



## **Merkblatt zur SpineMED® Behandlung**

Sehr geehrte(r) Patient(in),

um einen bestmöglichen Ablauf und Therapieerfolg zu erzielen, bitten wir um Beachtung der nachfolgenden Hinweise:

### **Vorbereitung:**

- Bitte melden Sie sich 5 – 10 Minuten vor Ihrem Termin an der Rezeption (1. Etage) oder am Gerät (2. Etage) an.
- Kurze Wartezeiten oder Überschneidungen sind selten, lassen sich aber nicht immer ganz vermeiden. Bitte planen sie deshalb etwas Zeitreserve ein.
- Falls etwas dazwischen kommt, Sie sich unwohl fühlen oder erkranken, bitte rechtzeitig absagen – wir reservieren 15 Minuten Vorbereitungs- und 30 Minuten Behandlungszeit für Sie!
- Bitte möglichst wenig und bequeme Kleidung tragen, Stress und Zeitdruck vermeiden.
- Bitte Schmuck, Gürtel und einschnürende Kleidungsstücke ablegen und die Schuhe ausziehen.
- Bitte Hosentaschen entleeren (Verlorene Münzen oder Schlüssel können schlecht erreichbar sein).
- Bitte den Toilettengang ggf. vor der Behandlung erledigen.

### **Während der Behandlung:**

- Möglichst entspannt liegen, „Begleitübungen“ unterlassen – Sie können gerne auch schlafen.
- Wenn Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen, betätigen Sie bitte den Signalgeber - unsere Mitarbeiterin wird dann nach Ihnen sehen. Den Notschalter rechts am Tisch bitte nur im Notfall betätigen, denn das Gerät bricht dann die Sitzung vollständig ab.
- Die Behandlung läuft computerüberwacht und in der Regel schmerzfrei ab. Es kann aufgrund des Biofeedbacks und der persönlich auf Sie abgestimmten Zugspannung kein Schaden angerichtet werden, auch bei auffälliger Gegenspannung schaltet das Gerät ab.
- Die SpineMED®-Therapie erfolgt intermittierend-dynamisch, d.h. die Traktionskraft wird behutsam in kurzen Intervallen innerhalb und auch im Verlauf mehrerer Sitzungen gesteigert und wieder abgesenkt, wobei stets eine Grundspannung erhalten bleibt. Sie können den Zugkraftverlauf direkt vor sich am Monitor beobachten. Dies führt zu einer Abnahme des Binnendruckes und trägt zu einer "Erholung" der Bandscheiben bei, die ja nicht durchblutet sind, mit zunehmendem Alter "austrocknen" und ihren "Wasserkern" verlieren. Ein dynamisches "Durchwalken" hilft den Stoffwechsel und die Rehydratation des Wasserkernes zu verbessern. Denn Flüssigkeiten, Nährstoffe und Sauerstoff gelangen nur durch Diffusion in das erkrankte Gewebe.
- Leichtes Ziehen oder Brennen während der Therapie oder leichter Schwindel bei der Nackenbehandlung sind sehr selten und von vorübergehender Natur – meist handelt es sich hierbei um einen leichten Muskeldehnungsreiz.

- Bei einigen Bandscheibenvorfällen konnten wir im Verlauf den Rückgang und sogar das Verschwinden von Bandscheibensequestern kernspintomographisch nachweisen und Operationen umgehen. Ein erfolgreiches Gelingen ist hier aber stets vom Einzelfall abhängig und nicht vorhersagbar, teils auch mühsam oder langwierig. Deshalb kann es auch große Geduld und weitere oder andere Maßnahmen erfordern.
- Bei heftigen Nervenschmerzattacken lässt sich im Einzelfall auch nicht ausschließen, dass es anfänglich zu einer vorübergehenden Beschwerdeverschlechterung kommt, wenn der gereizte Nerv nach bzw. trotz der mechanischen Entlastung wieder Druck durch die Schwerkraft oder Alltagsbelastung erfährt.

