

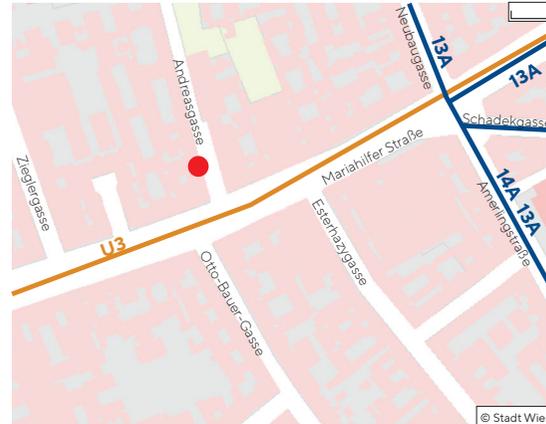
Multimodale Therapie für langfristige Schmerzlinderung

Das Gesundheitszentrum für Physikalische Medizin Neubau 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.



Mein Gesundheitszentrum für Physikalische Medizin Neubau

Andreasgasse 3, 1070 Wien

Telefon: +43 5 0766-1115070

E-Mail: physmed-neubau@oegk.at



Bitte vereinbaren Sie zuerst einen Termin für die nötige fachärztliche Untersuchung im Gesundheitszentrum Neubau.

Bitte nehmen Sie Ihre **e-card**, Ihren gültigen **Lichtbildausweis**, eventuell eine **Überweisung** und **Vorbefunde** zum Termin mit!

11-ÖGK 741/8. 07.02.2023

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

Weniger Schmerzen – besser leben

Multimodale Schmerztherapie
im Gesundheitszentrum
Neubau



Interdisziplinäre Schmerz- und Funktionsdiagnostik

Während des Programms werden Sie von unseren

- Fachärztinnen und Fachärzten,
- Therapeutinnen und Therapeuten,
- Psychologinnen und Psychologen sowie
- Sportmedizinerinnen und Sportmedizinern kontinuierlich begleitet.

Koordinatorinnen und Koordinatoren stehen Ihnen 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
- Medizinische 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 Gruppen-Programme

- vierwöchiges ambulantes Intensivprogramm: (vier Wochen, Montag bis Freitag)
- sechswöchiges ambulantes Intensivprogramm für Berufstätige (sechs Wochen, zweimal pro Woche am Nachmittag)

Nach der Therapie

- Schon während der Therapie beraten wir Sie intensiv über Trainingsmöglichkeiten nach dem Programm.
- Drei und zwölf Monate nach Ende der Therapiegruppen findet jeweils ein Beratungstermin statt, an dem die Umsetzung der erlernten Strategien im Alltag besprochen wird.

