



GLA:D Back Pain – Ein wirkungsvoller Ansatz gegen Rückenschmerzen

Körperlich und mental stärker werden

■ GLA:D – Therapieprogramm für Patienten mit chronischen Rückenschmerzen

Die Volkskrankheit Rückenschmerzen ist ein Gesundheitsproblem mit weitreichenden Konsequenzen für betroffene Personen. Internationale Richtlinien für die Behandlung von chronischen oder wiederkehrenden Rückenschmerzen empfehlen eine Patientenschulung mit Fokus auf Vermittlung von Wissen über Rückenschmerzen und Training zur Verbesserung des Selbstmanagements. Das GLA:D® Schweiz Rückenprogramm ist eine Behandlungsoption für Patientinnen und Patienten mit langandauernden oder wiederkehrenden Kreuzschmerzen, welche den Alltag beeinträchtigen, mit dem Ziel diesen Menschen eine gute Lebensqualität zu ermöglichen. In der Physiotherapie des fmi-Spitals Interlaken verhelfen wir Ihnen mit GLA:D zu einem besseren Umgang mit Ihren Schmerzen, einer Schmerzreduktion und einer besseren Lebensqualität. Vertrauen auch Sie auf unsere Kompetenz und unser Engagement. Lassen Sie sich nicht mehr von Ihren Rückenschmerzen aufhalten.

Das Programm ist in der Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) beschrieben. Es wird bei ärztlicher Verordnung von den Krankenkassen übernommen. Das Programm beinhaltet folgende Elemente:

- 3 Einzelsitzungen mit einer Eintrittsuntersuchung und einer praktischen Einführung ins Übungsprogramm
- 2 Gruppenschulungen mit Informationen und Beratung zur Verbesserung des Selbstmanagements
- 12 Übungseinheiten in der Gruppe
- 1 Einzelsitzung für die Nachkontrolle (Austritt)

**Kontaktieren Sie
uns – wir sind
gerne für Sie da**

Für weitere Informationen zu den Gruppentrainings und zu den Trainingszeiten wenden Sie sich an das Sekretariat der Physiotherapie.

Physiotherapie, Spital Interlaken

Telefon +41 33 826 25 20, i.physiotherapie@spitalfmi.ch

Spitäler Frutigen Meiringen Interlaken AG, Weissenaustrasse 27, CH-3800 Unterseen

Telefon +41 33 826 26 26, info@spitalfmi.ch, www.spitalfmi.ch