

Zeitschrift: Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen
Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la
Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino
della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

Herausgeber: Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

Band: 27 (1991)

Heft: 3

Artikel: Verbessern Sie das Wohlbefinden Ihrer Rückenpatienten im Alltag

Autor: Elkjaer, Arne

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-930047>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 01.04.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Verbessern Sie das Wohlbefinden Ihrer Rückenpatienten im Alltag

Text und Illustrationen: Arne Elkjaer, dipl. Physiotherapeut
Übersetzung und Bearbeitung: Jon Thorsteinsen, Thomas Nyffeler

Zur Behandlung unserer Rückenpatienten gibt es jetzt ein neues Hilfsmittel: Hexenschuss, Lumbago, Ischias, Lendenschmerz, Discusprolaps, Spondylose... ja wir können es nennen, wie wir wollen: Wir geben der Rückenproblematik viele Diagnosen, und diese Volkskrankheit belastet früher oder später etwa 8 von 10 unserer Mitmenschen. Wir kennen heutzutage diese Tatsache und tun auch viel dagegen. Wir können jetzt Rückenleiden besser denn je diagnostizieren und behandeln, aber die Rückenproblematik wird erstaunlicherweise nicht weniger. Was können wir zusätzlich unternehmen, um unsere Position als «Rückgrat des Wohlbefindens unserer Mitmenschen» zu stärken?

Interessante Untersuchungen

Funktionelles Training und praktischer Unterricht sind ein wichtiger Faktor in der Behandlung von Patienten mit chronisch rezidivierenden Rückenschmerzen. Untersuchungen von Tom G. Mayer [1], die er in den USA gemacht hat, zeigen dies:

Alle Patienten einer ersten Untersuchungsgruppe von 116 Personen haben ein funktionelles Trainingsprogramm absolviert, also ein Programm, bei dem der Schwerpunkt auf dem Unterricht und die praktischen Übungen in Relation zu den alltäglichen aktiven Bewegungsmustern des Patienten lagen.

Diese Gruppe wurde mit einer Kontrollgruppe, die aus 72 Patienten bestand, verglichen. Die Kontrollgruppe hat keine Behandlung gekriegt.

Zwei Jahre nach der Untersuchung waren 87 Prozent der ersten Behandlungsgruppe auf dem Arbeitsmarkt beschäftigt, hingegen nur 41 Prozent der Kontrollgruppe. Ausserdem war die Anzahl der supplimierenden Operationen bei der Kontrollgruppe zweimal grösser als bei der behandelten Gruppe. Andere Untersuchungen von Tom G. Mayer bestätigen diese Ergebnisse [2].

Eine weitere Untersuchung [3] aus Schweden zeigt auch, dass die ergono-

Physiotherapeut

ein 100%iges
Zielgruppen-Medium

mische Schulung des Rückens effektiv ist: In der Konklusion wird unter anderem betont, dass Rückenschulung Arbeitsabsenzen reduziert.

Gesundheitsorganisation

Warum stehen funktionelles Training und Rückenschule in direktem Bezug zur Prognose? Wir kennen alle die Antwort... Der Patient bekommt ein praktisches Wissen, das er in seinen Alltag integrieren kann. Zudem wird sein theoretisches Verstehen für seine Verhaltensweise im Alltag vergrössert.

Wir wissen auch alle, dass falls wir unsere Zähne nicht bürsten, wir immer neue Löcher kriegen. Wie gut der Zahnarzt unsere Löcher saniert, spielt dabei keine Rolle. Der Zahnarzt hat uns ein praktisches Wissen über Zahngesundheit vermittelt. Er hat es uns beigebracht, indem er uns über die Ursachen der Entstehung von Löchern in den Zähnen unterrichtet hat. Er hat uns gelehrt, was wir selber machen können, um Zahnprobleme zu vermeiden.

Mit anderen Worten

Die natürliche Konsequenz unserer Bemühungen, unseren Rückenpatienten ein theoretisches und praktisches Wissen rund um die Ursachen ihrer Rückenprobleme nebst dem funktionellen Training zu vermitteln, sollte ein vergrössertes Engagement und die Mitverantwortung der Patienten sein. «Machen Sie, was Sie wollen, ich möchte nur gesund werden», heisst jetzt: «Kann ich etwas selbst ma-

chen, um gesund zu werden?» Uns Therapeuten tönt das doch wie sanfte Musik in den Ohren.

Wie

Ich glaube die wenigsten von uns haben genug Zeit, allen ihren Rückenpatienten Rückenschule zu unterrichten. Wahrscheinlich findet auch der Patient, dass er getäuscht wird, wenn die ganze Behandlungszeit zugunsten von Unterricht und Instruktion verwendet wird. Das, obwohl Unterricht und funktionelles Training immer als Element in eine Behandlung einbezogen werden können und nicht nur in der funktionellen Rückenschule verwendet werden.

Wir haben alle erfahren, wieviel eine kleine Erklärung, eine Zeichnung, eine Demonstration... das Verständnis und Engagement der Patienten stärken können. Und die Patienten mögen es. Die Patienten spüren doch, dass das Einüben von korrekter Haltung und Bewegungsabläufen, individuellen Entlastungspositionen und ausgewählten Entspannungstechniken, die Benützung ergonomischer Möbel und Hilfsmittel eine rückenschonende Verhaltensweise im Alltag ermöglichen. Die Anzahl der Berufsgruppen, die innerhalb des Gesundheitswesens die Zeit und die Kompetenz für diese Arbeit haben, ist begrenzt.

Ich habe selbst diese Erfahrung gemacht. Deshalb habe ich beschlossen, einige Plakate vorzustellen, die unsere Arbeit interessanter machen können und es zudem den Patienten vereinfachen, ihre Situation zu verstehen – und sie dazu zu bringen, selbst etwas zu tun.

Bedürfnis

In meiner Arbeit als diplomierter Physiotherapeut und als ich Ergonomieunterricht erteilte, habe ich verschiedene Unterrichtsmaterialien benützt. Ich habe lange gesucht, um Informationen und gute Plakate zu finden, aber es gibt nicht vieles auf dem Markt. Deshalb habe ich einige selbst geschaffen. Viele Berufskollegen haben mich aufgefordert, diese zu veröffentlichen. Hier das Resultat: 9 Vierfarbendrucke im Format 84 x 60 cm, als (Abb. 1 bis 9: siehe nachfolgende Seiten)

AIREX[®] Matten

Sanitized

- Hautfreundlich und körperwarm
- Hygienisch, einfach zu reinigen
- Weltweit bewährt für Physiotherapie, Rehabilitation und Gymnastik



AIREX AG Spezialschaumstoffe
CH-5643 Sins

Telefon 042 / 66 00 66
Telex 868 975
Telefax 042 / 66 17 07

Coupon:
Senden Sie mir mehr Informationen über AIREX[®]-
Matten für:

