

A woman with short brown hair, smiling, is walking down a set of stone steps. She is wearing a long, light pink cardigan over a white button-down shirt and grey trousers. She is carrying a white quilted bag with pink accents. The background shows a modern building with large glass windows.

medi

Hilfsmittel bei Rückenschmerzen

Therapie mit Rückenorthesen

medi. ich fühl mich besser.

Muskeln stärken, Schmerzen lindern

Schmerzt der Rücken durch Fehlbelastungen im Alltag oder Verspannung durch langes Sitzen im Büro, helfen kurzfristig bewährte Hausmittel wie Körnerkissen oder Wärmflasche. Auch schmerzstillende Medikamente, Massagen und Entspannungsübungen können kurze Zeit für Linderung sorgen. Wenn die Beschwerden jedoch dauerhaft sind oder immer wieder auftreten, ist langfristig eine andere Lösung gefragt.

Rückenorthesen können die Körperhaltung verbessern und dabei helfen, Muskelverspannungen abzubauen. Sie tragen dazu bei, fehlbelastende Bewegungen zu reduzieren, die Wirbelsäule zu stabilisieren und schmerzhafte Bereiche zu entlasten. In diesem White Paper finden Sie alles Wissenswerte über die gängigen Hilfsmittel bei Rückenbeschwerden. Sie erfahren, worin die Besonderheiten der medi Rückenorthesen liegen und worauf Sie bei der Wahl des richtigen Hilfsmittels achten müssen. Weiterhin informieren wir Sie, wie Bandagen oder Orthesen verordnet werden und welche Kosten die Krankenkasse übernimmt.

In der Regel leiden Frauen häufiger an Rückenschmerzen als Männer. Zum einen tragen Frauen öfter Schuhe, die mit ihren hohen Absätzen den Rücken belasten können. Auch Schwangerschaften beanspruchen Skelett und Bindegewebe stark – was Schmerzen an der Wirbelsäule verursachen kann. Oft strahlen außerdem Regelschmerzen bis in den Rücken aus. Zudem kann Knochenschwund (Osteoporose) für Beschwerden im Rücken verantwortlich sein – eine Erkrankung, die ebenfalls bei Frauen häufiger auftritt.¹

Der Unterschied zwischen Bandage und Orthese

Bandagen und Orthesen werden auch als orthopädische Hilfsmittel bezeichnet. Es handelt sich dabei um Hilfen, die getragen, mitgeführt oder bei einem Wohnungswechsel mitgenommen werden können und die unter Berücksichtigung der Umstände des Einzelfalles erforderlich sind, um

1. einer drohenden Behinderung vorzubeugen,
2. den Erfolg einer Heilbehandlung zu sichern oder
3. eine Behinderung des täglichen Lebens auszugleichen – soweit sie nicht allgemeine Gebrauchsgegenstände des täglichen Lebens sind.²

Bandagen als auch Orthesen werden bei Verletzungen oder Erkrankungen des Bewegungsapparates eingesetzt. Auch wenn dies nicht für jedes Produkt gilt, kann man vereinfacht sagen, dass Bandagen aus einem elastischen Gewebe bestehen und die betroffene Körperpartie stützen, während Orthesen eine stabile Form besitzen und häufig eine haltungskorrigierende Funktion ausüben. Beide Hilfsmittel haben gemeinsam, dass sie die entsprechende Körperpartie umschließen und meist direkt auf der Hautoberfläche liegen. Oft sind es nur kleine Abweichungen in der Konstruktion oder bei den verwendeten Materialien, die eine Bandage von einer Orthese unterscheiden.

medi Rückenprodukte sind Orthesen

Aufgrund ihrer Beschaffenheit (z. B. integrierte Stabilisierungsstäbe oder Zuggurtsysteme) handelt es sich bei den Rückenprodukten von medi um Rückenorthesen. Dennoch verschwimmen die Begriffe Bandage und Orthese im Volksmund häufig. Die eurocom e. V. (Herstellervereinigung für Kompressionstherapie und orthopädische Hilfsmittel) erklärt den Unterschied zwischen Bandagen und Orthesen wie folgt:



