

Leistungsbeschreibung Physio-Check

Ablauf	Inhalte	Ziel	Methode	Dauer in Minuten
1. Eingangsgespräch/ Anamnese	Abfrage von/des: <ul style="list-style-type: none"> ➤ aktuellen körperlichen Beschwerden/Schmerzzustände ➤ gelegentlichen und/oder wiederkehrenden körperlichen Beschwerden/Schmerzzustände ➤ psychischen Befindens ➤ bisherige Behandlungen (bezogen auf die genannten Beschwerden/Schmerzzustände) ➤ Belastungen am Arbeitsplatz ➤ Bewegungsumfang- und -intensität (beim Sport, im Alltag, am Arbeitsplatz, in der Freizeit) ➤ Erwartungshaltung 	Zielgerichtetes Sammeln von Informationen, um ein möglichst umfassendes Bild vom derzeitigen Zustand des Versicherten zu bekommen, um eine individualisierte Untersuchungs- und Beratungsleistung anbieten zu können.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ persönliches Gespräch (unter vier Augen) ggf. unter Einsatz des mitgebrachten Anamnesebogens (Anlage 3) ➤ Abfrage der für die Einschätzung des Allgemeinzustands wichtigen Aspekte 	10

Ablauf	Inhalte	Ziel	Methode	Dauer in Minuten
2. Die physiotherapeutische Befunderhebung	nichtapparative systematische Befunderhebung des Bewegungsapparates mit den unten aufgeführten Schwerpunkten	Zielgerichtetes Sammeln von Mess –und Testergebnissen zur Erkennung von möglichen Defiziten im Bereich der motorischen Grundeigenschaften, um auf die Bedarfslage des Versicherten abgestimmte Verhaltens- und Bewegungsempfehlungen geben zu können.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ flexibles, auf den Bedarfsfall bezogenes, nicht standardisiertes Vorgehen ➤ der Ablauf der Befunderhebung kann individuell variieren ➤ individuelle Schwerpunktsetzung ist möglich ➤ der fachkundige Physiotherapeut bedient sich hierbei wissenschaftlich anerkannter Untersuchungsmethoden, aus denen er im jeweiligen Einzelfall die geeigneten auswählt. 	Bei den im Folgenden angegebenen Zeiten handelt es sich um Richtwerte. Die Zeiteinheiten sollten an den Bedarf des Versicherten individuell angepasst werden.
	Inhalte im Einzelnen: A Befunderhebung von <ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Knöchernen Strukturen</u>: Wirbelsäule/ Beckenring einschließlich Iliosacralgelenke, große Gelenke/ ggf. weitere Gelenke, mit Sehnen, Kapseln und Bändern 	Erkennen von Fehlstellungen, Dysbalancen, Fehl- und Überbelastungen im Bereich von Sehnen, Bändern, Bandscheiben und Gelenken		30

	<p>Sicht- und Tastbefund</p> <ul style="list-style-type: none"> -Haltung- und Ganganalyse, -koordinierter Bewegungsablauf und Gleichgewichtssinn <p>Überprüfung des Bewegungsausmaßes/ Beweglichkeit in den Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hals-, Brust-, Lendenwirbelsäule -Beckenring einschließlich Iliosacralgelenke - Schulter-, Ellenbogen, Hüft-, Knie-, Sprunggelenke 			
	<p>B Befunderhebung von</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Kontraktile Strukturen</u> <p>Muskelfunktionstests</p> <ul style="list-style-type: none"> -Kraft -Dehnfähigkeit <p>Überprüfung der Muskulatur in den Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Schultergürtel/ obere Extremitäten -Becken/ untere Extremitäten -Rumpfmuskulatur 	<p>Erkennen von muskulären Dysbalancen, d. h. dem Ungleichgewicht zwischen Muskeln mit Haltefunktion und Bewegungsfunktion, von muskulären Leistungsdefiziten in Bezug auf Kraft und Ausdauer, sowie dem Erkennen von Fehl- und Überbelastungen des Bewegungsapparates, an Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken</p>		

Ablauf	Inhalte	Ziel	Methode	Dauer in Minuten
3. Individuelle Beratung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Zusammenfassung des Befundes ➤ Verhaltens- und Trainingstipps sowie praktische Übungsanleitung bezogen auf den Befund ➤ ggf. Verhaltens- und Trainingstipps bezogen auf spezielle Versichererwünsche ➤ Empfehlung einer ärztlichen Konsultation bei Verdacht auf Behandlungsbedürftigkeit. ➤ Abfrage, ob Erwartungshaltung erfüllt wurde (Zufriedenheitsabfrage) 	<p><u>Gesundheitlich:</u> Vermeidung und Abwendung von Fehlstellungen und Dysbalancen, sowie Fehl- und Überbelastungen des Bewegungsapparates.</p> <p><u>Verhaltensbezogen:</u> Versicherter wird in die Lage versetzt, selbstständig im Hinblick auf die gesundheitliche Zielsetzung zu trainieren. Anregung zum regelmäßigen Sport treiben und zum gesundheitsbewussten Bewegungsverhalten in Beruf und Alltag/Freizeit.</p>	<p>Individuell auf den Versicherten abgestimmte Beratung durch den fachkundigen Physiotherapeuten</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ persönliches Gespräch (unter vier Augen) ➤ Erstellung und Aushändigung eines Übungsprogramms. ggf. unter Einsatz der KKH Übungsbeispiele* <p>(*Zusammenfassung der wichtigsten Übungen zur Ganzkörper-Muskelkräftigung durch KKH als Folder oder Download)</p>	<p>mind. 20</p>