Physiotherapie Rehabilitation Gymnastik

Ph

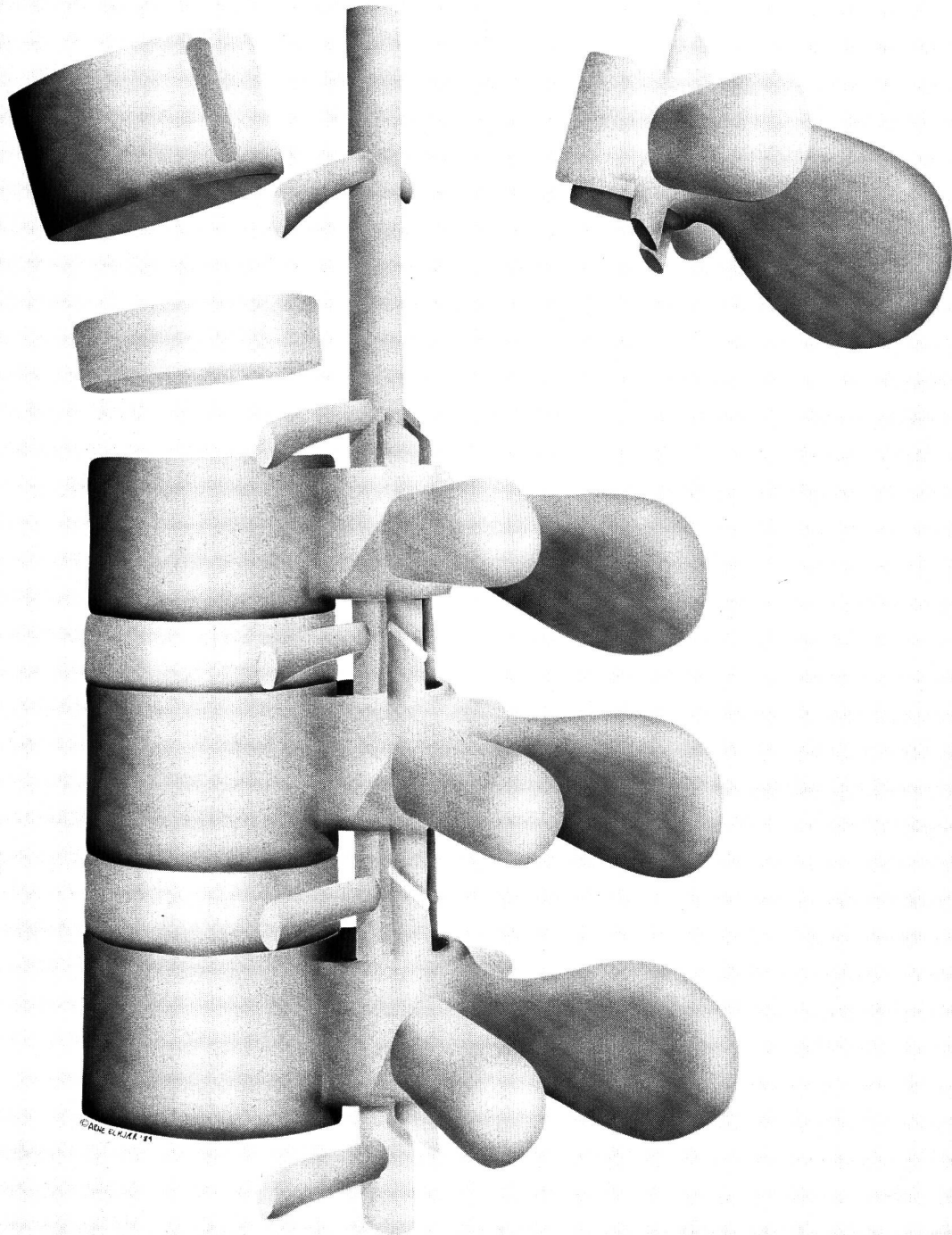
deveniemment lisses et élastiques



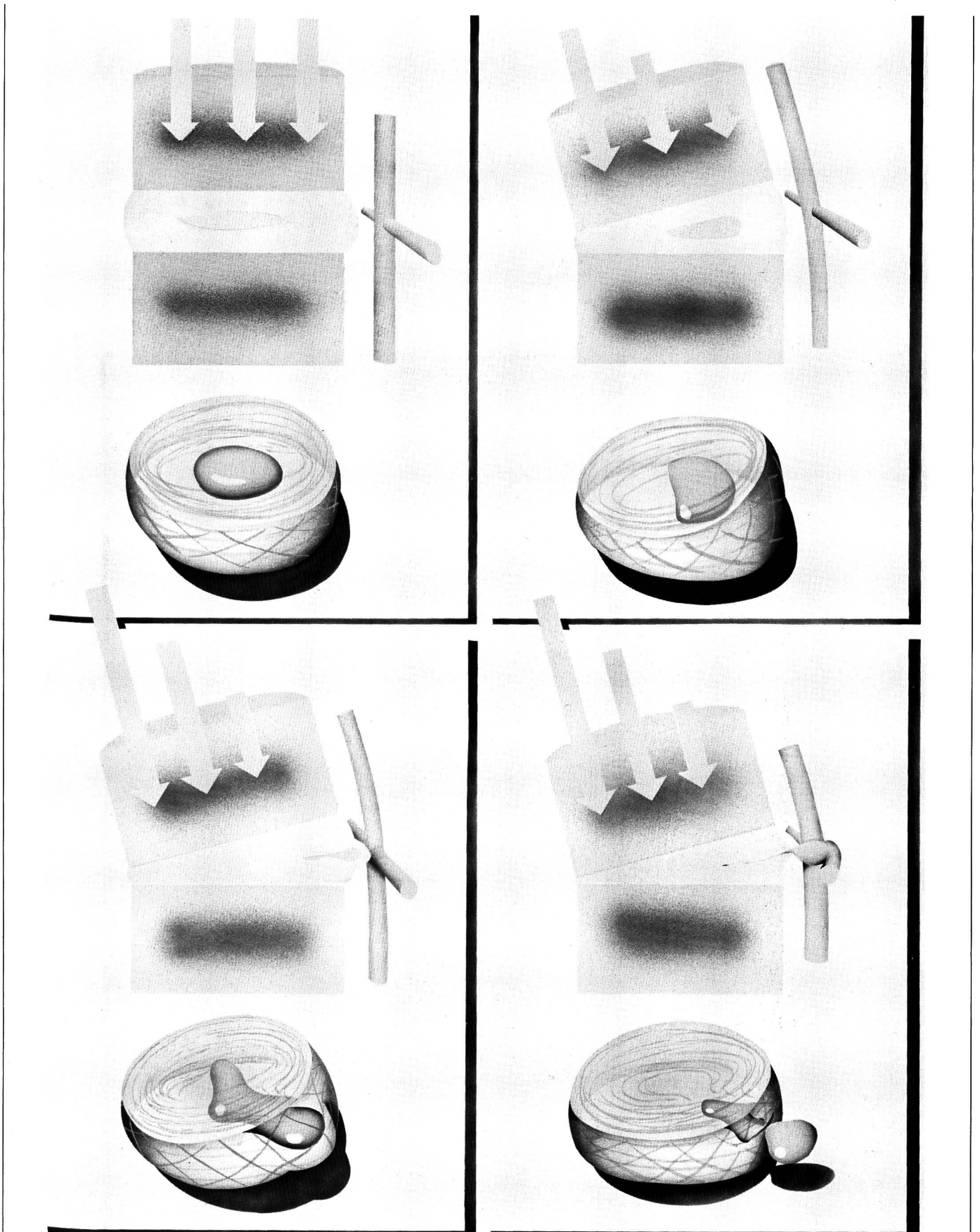
Mieux vaut traiter les cicatrices
le plus rapidement possible

Composition: Allantoinum 10 mg, Extr. Cepae 100 mg, Hepa-
rinum 50 U.I., Conserv.: Methylparabenum, Acidum sorbicum,
Excip. ad unguent. pro 1 g.
Pour des informations détaillées veuillez consulter le Compendi-
um Suisse des Médicaments.

