

Zugangsvoraussetzungen

1. Arbeitstechnische Voraussetzungen

- mindestens 7jährige Zugehörigkeit zu einer der folgenden Berufsgruppen: Fleischer, Fleisch-/Wurstwarenhersteller, Bäcker, Konditor, Süßwarenhersteller, Hersteller von Mehl-/Nährmitteln und Molkereierzeugnissen, Köche, Servicekräfte, Versand-/Ausfahrer, Tabakwarenmacher oder Fischverarbeiter.

2. Medizinische Voraussetzungen

- nachgewiesene bandscheibenbedingte Erkrankung der unteren Lendenwirbelsäule mit arbeitsrelevanten Einschränkungen

3. Ausschluss von Kontraindikationen

- operationswürdige Befunde
- akutes Wurzelreizsyndrom
- allgemeine Kontraindikationen für Trainingsbelastung innerhalb einer medizinischen Rehabilitation

4. Motivation

- Versicherter möchte im Beruf verbleiben und am Therapieprogramm teilnehmen.



Kontakt

Annette Schorcht
Leitende Ärztin
Zentrum für Bewegungstherapie/FSA GmbH
Dubliner Str. 12
99091 Erfurt
Fon 0361 262440
annette.schorcht@fsa.de

Dr. med. Heide Zielisch
Gesundheitsschutz
Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel
und Gastgewerbe
Eleonore-Prochaska-Straße 11
14480 Potsdam
Fon 0331 64958-41
heide.zielisch@bgn.de



Modellprojekt
„Prävention von
Wirbelsäulenerkrankungen“

Problemstellung

Schmerzen der Lendenwirbelsäule aufgrund bandscheibenbedingter Erkrankungen sind weit verbreitet und haben ein komplexes Ursachengefüge. Arbeitsspezifische körperliche Belastungen wie langjähriges Heben und Tragen schwerer Lasten oder häufiges Arbeiten in extremer Rumpfbeugehaltung können zur Entstehung und/oder Verschlimmerung beitragen. Der Verdacht auf eine berufsbedingte Erkrankung der Lendenwirbelsäule fällt in den Verantwortungsbereich der gesetzlichen Unfallversicherung.

Sollte trotz Wirbelsäulenerkrankung der Verbleib im angestammten Beruf vom Versicherten angestrebt werden, besteht die Möglichkeit, an einem multimodalen Therapieprogramm teilzunehmen. Dies kann sowohl im Rahmen einer §-3-Maßnahme als auch einer Präventionsmaßnahme erfolgen.

Ziel

Vermeidung der Entstehung, des Wiederauflebens oder der Verschlimmerung einer bandscheibenbedingten Erkrankung der Lendenwirbelsäule durch eine verhaltensbezogene therapeutische Maßnahme.

Durchführung

Einwöchige ganztägige Therapiemaßnahme im Zentrum für Bewegungstherapie in Erfurt

- **Eingangsdiagnostik:**
Anamnese, klinische Untersuchung, funktionelle Wirbelsäulendiagnostik, Ausdauerstest, psychologische Diagnostik
- **Therapie:**
Physiotherapie, Ergonomietraining, Medizinische Trainingstherapie, Funktionsgymnastik, Entspannung, Gruppenberatungen zu Stress, Schmerz und Ernährung, abschließende ärztliche Beratung

Nachbehandlung

- 20 Einheiten Physio-/Sporttherapie; zweimal pro Woche, berufs begleitend in wohnortnaher Therapieeinrichtung

Beratung am Arbeitsplatz (bei Bedarf)

- Hinweise zur Umsetzung einer rückenfreundlichen Arbeitstechnik und Arbeitsplatzgestaltung

