Beckenmuskulatur • Vermeidung einseitiger Belastung • Ggf. Gewichtsoptimierung • Eher fischreiche, mediterrane Ernährung (auch Beachtung von Komorbiditäten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes) • Ggf. Pufferabsätze (weiche Sohle) • Z. B. Warmhalten der Gelenke sowie Vermeidung von Kälte/Nässe • Z. B. Schwimmen im warmen Wasser • AOK-proReha bei Endoprothese <p>Steinhilber, B., Krauss, I., Janßen, P. & Haupt, G. (2014). Das Tübinger Hüftkonzept. Von der Wissenschaft in die Praxis. Essen: Verlag hellblau GmbH & Co. KG.</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bitte ankreuzen falls erfolgt: B¹=Beratung, E²=Empfehlung

Beschwerde-/Krankheitsbild	Beratungsempfehlungen	B ¹	E ²
Sport	www.vereinsverzeichnis.eu www.sport-in-bw.de		
Ernährung	www.wlsb.de (Württembergischer Landessportbund e.V.) www.landwirtschaft-mlr.baden-wuerttemberg.de (Infodienst Landwirtschaft - Ernährung - Ländlicher Raum)		
Osteoporose	<ul style="list-style-type: none"> • Anleitung zu Eigenübungen • Bewusste, lebenslange körperliche Aktivität (z. B. an der frischen Luft wandern) • Verbesserung von Muskelkraft, Koordination usw. • Ernährung vor allem mit Obst und Gemüse (basisch) • Nikotinstopp • Beratung zur Sturzprophylaxe (Muskelkräftigung, Koordination usw.) 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frakturgefährdung	<p>Brückle, W. (2014). Osteoporose. Stabil durchs Leben. Stuttgart: TRIAS Verlag. www.rheuma-liga-bw.de (Selbsthilfe)</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rheumatoide Gelenkerkrankungen, Rheuma	<ul style="list-style-type: none"> • Anleitung zu Eigenübungen • Richtige Bewegung • Kälteanwendung bei akut entzündeten Gelenken • Fischreiche Kost • Obst/Gemüse (basisch) auch zur Osteoporoseprophylaxe • Nikotinstopp <p>www.rheuma-liga-bw.de (Selbsthilfe)</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bitte ankreuzen falls erfolgt: B¹=Beratung, E²=Empfehlung

Beratung / Empfehlung erfolgte zu:

- Anatomie
 Angebote vor Ort

- Gesundheitsangebote der AOK/Bosch BKK
 Selbsthilfegruppen

Sonstige Anmerkungen:

Praxisstempel & Arztunterschrift