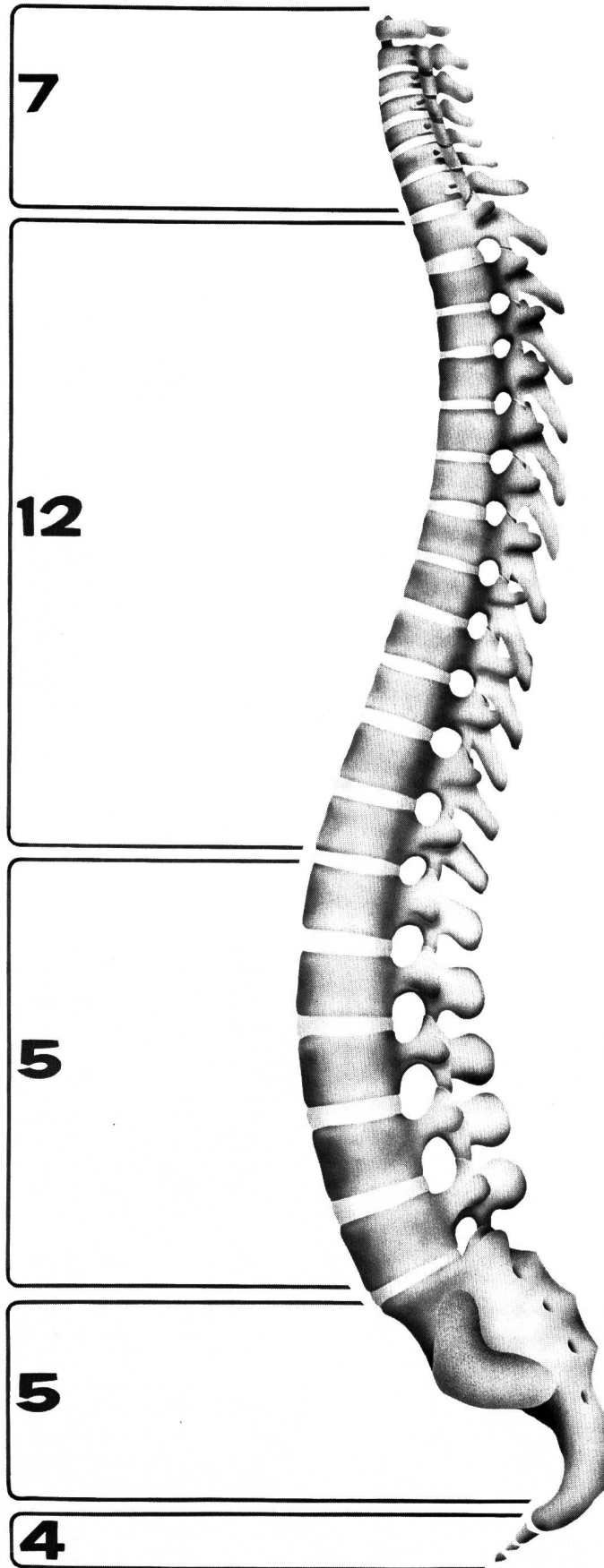




Figur 1:
Schematische Darstellung eines Teils der Columna. Die verschiedenen ossären Anteile, Disci, Medulla Spinalis mit Nervenwurzeln und Foramina Intervertebralia.



Figur 2:
 Ein Bewegungssegment. Die Orientierung der collagenen Fasern im Discus und wie sich der Nucleus Pulposus unter verschiedenen Verhältnissen bewegt. Links oben: In Ruhe. Rechts oben: Flexion. Links unten: Flexion unter Belastung mit dem Resultat einer Protusion. Rechts unten: Discusprolaps.

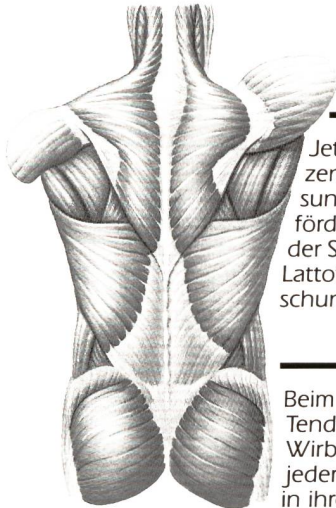


© ARNE ELKJÖR 89

Figur 3:
Columna Vertebralis mit Anzahl der Segmente im cervicalen, thoracalen und lumbalen Bereich. Lordose, Kyphose, Foramina Inter-vertebralia, Facies Auricularis und anderes mehr.

TENDEL

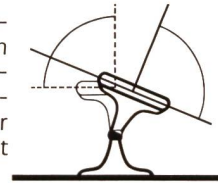
DAS INTELLIGENTE SITZEN



Revolutionär

Jetzt kann Sitzen Ihre Gesundheit aktiv fördern. Tendel, der Sitz, der in der Lattoflex-Forschung für Bewe-

gungsanatomie entstanden ist, vermittelt ein völlig neues Sitzerlebnis. Beim Sitzen auf dem Tendel ist – im Gegensatz zu herkömmlichen Sitzgelegenheiten – der Körperschwerpunkt in jeder Bewegungsrichtung immer senkrecht auf die Sitzfläche zentriert.



Gesünder

Beim Sitzen auf Tendel bleibt die Wirbelsäule bei jeder Bewegung in ihrer optimalen, anatomisch korrekten Haltung. Durch das neue Sitzprinzip werden die Fließ-

systeme, die Organtätigkeit und der Energiefluss im Körper zusätzlich gesundheitsfördernd angeregt. Die ganze Muskulatur bleibt gleichzeitig, von Fuss bis Kopf spürbar, aktiviert. Tendel trainiert und entspannt so Ihre Muskulatur selbsttätig.



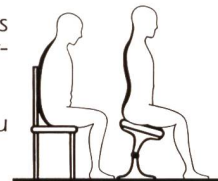
Überzeugend

Während des Sitzens wird von Tendel, ohne zusätzlichen Aufwand und ohne Anstrengung, auch das Richtige für Ihren Rücken getan. Nach Stunden sitzender Tätigkeit sind Sie deshalb entspannt und fühlen sich ungewohnt

frisch und fit. Ihr Wohlbefinden und das allgemeine Leistungsvermögen werden spürbar besser.

Sitzen Sie zur Probe.

Sie werden die neue, intelligente Art zu sitzen nicht mehr missen wollen.

