

ANLAGE 4.

VERSICHERTENINFORMATION ZUM VERTRAG.

Versicherteninformation zur FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie – das Programm zur Vermeidung von Stürzen und zur Stärkung der Knochendichte

Liebe Versicherte*r,

bei der Osteoporose handelt es sich um eine systemische Skeletterkrankung, die durch einen Abbau an Knochenmasse und eine Verschlechterung der mikroarchitektonischen Knochenstruktur charakterisiert ist, was eine deutlich geringere Bruchfestigkeit des Knochens zur Folge hat.

Besondere gesundheitspolitische Bedeutung erlangt die Osteoporose durch die Tatsache, dass vor allem im höheren Lebensalter damit assoziierte Stürze und Frakturen die Betroffenen vor schwerwiegende gesundheitliche Einschränkungen mit Langzeitfolgen wie eingeschränkte Mobilität sowie verlorene gesunde Lebensjahre nach sich ziehen.

Übersicht

Ärztliche Untersuchung



Bewegungswissenschaftliche Analysen im FPZ-Therapiezentrum

- > Fragebögen
- > Tests



Langfristige Intervention

- > Koordination, Krafttraining
- > Ausdauertraining
- > Lernprogramme (digital)
- > Online Heimtrainingsprogramme



Digitale Begleittherapie

- > Online Heimtrainingsprogramme
- > Lernprogramme
- > Messenger-Dienste

Unser Ansatz

Basierend auf wissenschaftlicher Evidenz und dem Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) hat die FPZplus AG gemeinsam mit dem DVGS e. V. ein Programm entwickelt, in dem Sie als Versicherte*r mit manifester Osteoporose aktiviert und trainiert werden und somit das Risiko von Stürzen vermieden und die Knochendichte erhöht wird.

Dabei wechseln sich Präsenztherapieeinheiten im Therapiezentrum und Online Therapieeinheiten, die zu Hause oder unterwegs am Computer, Tablet oder Smartphone durchgeführt werden können, ab. Durch die Kombination aus intensivem Krafttraining, Koordination, sowie Angstabbau und Stärkung der Selbstwirksamkeit werden Sie so stark aktiviert, dass eine risikoarme Lebensführung ermöglicht wird.

Das Ziel soll aber in jedem Fall eine langfristige Aktivierung sein. Die Therapieinhalte setzen sich sowohl Offline als auch Online zusammen aus

- > einem an die aktuelle Belastbarkeit und den individuellen Zielen orientierten Trainingsprogramm mit sport- und trainingswissenschaftlichen Elementen
- > Schmerzedukation und Verhaltensänderung als ergänzende Online Lernprogramme für Sie.

ANLAGE 4.

VERSICHERTENINFORMATION ZUM VERTRAG.

Leistungserbringer

Eine erfolgreiche Therapie benötigt ein starkes Netzwerk. Daher sind in die FPZ/DVGS Osteoporose-Therapie Ärzte, Therapeuten sowie eine innovative Online Plattform eingebunden.

Ärzte

Die ärztliche Eingangsuntersuchung stellt sicher, dass die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie die richtige Therapie für Sie ist. Der Arzt klärt die Eignung für die Therapie ab.

Therapeuten

Therapeuten mit FPZ/DVGS Zusatzqualifikation Osteoporose begleiten Sie durch die Therapie und koordinieren die individuelle Zusammenstellung der Präsenz- und Online-Übungen.

In der Eingangsanalyse macht sich der Therapeut ein Bild von Ihnen in Bezug auf die individuellen Fähigkeiten sowie von Ihrer persönlichen Zielsetzung.

Auf Basis der Ergebnisse stellt der Therapeut das Therapieprogramm zusammen und führt es in den folgenden Wochen mit Ihnen durch. Dabei kommen Elemente der medizinischen Trainingstherapie (analog Krankengymnastik am Gerät), Übungen zur Koordination und Ausdauertraining sowie edukative Elemente zum Einsatz.

In der Abschlussanalyse werden Ihre Fortschritte dokumentiert und mit dem Zeitpunkt der Eingangsanalyse verglichen. Hierzu steht eine computergestützte grafische Auswertung zur Verfügung.

