

Das Medizinische Zentrum Villa Nonnenbusch informiert:

Erfolgreiche Tagung über Verhaltensmedizinische Kurse

Das medizinische Zentrum Villa Nonnenbusch in Heiligenhaus führte am 02. und 03. Februar 2007 seine 9. Fortbildungsveranstaltung im Kronenschlösschen in Hattenheim durch. Das Thema der Tagung war diesmal: **Verhaltensmedizinische Programme in Praxen und Gesundheitszentren.**

Unter der Moderation von Dr. C.H. Ullrich, Orthopäde aus Heiligenhaus und 1. Vorsitzender des Seminars Wirbelsäule-Rückenschule-Schmerztherapie e.V., erarbeiteten Mitarbeiter orthopädischer und schmerztherapeutischer Praxen und Gesundheitszentren Möglichkeiten einer medizinischen Versorgung auf dem neuesten wissenschaftlichen Stand. Sie betreuen, informieren und führen die Patienten. Ihre Empfehlungen und Erläuterungen sind für die Betroffenen Gold wert.

Die psychische Komponente ist besonders bei Rückenleiden sehr hoch. Ca. 1/3 der Lendenwirbelsäulenbeschwerden und sogar 2/3 der Halswirbelsäulenbeschwerden sind überwiegend psychosomatisch bedingt. In Verhaltensmedizinischen Programmen wie der **Rückenschule**, der **Knieschule** oder **Schulterchule** lernen Patienten mit ihren jeweiligen Beschwerden umzugehen. „Einsicht durch Information“ heißt die Zauberformel. Die Erfolge dieser Programme lassen sich sehen und die Akzeptanz der Teilnehmer ebenfalls: über 90 % der Kursteilnehmer sind mit dem Programm zufrieden und geben an, von der Kursteilnahme zu profitieren. Nicht nur die Patienten sollte es erfreuen, die Politiker und teilweise die Krankenkassen sind in die Pflicht genommen, sich mit solchen effektvollen, sowohl vorbeugenden wie auch lindernden, Maßnahmen zu beschäftigen. Immer mehr setzt sich der präventive Gedanke durch. Möglichst bevor es zu unnötigen Schäden gekommen ist, sollen die Menschen solche Kurse besuchen. Ist bereits ein Schaden eingetreten, lernen die Kursteilnehmer, wie es dazu kommen konnte und wie sie in Zukunft besser damit umgehen können, bzw. neue Schädigungen verhindern können.

Dr. S. Authorsen aus Düsseldorf, der als Orthopäde und Sportmediziner am medizinischen Zentrum in Heiligenhaus tätig ist, demonstrierte anhand der Seminare **Knieschule** und **Schulterchule** das Zusammenspiel von Muskeln, Nerven, Bändern, Knochen und Psyche. Inzwischen hat sich auch in Fachkreisen durchgesetzt, dass bei der Behandlung nicht nur von Rückenbeschwerden, sondern auch von Schulter- und Kniegelenksbeschwerden häufig nichtinvasive Methoden im Vordergrund stehen.

Dazu gehören auch orthopädische Hilfsmittel. Am Beispiel einer genu pro aktiv Kniebandage (Fa. Thuasne) wurde dargelegt, wie wichtig es hierbei ist, dass sie sinnvoll eingesetzt werden. Dazu gehört eine fundierte Information durch den Arzt sowie die ärztliche Mitarbeiter und eine entsprechende Anleitung des Patienten. Auf diese Weise werden Patienten leistungsfähiger und haben weniger Beschwerden, ohne dass die Muskulatur – entgegen einer alten Ansicht – geschwächt wird.



Weniger Geld im Gesundheitssystem bewirkt Einschränkungen in der Versorgung von Menschen mit Rücken- und Gelenkbeschwerden. Allerdings wollen Menschen wenig Schmerzen, auch Ältere wollen trotz Handicaps aktiv und mobil am Leben teilnehmen, auch nach ihrem Berufsende. Darauf muss man mehr eingehen.

Selbst bei schweren Schmerzsyndromen und Bandscheibenvorfällen wird am medizinischen Zentrum primär konservativ vorgegangen. Mit speziellen Methoden der manuellen Medizin, umfassender physikalischer Therapie und schmerztherapeutischen Injektionen und Nervenblockaden sowie speziellen Orthesen und Bandagen, wie z.B. einer Lombacross Bandage, können mehr als 95% der Patienten erfolgreich behandelt werden. Die Langzeitprognose ist bei konservativem Vorgehen besser als bei zu frühem operativen Einschreiten. Verhaltensmedizinische Kurse wie die Rückenschule helfen Patienten, ihre Gesundheit bzw. das Erhalten ihrer Leistungsfähigkeit selbst zu steuern. Aus aktuellem Anlass stellte Dr. C. H. Ullrich mit Alexander Fräcke, Sportphysiotherapeut vom medizinischen Zentrum Villa Nonnenbusch, die „**Neue Rückenschule**“ vor, die ab Januar 2007 in der ganzen Bundesrepublik die alten, häufig völlig unterschiedlich verstandenen und auch unterschiedlich durchgeführten Rückenschulen ersetzt.

Verhaltensmedizinische Kurse finden nicht nur in Deutschland zunehmende Verbreitung sondern auch das benachbarte Ausland und die USA haben das Programm übernommen (Zschr. f. Sportmedizin 12/06). Training in Verhaltensmedizinischen Kursen ist kostengünstig, zielgerichtet und effektiv. Die Kurse sollten nur von speziell geschulten Personen durchgeführt werden.

Dies ist mit der **Neuen Rückenschule** gewährleistet. Die Vorteile für Patienten, bzw. Teilnehmer liegen auf der Hand. Die Belastbarkeit wird erhöht, er Patient hat weniger Beschwerden und eine langsamere Alterung. Verhaltensmedizinische Kurse beugen Arthrose (Gelenkverschleiß), Osteoporose (Knochenschwäche) und Rücken- und Gelenkschmerzen vor. Die Teilnehmer erhalten sinnvolle Informationen für sich selbst, ihre Familien und ihre Freunde oder Arbeitskollegen. Die Bedeutung des eigenen Verhaltens für Beruf, Freizeit, Sport, Entwicklung und Alter wird vermittelt, bzw. erarbeitet. Wegen der guten Ergebnisse werden die Kosten für Kurse, die nach diesen Vorgaben durchgeführt werden, von praktisch allen Krankenkassen zu ca. 80% übernommen.

Die nächste Fortbildung des medizinischen Zentrums Villa Nonnenbusch wird sich neben der Schmerztherapie mit dem Qualitätsmanagement in der Arztpraxis befassen.

Weitere Informationen telefonisch unter 02056 / 921717 (Praxis Dr. Ullrich) oder mobil unter 0172 / 2476787. Der Text dieser Meldung steht im Downloadbereich der Seite www.ullrich-heiligenhaus.de als Word-Datei zur Verfügung.

Dr. med. Carl Heinz Ullrich
-Med. Zentrum Villa Nonnenbusch-