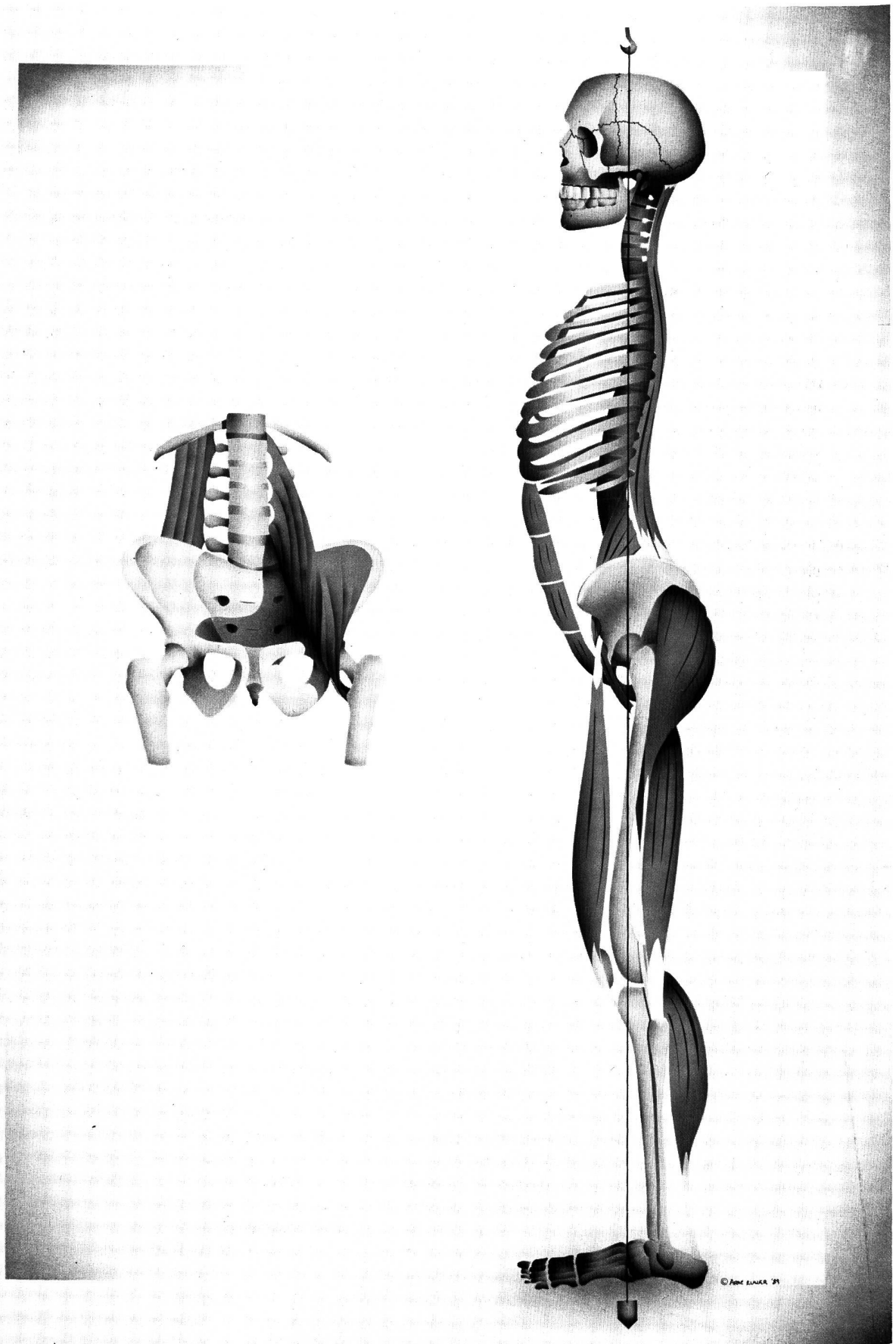


Der Tendel kostet Fr. 495.– und ist in neun Farbkombinationen direkt erhältlich bei:

TENDAG, CH-4415 Lausen, Telefon 061/921 03 15.

Verlangen Sie gratis die neue Broschüre zum Thema «Dynamisches Sitzen».





Figur 4:
Der aufrechte Mensch. Schwerlinie, die wichtigsten Haltungsmuskeln und das Becken von vorne mit m. Iliopsoas.

MedX® - ein funktionierendes Test- und Therapiekonzept

Die Schweizer geben jährlich etwa 3 Milliarden Franken aus für ihre Rückenprobleme: Arbeitsausfälle, Therapie, Operationen und Renten. Die Universität von Florida startete vor drei Jahren ein Projekt zur Erforschung der Ursachen von Rückenproblemen und zur Entwicklung therapeutischer Konzepte. Es handelt sich um das bisher umfangreichste Forschungsprojekt zu diesem Thema.

Technisch möglich wurde diese Untersuchung durch die neuen MedX-Geräte für Test und Therapie. Die MedX-Geräte erlauben eine vollständige Fixation des Beckens und damit erstmals eine genaue Messung und gezielte Entwicklung der Kräfte der Lumbal-Extensoren.

Die an über 20'000 Patienten und Versuchspersonen gewonnenen Resultate sind überraschend. Abgesehen von ihrer trainingswissenschaftlichen Brisanz, weisen sie die Richtung, in welcher sich Krankengymnastik und Rehabilitation verändern müssen und verändern werden.

Für Fachleute, welche es schätzen, über wissenschaftliche Informationen zu verfügen, bevor sie Allgemeingut geworden ist, werden in Zürich, im Rahmen einer Reihe von

Seminaren, die neuen Erkenntnisse einer begrenzten Anzahl von geeigneten Interessenten (18 Teilnehmer pro Seminar) vermittelt. Dabei stehen den Teilnehmern die ersten MedX-Geräte in Europa zur Verfügung.

Das Seminar wird von Werner Kieser geleitet.

Ich bin an dem MedX-Seminar interessiert. Senden Sie mir weitere Information.

Ich bin Arzt/Ärztin Physiotherapeut(in)
 Sport-/Turnlehrer(in) anderes: _____
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

Name _____

Vorname _____

Strasse _____ Nr. _____

PLZ/Ort _____

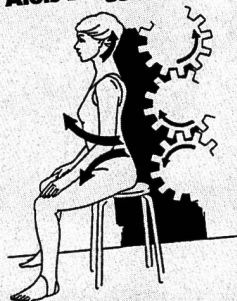
Land _____

Bitte einsenden an Werner Kieser, Postfach 344, 8026 Zürich

***Neu – soeben erschienen – dritte Auflage – vollständig überarbeitet!**

Gesunde Körperhaltung im Alltag

nach Dr. med. Alois Brügger



Verlag und Herausgeber Dr. A. Brügger, Zürich

Format 17 x 24 cm; Plastikbindung, Kartondeckel, zweifarbig, laminiert; 128 Seiten, 293 Abbildungen; DM/sFr. 30.- (zuzüglich Porto); © Verlag und Herausgeber Dr. A. Brügger, Akazienstrasse 2, CH-8008 Zürich; 3. überarbeitete Auflage.

*Eine Gemeinschaftsarbeit der Krankengymnasten des Forschungs- und Schulungszentrums Dr. Brügger Zürich unter der Leitung von R. Boner 1987 (1. Aufl.) basierend auf den Grundlagen der 35jährigen Forschungsarbeit von Dr. Brügger über die Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Jedermann weiss, dass längeres Verharren oder Arbeiten mit krummem Rücken zu Schmerzen führen kann. Doch nicht nur im Rücken, sondern auch im Nacken, in den Schultern mit den Armen, im Kreuz mit den Beinen treten häufig Schmerzen auf, sogar Nacken-Stirn-Kopfschmerzen – als Folgen von Fehlbelastungen der Knochen und Gelenke und der damit zusammenhängenden Überbeanspruchungen der Muskeln.