## **Nach der Behandlung:**

- Zunächst gleich etwas Gehen, ca. 15min und anschließend zuhause 1-2 Stunden ruhen. Längeres Sitzen, Autofahren, Büroarbeit, Bücken, tiefe, weiche Sessel und lange Gehstrecken vermeiden.
- Bitte lassen Sie sich bei Bedarf beim Anziehen helfen und vermeiden Sie Bückbelastungen beim Schuhe anziehen (ein Schuhlöffel liegt bereit ) – wir helfen Ihnen gerne!
- Bitte keine Rumpfdrehungen, schweren Gegenstände heben, keine hochhackigen Schuhe tragen.
- Täglich möglichst 3 x 15 Minuten spazieren gehen und viel trinken. Gerne reichen wir Ihnen auch calciumangereichertes Mineralwasser vor oder nach der Behandlung!
- Kombinationsbehandlungen mit z.B. Akupunktur, Lockerungsmassagen, Triggerstoßwellenbehandlungen, Physiotherapie/Osteopathie, Spritzen oder Kinesiotaping können sinnvoll sein.
- Falls Sie eine Bandage verschrieben bekommen haben, ist es wichtig, diese konsequent zu tragen (aber nicht während der Behandlung).
- Während der Therapieserie sind Aquajogging oder Floaten sehr empfehlenswert, rückenbelastende Aktivitäten wie Golf, Tennis oder Gartenarbeit sollten vermieden werden
- Bitte nehmen Sie Ihre Begleitmedikamente (falls verordnet) anfangs regelmäßig ein – im weiteren Verlauf beabsichtigen wir, die Medikation zu reduzieren oder abzusetzen.
- Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig einen Arzttermin für ein Abschlussgespräch bzw. -untersuchung

## **Allgemeine Hinweise:**

- Ein spürbarer Besserungseffekt tritt meist nach 6-8 Behandlungen ein – das liegt vor allem an der kontinuierlichen Erhöhung der auf Sie individuell abgestimmten Zugspannung.
- Bitte nicht zu bald Aktivitäten ausüben, die man vor der Behandlung vermieden hat, auch wenn man sich besser fühlt.
- Für einen optimalen Behandlungserfolg empfehlen die amerikanischen SpineMED®-Anwender (Ärzte, Therapeuten, Unikliniken) eine 20x Behandlungsserie, mind. 3 x pro Woche oder täglich – dies entspricht auch den offiziellen Vorgaben des Herstellers.
- Nach Behandlungsende sollte ein ärztliches Abschlussgespräch/-untersuchung erfolgen und das weitere Vorgehen gemeinsam festgelegt werden. Neben Verordnungen können Sie von uns auch ein SpineMED®-Übungsblatt erhalten.
- In vielen Fällen ist nach der SpineMED®-Therapieserie ein angepasstes Muskelaufbauprogramm, Krankengymnastik, erweiterte ambulante Physio- oder medizinische Trainingstherapie sinnvoll, um den Behandlungserfolg auch langfristig zu festigen.
- Als eine innovative Methode ist die SpineMED®-Therapie in der Gebührenordnung von 1996 noch nicht verankert. Deshalb werden „analoge“ Ziffern angesetzt, die auch von Privatkassen und Beihilfen sehr unterschiedlich erstattet werden. Wir empfehlen Teilrechnungen einzureichen.
- *Tipp: Vorherige Anfragen zur Kostenübernahme (Extra-Formular an der Anmeldung) führen eher zu einer Ablehnung der Therapiekosten. Eine Rechnungseinreichung während der Behandlung als Teilrechnung oder als Gesamtrechnung hingegen wird meist besser akzeptiert.*  
Bitte rechnen Sie dennoch auch als Privatpatient mit der Möglichkeit verbleibender Kosten, die nicht von Ihrer Versicherung erstattet werden. Dann können wir Sie hier -allerdings ohne Garantie- mit einem von unserer PVS mitverfassten, hilfreichen Begründungsschreiben unterstützen.