

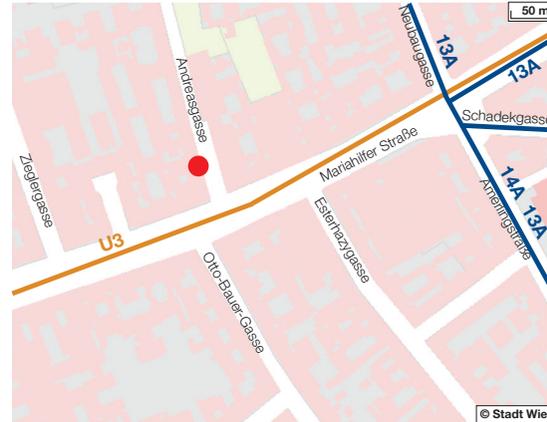
Multimodale Therapie für langfristige Schmerzlinderung

Das **Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation** bietet interdisziplinäre Schmerztherapie für Menschen mit **chronischen Nacken-, Rücken- oder Kreuzbeschwerden**.

Die Therapieziele sind:

- Reduktion Ihrer Schmerzen
- Körperliche und seelische Stabilisierung
- Verbesserung Ihrer Lebensqualität und Leistungsfähigkeit
- Veränderung des Schmerzerlebens
- Wiedereingliederung ins Berufsleben

Ihre aktive Teilnahme an einem modernen Gruppenprogramm ist einzelnen Therapieverfahren deutlich und nachhaltig überlegen.



Gesundheitszentrum Wien Neubau Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation

Andraßgasse 3, 1070 Wien,
2. Obergeschoß

Telefon: +43 5 0766-1115070
E-Mail: gz07@oegk.at



Für die Teilnahme an der Therapie ist eine Untersuchung nach Terminvereinbarung nötig!
Bitte nehmen Sie Ihre **e-card**, Ihren **gültigen Lichtbildausweis**, evtl. eine Überweisung und Vorbefunde zum Termin mit!

Weniger Schmerzen – besser leben

Multimodale Schmerztherapie
im Gesundheitszentrum
Wien Neubau



11-ÖGK741/8. 12.02.2020

www.gesundheitskasse.at

Herstellung & Druck: Österreichische Gesundheitskasse
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien

Satz- und Druckfehler vorbehalten. Bildquelle: Shutterstock, Matton Images

Offenlegung gemäß §25 Mediengesetz siehe
www.gesundheitskasse.at

www.gesundheitskasse.at

Interdisziplinäre Schmerz- und Funktionsdiagnostik

Nach einer umfassenden Untersuchung werden Sie von unseren **Facharzt/innen, Therapeut/innen, Psycholog/innen und Sportwissenschaftler/innen** während des Intensivprogrammes kontinuierlich begleitet. Weiters stehen Ihnen **Koordinator/innen** für organisatorische Fragen gerne zur Verfügung.

Die Therapiebausteine

- Wissensvermittlung und Beratung zum Thema chronischer Schmerz
- Anpassung der medikamentösen Therapie
- Information über nicht-medikamentöse Strategien
- Schmerzbewältigungs- und Entspannungstechniken
- Stressmanagement
- Einführung in das Achtsamkeitstraining
- Med. Trainingstherapie (Kraft und Ausdauer)
- Bewegungstherapie
- Alltags- und berufsspezifisches Training
- Umsetzen der erlernten Übungen und Strategien im Alltag
- Individuell abgestimmte Übungsprogramme für zu Hause



Unsere Multimodalen Gruppenprogramme

- 4-wöchiges ambulantes Intensivprogramm: (4 Wochen, täglich)
- 8-wöchiges ambulantes Intensivprogramm für Berufstätige (8 Wochen, 2x pro Woche am Nachmittag)

Nach der Therapie

- Die Beratung über Trainingsmöglichkeiten nach Beendigung des Therapieprogrammes hat einen großen Stellenwert in der Behandlung.
- Drei und zwölf Monate nach Ende der Therapiegruppen findet jeweils ein Beratungstermin statt, an dem die Umsetzung der erlernten Strategien im Alltag besprochen wird.