In der «Gesunden Körperhaltung im Alltag nach Dr. med. Alois Brügger» erhalten Krankengymnasten (Physiotherapeuten) und ihre Patienten eine Fibel in die Hand, die als Anleitung dient, sich körpergerecht zu verhalten und damit vor Schmerzen zu bewahren oder Schmerzen zur Rückbildung zu bringen.

Die zahlreichen gut verständlichen Abbildungen erleichtern die krankengymnastische Anleitung zur Einnahme einer gesunden Körperhaltung im Alltag!

Bezugsquelle:

Verlag Dr. A. Brügger
 Akazienstrasse 2, CH-8008 Zürich

Buchbestellung

Ich/Wir bitte/n um Zustellung von _____ Ex. «Gesunde Körperhaltung im Alltag» zu DM/sFr. 30.-, zuzüglich DM/sFr. 3.- Versandkostenanteil.

Name, Vorname _____

Firma _____

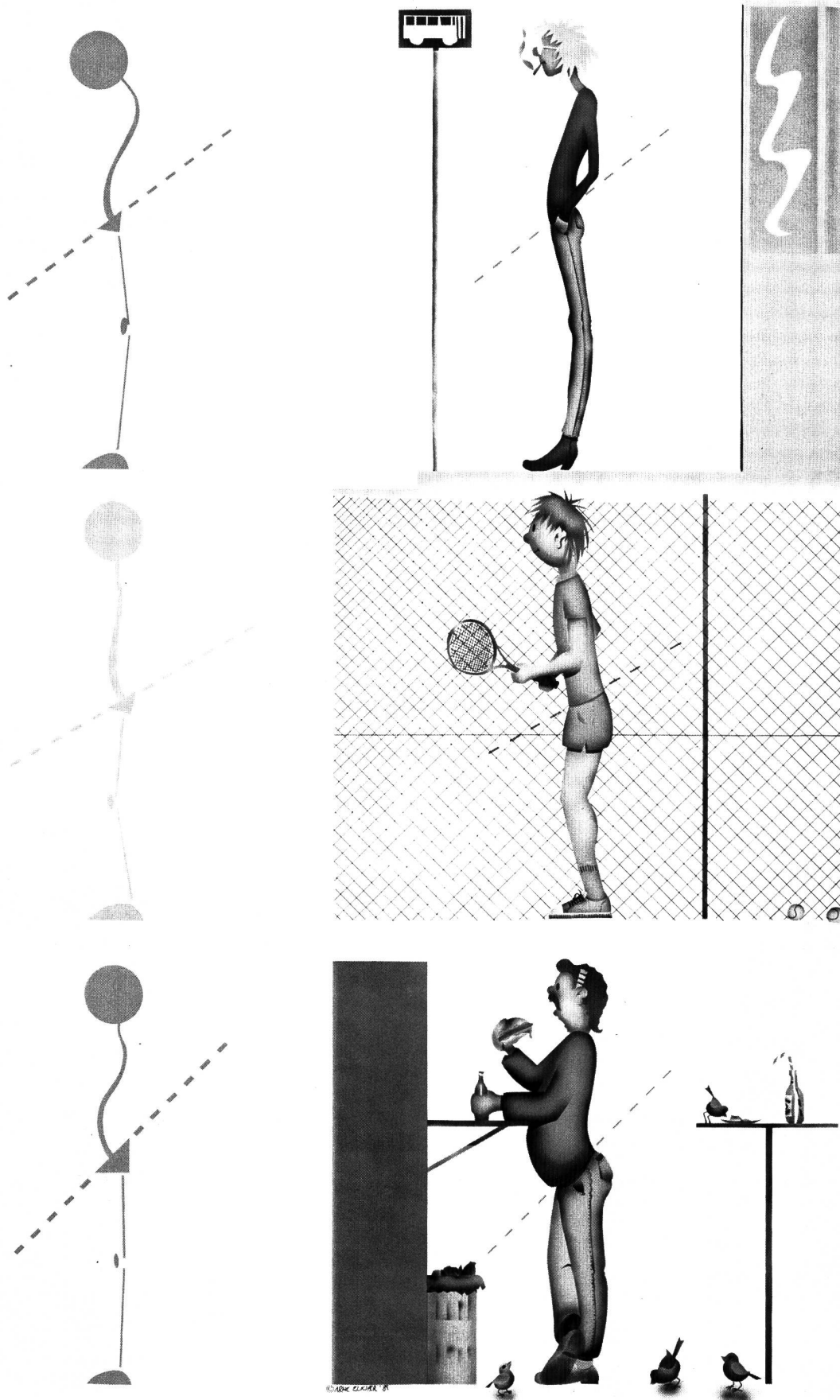
Strasse _____ Nr. _____

PLZ _____ Ort _____

Datum _____

Unterschrift _____

Eurocheck liegt bei gegen Rechnungstellung
 Nachnahme erbeten Zutreffendes bitte ankreuzen



Figur 5:
 Die Haltung im Stehen: Oben die «schlafte Mannequinhaltung» schematisch und eine «natürliche» Illustration mit vergrößerter Kyphose, Knicklordose, vermehrter Beckenkipfung und hyperextendierten Knien. In der Mitte: Die korrekte, aktive Haltung mit den natürlichen Krümmungen der Wirbelsäule und mit nach vorne gerücktem Schwerpunkt. Unten: Die typische hyperlordotische Haltung mit zu grossem Gewicht vorne und zu schwachen Bauchmuskeln.



Figur 6:
Verschiedene Tätigkeiten mit korrekter Position der Columna.

LEVO®

Aufstehen per Knopfdruck

Der **LEVO compact LC** ist der ideale Rollstuhl zum Aufstehen. Für alle, die nicht selber stehen können, beispielsweise bei Querschnittlähmung, Spina bifida, cerebralen Paresen, Multipler Sklerose, Muskeldystrophie, Polio oder Rheuma.

Dank ausgefeilter Technik verfügt der **LEVO LC** über perfekte Fahreigenschaften bei minimalem Gewicht und gutem Design. Ausserdem macht er kreislauf-fördernde Stehübungen jederzeit und ohne fremde Hilfe möglich.

Den faltbaren **LEVO LC** gibt es mit verschiedenen Zubehör in 15 verschiedenen Grössen.

Ich wünsche:

- Ihre Dokumentation
- eine unverbindliche Vorführung

Name: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

LEVO AG
Bleicheweg 5
CH-5605 Dottikon
Tel. 057 / 24 37 82

Vertretungen:
Margot & Jeannet
CH-1004 Lausanne
Tél. 021 / 25 32 36

Remo Semmler
6514 Sementina TI
Tel. 092 / 27 67 33



LEVO stellt uf



AKUPUNKTUR MASSAGE®

ENERGETISCH-STATISCHE-BEHANDLUNG

und

OHR-REFLEXZONEN-KONTROLLE



hält, was...