Online Therapie

Zusätzlich zu den Präsenztherapieeinheiten im FPZ Therapiezentrum führen Sie Übungen zu Hause durch. Dazu stehen Trainingspläne auf der FPZ Online Plattform zur Verfügung. An zwei Tagen pro Woche sollen hier Übungen zur Verbesserung der Kraft und Aktivität durchgeführt werden. Die Trainingspläne werden vom FPZ Therapeuten individuell an Ihren Stand angepasst. Ein begleitendes Messenger-System unterstützt die Botschaften aus den Präsenz- und Digitaltherapieeinheiten.

Key facts

Die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie hat folgende Voraussetzungen und Abläufe:

Häufigkeit

Programm A24 (Patienten mit hohem Sturzrisiko)

- > 2 Einheiten pro Woche im Therapiezentrum und
- > 2 Einheiten Online je Woche über einen Zeitraum von 3 Monaten

Programm A48 (Patienten mit sehr hohem Sturzrisiko)

- > 2 Einheiten pro Woche im Therapiezentrum und
- > 2 Einheiten Online je Woche über einen Zeitraum von 6 Monaten

Dauer der Einheiten Im Therapiezentrum

60 Minuten / Einheit, bei einem maximalen Betreuungsschlüssel 1:5, bei der Einweisung wird Jeder einzeln eingewiesen.

ANLAGE 4.

VERSICHERTENINFORMATION ZUM VERTRAG.

Räumliche Voraussetzungen

- > Ein zusätzlicher Raum in der Größe von mindestens 50 qm, in dem die geforderten Geräte positioniert werden
- > Separater Untersuchungs- und Beratungsraum (akustische und optische Trennung)
- > Getrenntgeschlechtliche Umkleieräume, Toiletten und Duschkabinen

Personelle Voraussetzungen

Die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie darf nur von Therapeuten mit der FPZ/DVGS Zusatzqualifikation Osteoporose praktiziert werden. Voraussetzung für die FPZ/DVGS Zusatzqualifikation Osteoporose ist eine staatlich anerkannte und abgeschlossene medizinisch-therapeutische, sportwissenschaftliche oder pädagogische Berufsausbildung. Außerdem ist eine Einführung in die Nutzung der FPZ Online Therapieplattform erforderlich. Um an allen Verträgen, die die FPZplus AG mit Kostenträgern schließt, partizipieren zu können, ist eine kassenärztliche Zulassung oder eine physiotherapeutische Zulassung (Zulassung zur Abgabe von physiotherapeutischen Leistungen gemäß §124 Abs. 1 SGB V) erforderlich.

Apparative Voraussetzungen

Die Mindestausstattung umfasst die folgenden Geräte:

- > ein System für die Rumpfextension
- > ein System für die Rumpfflexion
- > Funktionsstemma (Beinpresse),
- > ein System für die Hüftabduktion
- > ein System für die Hüftadduktion
- > ein System für die Rückenmuskulatur (Zugbewegung)

- > ein System für die Brustmuskulatur (Stemmbewegung)
- > ein Therapie-Kreisel
- > ein System zur Steigerung der Ausdauerfähigkeit (Fahradergometer)

Inhalte

Analysen anhand von Fragebögen und einfachen Tests

- > erweiterbare Fragen zur Sturzbiografie
- > Ermittlung des Sturzrisikos mittels der App von LinderA oder auf dem HUNOVA-System (u. a. Chair Rising Test, Ganggeschwindigkeitsmessung, Tandemstand, Timed „Up und Go“-Test)
- > HandgripTest
- > Fragebogen zur sturzassoziierten Selbstwirksamkeit

Die Präsenzeinheiten beinhalten

- > intensitätsorientiertes Krafttraining, bezogen auf die Indikation sowie um die persönlichen Ziele wieder erreichen zu können, kombiniert mit aerobem Ausdauertraining und Koordinationstraining
- > Verhaltensweisen, Einführung in die Nutzung der Online-Therapie, Schmerzedukation

Zusätzliche Online-Trainingseinheiten werden zu Hause durchgeführt.

Weitere Informationen zur FPZ/DVGS Osteoporose-Therapie erhalten Sie unter <https://www.fpz.de/behandlungsfelder/osteoporose> und / oder telefonisch unter 0221 995300.

³ Vergleich: www.lindera.de

⁴ Vergleich: www.movendo.technology/de/hunova/