

Konzept „Rehabilitation bei chronischem Rückenschmerz“

Rehabilitationsziele:

In Abhängigkeit der vorliegenden strukturellen Veränderungen und der daraus resultierenden Funktionsdefizite werden bei Patienten mit chronischen Rückenschmerzen die individuellen Rehabilitationsziele besprochen. Hierbei wird die Schmerzintensität berücksichtigt. Ebenfalls wird die Diskrepanz zwischen vorliegendem Leistungsvermögen zum Aufnahmezeitpunkt, und dem erforderlichen Leistungsvermögen im täglichen Leben besprochen. Die tatsächlichen Erfordernisse im Alltag werden für den häuslichen Bereich, das Arbeitsleben sowie die Freizeitgestaltung analysiert, und fließen in die Zielbesprechung mit ein.

So werden anhand des bio-psycho-sozialen Modells der ICF auf den verschiedenen Ebenen Rehabilitationsziele formuliert.

Auszug aus möglichen Rehabilitationszielen:

1. Ebene der Schädigung/Funktionseinschränkung:

Schmerzreduktion, Schmerzbewältigung, Ausgleich muskulärer Dysbalancen und Stabilisierung der wirbelsäulenumgreifenden Muskulatur, vermitteln eines Übungsprogrammes zur Verbesserung der Muskelkraft/Muskelausdauer sowie der Propriozeption/Koordination.

2. Ebene der Aktivitäten und Teilhabe:

Anleiten zu rückengerechtem Verhalten, Erhalt bzw. Wiederherstellung der Selbstversorgung, Erlernen von Maßnahmen zur Haltungskorrektur, Erlernung von Schmerzbewältigungsstrategien/Entspannungstechniken.

Erwerb theoretischer Kenntnisse über Ursache, Risikofaktoren und Verlauf von chronischen Rückenschmerzen, vermitteln grundlegender anatomischer Kenntnisse im Bereich der Wirbelsäule, der häufigsten Krankheitsbilder und der entsprechenden Therapiemethoden.

Grundlagen des Therapiekonzeptes:

Abhängig vom Ausmaß der vorliegenden Funktionsdefizite erfolgt die Verordnung von Bewegungstherapie, diesbezüglich werden individuell verschiedene Therapiemodule (Rückenschule, Ausdauertraining, Muskelaufbautraining, Koordinationstraining, etc.) angeordnet. Weiterhin werden Verfahren aus dem Bereich der psychologischen Betreuung und sozialmedizinischen Beratung durchgeführt. Eine Schulung der Patienten erfolgt im Rahmen des Curriculums Rückenschule der Deutschen Rentenversicherung.

Bedeutsam ist insgesamt, dass individuelle Therapiekonzepte erstellt werden, die jeweils unter medizinischen Gesichtspunkten der Situation angepasst werden. Die entsprechenden Maßnahmen werden in den Stationsbesprechungen/Einzelbesprechungen mit den entsprechenden Disziplinen abgestimmt.

Insgesamt stehen aktive Anwendungen und entsprechende Schulungen im Vordergrund. Ergänzend kommen Massagen, Wärmeanwendungen, Krankengymnastik als Einzelbehandlung und Elektrotherapie zur Anwendung. Im Rahmen der Sporttherapie werden Therapiemodule wie Walking, Aqua Walking/Aqua Jogging angeboten.

Im Rahmen der Ergotherapie, Physiotherapie und auch aktivierenden Pflege werden Aktivitäten des täglichen Lebens geschult, hierbei werden die entsprechenden Kontextfaktoren miteinbezogen, so dass beispielsweise der Bedarf an Hilfsmitteln erkannt wird. Die entsprechenden Hilfsmittel können entsprechend verordnet werden.

Entsprechend den Bedürfnissen erfolgt die Sozialberatung durch die Sozialpädagogin in Absprache mit den Ärzten. Entsprechende Maßnahmen wie zum Beispiel die Durchführung einer stufenweisen Wiedereingliederung oder die eventuelle Prüfung von Leistungen zur Teilhabe durch die Rentenversicherung werden besprochen.

Die Schmerztherapie kann den Bedürfnissen entsprechend medikamentös angepasst werden. Hierzu stehen auch die Schmerztherapeuten der Anästhesieabteilung des Fachkrankenhauses konsiliarisch zur Seite. Ärztlicherseits können entsprechende invasive Maßnahmen wie Infiltrationen und auch manualtherapeutische Behandlungen durchgeführt werden.

Im Rahmen der psychologischen Behandlung erfolgt die psychologische Diagnostik, Beratung und Psychotherapie im Einzelgespräch, Krisenintervention, Gruppenangebote, Gesundheitstraining, Vermitteln von Entspannungstechniken sowie die entsprechende Dokumentation.

Während der Visiten, Einzelvorstellungen und auch im Rahmen der Entlassungsuntersuchung werden die entsprechenden Nachsorgemaßnahmen wie IRENA oder REHA-Sport (bei entsprechender Indikation) besprochen. Insgesamt werden Maßnahmen besprochen, die im Alltag und auch im Beruf umsetzbar erscheinen. Insbesondere bei Patienten mit chronischen Rückenschmerzen sind nachhaltige, multiprofessionelle Therapie-/Nachsorgeempfehlungen zu besprechen.