Bandagen

Bandagen sind körperteilumschließende oder körperteil-anliegende, meist konfektionierte Hilfsmittel. Sie bestehen aus weichen Textilien, die sich nicht nur der Körperform gut anpassen, sondern auch kontrolliert ausgeführte Bewegungen vollständig zulassen. Neben ihrer komprimierenden Funktion wirken Bandagen daher auch stabilisierend, stützend und bewegungslenkend. Durch ihren leichten Kompressionsdruck fördern Bandagen außerdem die Durchblutung und erhöhen die Muskeltemperatur. Bandagen werden überwiegend bei der Behandlung von akuten oder dauerhaft anhaltenden Weichteilerkrankungen eingesetzt.³

Orthesen

Bei Orthesen werden im Gegensatz zu Bandagen neben elastischen Materialien auch stabilisierende Stützelemente aus Kunststoffen und Metallen verwendet. Die technisch oft

sehr aufwendigen Hilfsmittel fixieren, stützen, führen oder korrigieren vor allem die betroffenen Gelenke und Körperpartien. In einigen Versorgungsbereichen unterscheidet man zwischen passiven und aktiven Orthesen. Während die

passive Variante in erster Linie der Entlastung, Unterstützung und Bettung der instabilen Wirbelsäule dient, soll die aktive Orthese den Betroffenen zur aktiven Korrektur der Fehlstatik der Wirbelsäule anregen.⁴

Eigenschaften einer guten Orthese

Da Orthesen zur Unterstützung des Bewegungsapparates im Alltag eingesetzt werden, sollten sie sich dem Körper optimal anpassen. Lassen Sie sich im Sanitätshaus vermessen, um die passende Größe für Ihr Hilfsmittel zu finden. Wichtig ist auch ein atmungsaktives und hautfreundliches Material, das ein angenehmes Tragegefühl auf der Haut erzeugt. Das Gestrück Ihres Hilfsmittels sollte Schweiß und Feuchtigkeit zuverlässig aufnehmen und zum Verdunsten an die Oberfläche leiten. Moderne Orthesen sind außerdem einfach in ihrer Handhabung und zeichnen sich durch eine lange Lebensdauer aus.

Auf einen modischen Look müssen Sie nicht verzichten: Sie können sämtliche Outfits auch mit Orthese tragen!



Orthesen von medi

Die innovativen Produkte von medi entlasten den Rücken, ohne die Beweglichkeit des Patienten zu stark einzuschränken. Das Ergebnis: weniger Schmerzen und mehr Lebensfreude im Beruf wie im Alltag. Neben ihrer entlastenden Funktion zeichnen sich viele Orthesen von medi außerdem durch eine leichte Kompression aus. Das feuchtigkeitsleitende Klima Comfort Gestrück ist zudem atmungsaktiv und ermöglicht ein angenehmes Tragegefühl. Schweiß und Feuchtigkeit werden zuverlässig an die Oberfläche abtransportiert und die Haut kann atmen. Das Anlegen der Lumbalorthesen von medi ist denkbar einfach, denn durch das hochelastische Gestrück fällt auch in der Bewegung eingeschränkter Menschen das Anziehen leicht. Die Comfort-Zone sorgt dafür, dass die Orthesen von medi selbst bei längerem Tragen nicht einschneiden. Orthesen von medi werden bei Rückenschmerzen und Muskelverspannungen eingesetzt. Von Modellen mit einer integrierten Pelotte profitieren die Betroffenen gleich mehrfach: So stabilisieren

sie nicht nur die Wirbelsäule und reduzieren Fehlbelastungen, sondern bieten auch einen schmerzlindernden Massage-Effekt. Das kompressive Gestrück fördert zudem die Durchblutung. Es sorgt zudem für den zuverlässigen Abtransport von Schweiß und den Schutz der hauteigenen Feuchtigkeit. Die spezielle Schnittform im Bereich der Leistenbeuge (Comfort Zone) sorgt in den meisten Alltagssituationen für einen korrekten und komfortablen Sitz der Orthese. Die Anwendung von medi Lumbalorthesen ist einfach: Sie werden wie ein Gürtel um die betroffene Körperpartie gelegt und mithilfe eines Klettverschlusses geschlossen. Die Rückenorthese Spinomed, die bei Osteoporose-Patienten eingesetzt wird, kann ganz leicht wie ein Rucksack angelegt werden.