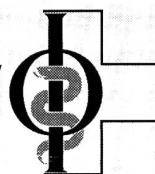
**...Akupunktur,
Chiropraktik
und Massage
versprechen.**

Fordern Sie kostenlose Informationen vom
**Lehrinstitut für Akupunktur-Massage
CH-9405 Wienacht (BODENSEE)
Telefon aus D (00 41 71) 91 31 90 aus
A (05071) 91 31 90 aus CH (071) 91 31 90**

Bestellschein Bon de commande

Ich bestelle ab sofort die Zeitschrift
Je vous prie de m'envoyer la revue mensuelle

SPV
FSP
FSF
FSF



**Physiotherapeut
Physiothérapeute
Fisioterapista
Fisioterapeuta**

Die ersten 3 Hefte erhalte ich gratis
Je reçois les 3 premiers numéros
gratuitement

Name/nom _____

Strasse/rue _____

PLZ und Ort _____

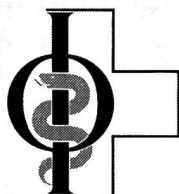
No postal et lieu _____

Jahresabonnement: Schweiz Fr. 72.- jährlich
Abonnement annuel: Suisse Fr. 72.- par année
Prezzi d'abbonamento: Svizzera Fr. 72.- annui

Ausland Fr. 96.- jährlich
Etranger Fr. 96.- par année
Estero Fr. 96.- annui

Einsenden an: **SPV-Geschäftsstelle**
Adresser à: **Postfach, 6204 Sempach-Stadt**
Adressa a: **Tel. 041/99 33 88**

SPV
FSP
FSF
FSF

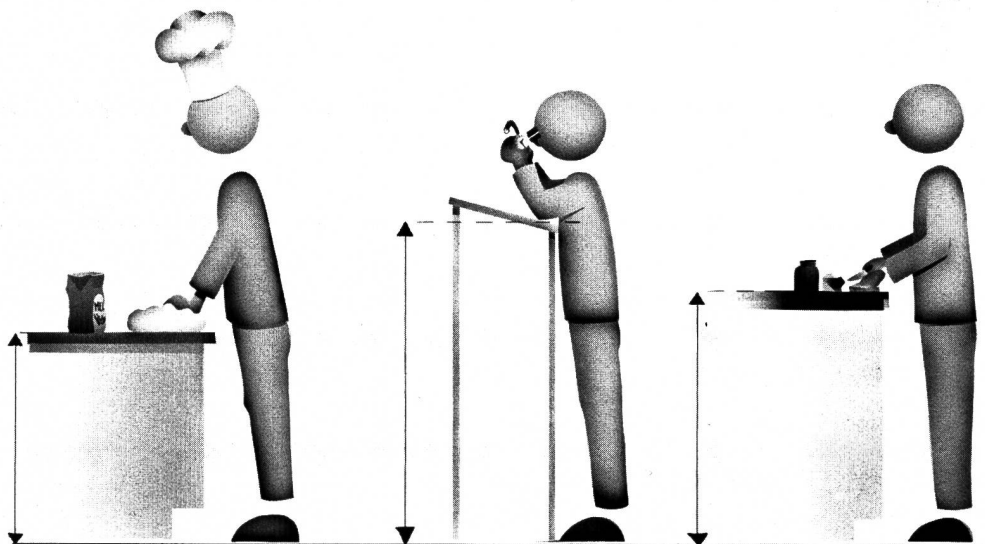
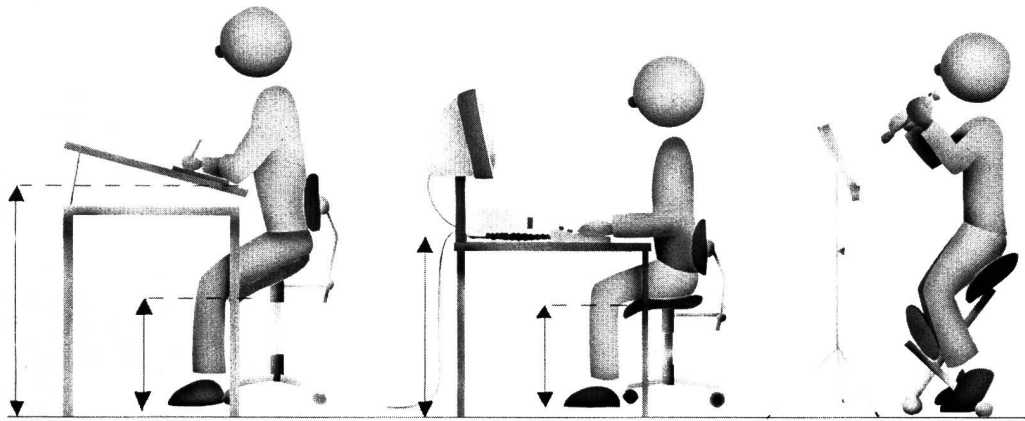


**Physiotherapeut
Physiothérapeute
Fisioterapista
Fisioterapeuta**

Inserate - Annonces:

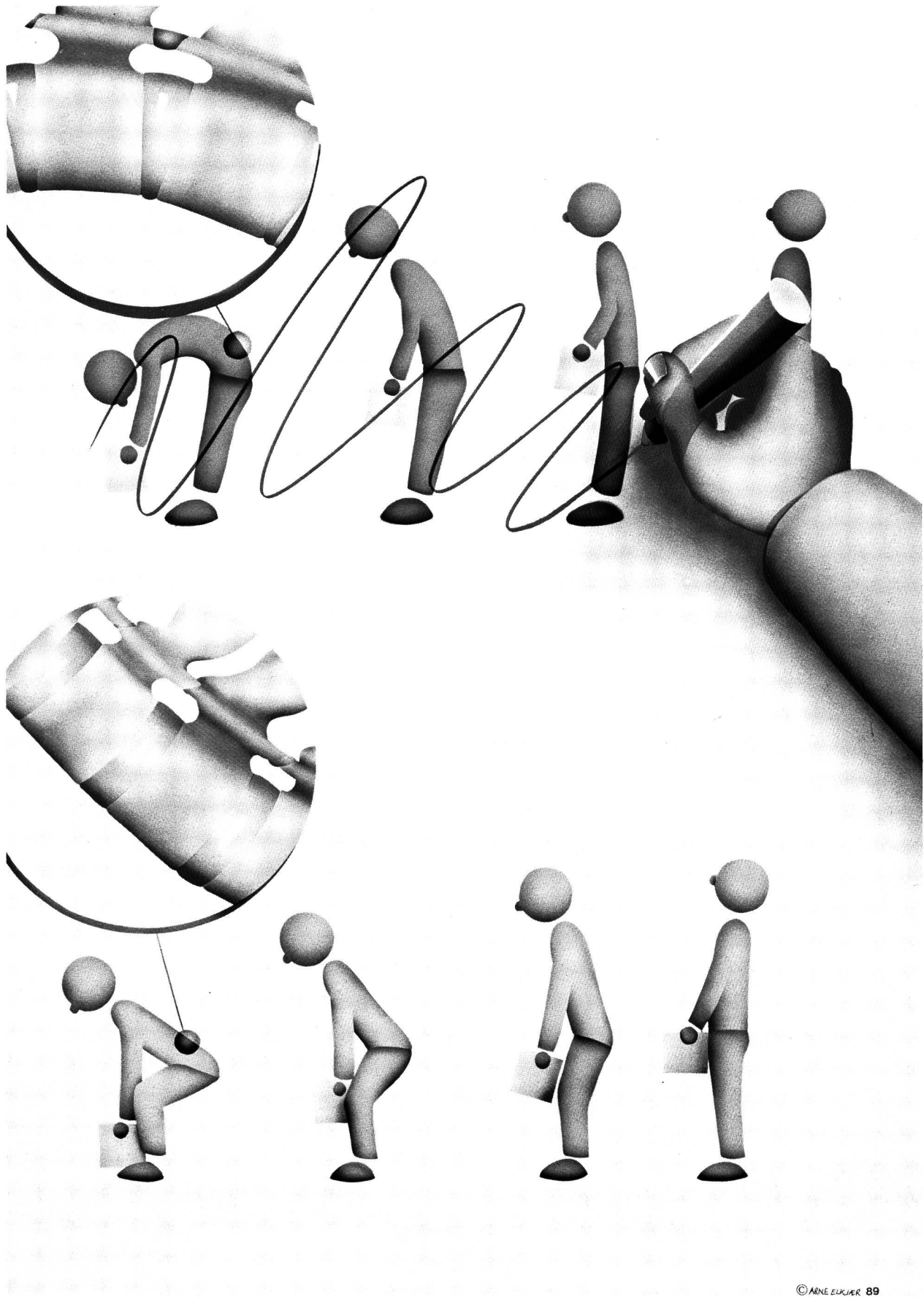
Administration Physiotherapeut
Postfach 735
8021 Zürich