Informieren Sie sich über das komplette Rückenorthesen-Sortiment von medi:

www.medi.de/produkte/orthesen/rueckenorthesen

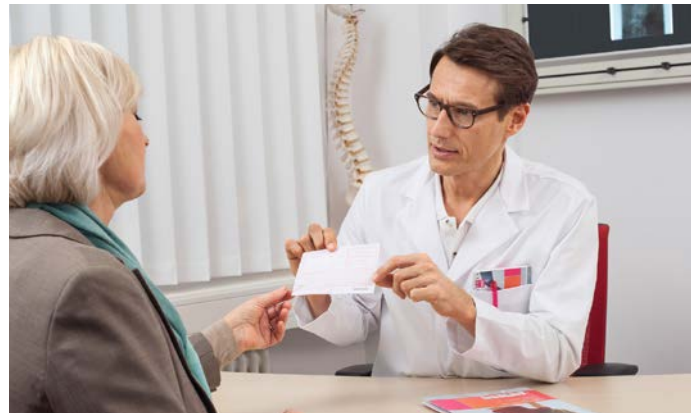
Benötige ich ein Rezept für die Versorgung?

Orthesen für den Rücken können bei Notwendigkeit vom Arzt verordnet werden und sind im medizinischen Fachhandel erhältlich. Dort werden Sie beraten, welches Modell für Ihre Bedürfnisse am besten geeignet ist und ob gegebenenfalls Anpassungen am Hilfsmittel notwendig sind. Ein korrekt und

vollständig ausgefülltes Rezept vereinfacht dem Sanitätshaus außerdem die Abrechnung mit der Krankenkasse. Sie haben 30 Tage Zeit, das Rezept im medizinischen Fachhandel einzulösen. Gut zu wissen: Sämtliche Hilfsmittel belasten das Arznei- und Heilmittelbudget des Arztes nicht. Sie brauchen

also keine Bedenken zu haben, am Quartalsende nach einem Rezept für eine Orthese zu fragen.

Bevor Sie im Sanitätsfachhandel Ihre Orthese erhalten, prüft die Krankenkasse, ob die Verordnung des Arztes einer Standard-Versorgung entspricht. Diese sollte notwendig, zweckmäßig und wirtschaftlich sein. Bei einer Standard-Versorgung müssen gesetzlich Versicherte in der Regel eine Zuzahlung von zehn Prozent der Kosten leisten – jedoch mindestens fünf Euro und höchstens zehn Euro. Wenn die Standard-Versorgung nicht ausreicht und Sie sich für ein individuelles, meist höherwertiges Hilfsmittel entscheiden, wird ein Aufschlag fällig. Dabei handelt es sich um die Differenz zwischen dem Preis, den die Krankenkasse übernimmt und dem, was die Bandage oder Orthese tatsächlich kostet.



Fazit

Orthesen leisten einen entscheidenden Beitrag, die Rückengesundheit zu verbessern. Da das Hilfsmittel Ihr täglicher Begleiter ist, sollten Sie als Patient großen Wert auf Qualität und Tragekomfort legen.

Sie möchten einen kostenlosen Ratgeber zum Thema Rückengesundheit bestellen? Im medi Service-Center beraten wir Sie gerne: **0921 912-750**



Quellenangaben

- 1 <http://www.mydoc.de/fitness/ruecken/frauen-bekommen-oeffter-rueckenschmerzen-1465> (Letzter Zugriff: 16.11.2017)
- 2 Quelle: Sozialgesetzbuch (SGB IX) Neuntes Buch „Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen“, § 31 Hilfsmittel www.sozialgesetzbuch-sgb.de/sgbix/31.html (Letzter Zugriff: 27.11.2017)
- 3 Bandagen, <http://eurocom-info.de/orthopaedische-hilfsmittel/bandagen/> (Letzter Zugriff: 14.02.2017)
- 4 Orthesen, <http://eurocom-info.de/orthopaedische-hilfsmittel/orthesen/> (Letzter Zugriff: 14.02.2017)

Weitere Infos:
www.medi.de

medi GmbH & Co. KG
Medicusstraße 1
95448 Bayreuth
Deutschland

Bitte beachten Sie unsere Rechtshinweise unter www.medi.de/haftungsausschluss