**NEU
NOUVEAU
NUOVO**

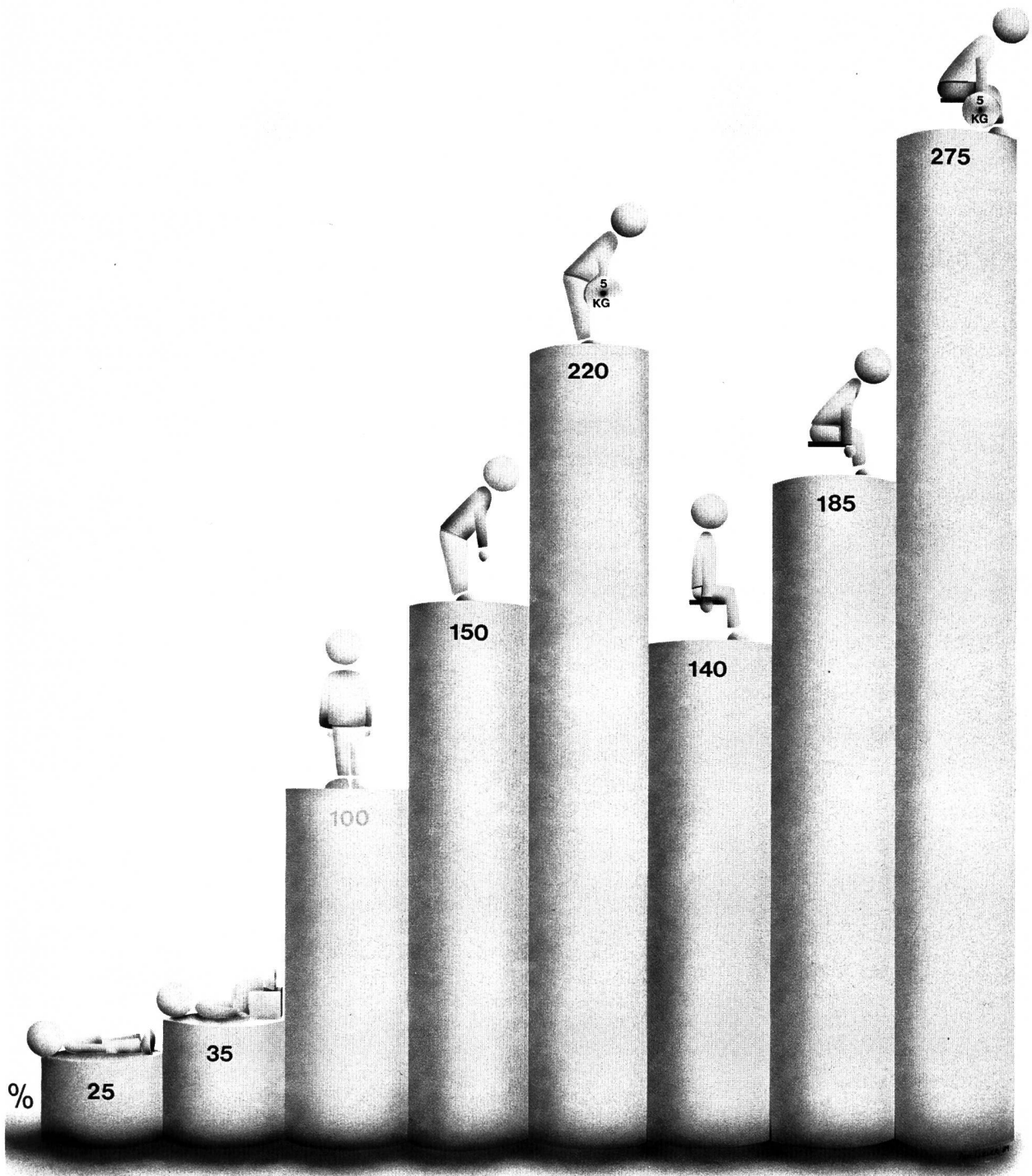


© NIKHE ELZINGER 89

Figur 7:
Verschiedene Arbeitsstellungen am Tisch. Oben: Einige sitzende Arbeitsstellungen. Unten: Die stehende Arbeitsstellung der Reihe nach bei schweren, Präzisions- und leichten Arbeiten.



Figur 8:
Falsches Heben unter schwerer Last gegenüber korrekter Hebetechnik. Vergrößert das Verhalten von Discus und Nucleus Pulposus.



Figur 9:
Discusdruck in verschiedenen Ausgangsstellungen (nach Nachemson). Basis ist die stehende Haltung, und die Druckbelastung wird auf 100 Prozent festgelegt.

Plakate oder mit Plastik laminiert als Flip-over.

Anwendung

Es bestehen mehrere Anwendungsmöglichkeiten. Als «Flipover»-Komplettsérie, ein gutes Hilfsmittel für unsere Rückenschule, das unseren Unterricht visueller, variiert und interessanter gestaltet. Oder in einer Privatpraxis für die Instruktion der Prophylaxe und der Arbeitsstellung oder um den Patienten etwas in Relation zu ihrer Alltagssituation zu erklären. Nicht zuletzt eignen sie sich für Dekorationszwecke in Wartezimmern, Behandlungsräumen oder ähnlichem.

Nur für Fachleute

Die Plakate sind ohne Text, auf diese Weise kann der einzelne Physiotherapeut selbst betonen, was in einer gewissen Situation relevant ist. Physiotherapeuten besitzen das notwendige medizinische Fachwissen dazu, speziell für sie wurden diese Plakate von mir hergestellt.

Referenzen

- [1] «A Prospective Two-Year Study of Functional Restoration in Industrial Low Back Injury», Tom G. Mayer. JAMA, 2. Oktober 1987, vol. 258, No. 13.
- [2] «Objective Assessment of Spine Function Following Industrial Injury», Tom G. Mayer et al. Spine 1985, vol. 10, No. 6.
- [3] «Acute Low Back Pain in Industry», Marianne Bergquist-Ullmann og Ulf Larson. Acta Orthopaedica Scandinavica, Supplementum No. 170.

Bezugsadresse:
Fysioinform Jon Thorsteinsen
c/o Physiotherapie T. Nyffeler
Bahnhofstrasse 1
6312 Steinhausen
Telefon 042/41 11 42

Risikofaktoren bei «Sitzberufen»

Laut einer namhaften deutschen Fachzeitschrift (Ärztl. Praxis 1990; 29) gibt es heute sehr viele Menschen, deren Tagesablauf wie folgt aussieht: Sie steigen morgens ins Auto, sitzen während ihrer beruflichen Arbeit praktisch den ganzen Tag und abends dann noch vor dem Fernsehapparat. Der Erfolg dieser Lebensweise ist es, dass die Beinvenen frühzeitig schlapp machen und sich Krampfadern bilden.

Für ein Venenleiden sind vor allem Frauen

prädisponiert. Zusätzliche Risikofaktoren sind noch Übergewicht, Schwangerschaften und langfristige Einnahme der «Pille». Dazu kommt noch Bewegungsmangel. Durch langes Sitzen wird die Waden-Muskel-Pumpe lahmgelegt.

Menschen, die zur Bildung von Krampfadern neigen, können versuchen, den Varizen durch folgende Massnahmen vorzubeugen:

1. Um Waden-Muskel-Pumpe und Venenklappen im Training zu halten, alle 30 Minuten ein paar Schritte gehen.
2. Regelmässig Sportarten ausführen, die den venösen Rückstrom fördern, z. B. Wandern, Schwimmen, Joggen, Skilanglauf, Golf und Radfahren.
3. Wichtig ist richtiges Sitzen. Es sollten

harte Stühle mit geringer Sitzhöhe verwendet werden. Dabei sollte man immer vorn auf dem Stuhl sitzen, damit die Oberschenkel nicht voll aufliegen. Das Übereinanderschlagen der Beine vermeiden, weil es zu Blutstauungen führt.

4. Während des Sitzens zwischendurch immer wieder Fussgymnastik betreiben wie Wippen mit den Füssen, die Füsse kreisen lassen und sich auf die Zehen stellen, was besonders günstig ist.
5. Auch mit dem Tragen von Stützstrümpfen lässt sich einer Bildung von Krampfadern vorbeugen. Ausserdem bekommen schwache Venen dadurch einen zusätzlichen Halt. Die Beine werden besser durchblutet. □

Aktuelle Notizen/Info d'actualité

Korrektes Arztzeugnis verhindert Missbrauch

(SAel.) Das Arztzeugnis – auch betreffend Arbeitsunfähigkeit – darf keine Gefälligkeit sein. Der Arzt ist weder Gefälligkeitsdiener für Arbeitnehmer noch Kontrollstelle für Arbeitgeber oder Versicherungen. Seine Aufgabe ist es, den Patienten nötigenfalls auch mit einem medizinischen Gutachten vor Schaden zu bewahren. Gleichzeitig hat er aber die Verantwortung, ungerechtfertigten Arbeitsausfall zu vermeiden. Damit verhindert er unnötige Gesundheitskosten.

Die Verbindung der Schweizer Ärzte/FMH bemüht sich zusammen mit Krankenkassen, Privatversicherern, SUVA und Militärversicherung, Missbräuche bei der Bescheinigung von Arbeitsunfähigkeit durch mehr Transparenz und Genauigkeit zu bekämpfen. Es ist nicht Aufgabe des Arztes, Arbeitsunlust oder mangelnde Motivation eines Arbeitnehmers durch ein Attest zu decken. Die volkswirtschaftliche Bedeutung von Arbeitsausfällen durch Krankheit oder Unfall ist beträchtlich. Die Verminderung der Arbeitsunfähigkeit nur schon um einen einzigen Tag pro Fall bringt eine jährliche Kosteneinsparung von mehreren hundert Millionen Franken.

Bei Krankheit oder Unfall ist der Arbeitgeber grundsätzlich verpflichtet, dem Arbeitnehmer den Lohn weiter zu entrichten. Zum Beweis seiner Arbeitsunfähigkeit legt der Arbeitnehmer in der Regel ein Arztzeugnis vor. Dieses ist auch Voraussetzung für Leistungen der Lohnausfallversicherung. Dauer und Grad der ärztlich bescheinigten Arbeitsunfähigkeit hän-

gen allein von medizinischen Fakten ab. Der Wiederbeginn der Arbeit muss nicht zwingend auf einen Montag fallen, sondern kann auch an einem Donnerstag oder Freitag erfolgen. Ein kranker oder verunfallter Arbeitnehmer muss nicht unbedingt vollständig arbeitsunfähig sein; er kann schon von Anfang an nur teilweise arbeitsunfähig geschrieben werden. Manche Versicherungen schliessen jedoch – warum eigentlich? – eine Abstufung der Arbeitsunfähigkeit grundsätzlich aus, so dass oft Patienten zu 100 Prozent «krank» geschrieben sind, obwohl sie vom medizinischen Standpunkt aus zumindest teilweise arbeitsfähig wären.

Bei der Beurteilung der Arbeitsunfähigkeit eines Arbeitnehmers nimmt der Arzt eine Schlüsselstellung ein: Er hat möglichst objektiv abzuschätzen, ob der Gesundheitszustand seines Patienten eine berufliche Aktivität zulässt. Im Gespräch mit Patient (und wenn nötig Arbeitgeber) klärt er ab, ob und in welcher Form ein teilweise arbeitsunfähiger Arbeitnehmer weiter beschäftigt werden kann; eventuell mit leichterem Arbeit während der vollen Arbeitszeit oder mit vollem Arbeitspensum bei reduzierter Arbeitszeit.

Die zunehmende Konkurrenz innerhalb der Ärzteschaft hat dazu geführt, dass der einzelne Arzt gerade beim Bemessen der Arbeitsunfähigkeit von Patienten unter Druck gesetzt werden kann. Fällt das Arztzeugnis nicht nach Wunsch des Patienten aus, findet dieser bestimmt einen anderen Arzt. Der vielfach an die Stelle des klassischen Hausarztes getretene Spezialarzt kennt den familiären Hintergrund und die Verhältnisse am Arbeitsplatz des Patienten in manchen Fällen



Die Reflexzonenarbeit am Fuss nach Methode Hanne Marquardt

Teilweise von Gesundheits- und Krankenkassen anerkannt

Die Ausbildung

umfasst einen 3½tägigen Grund- und einen 3½tägigen Fortbildungskurs.

Die Kurse

sind praxisnah, mit gegenseitigem Erlernen von manuellen Griffen, die den Menschen ganzheitlich erfassen, sowie bewährtes Unterrichtsmaterial mit Lehrfilm. Dank kleinen Gruppen von maximal 14 Personen wird viel praktisch geübt, so dass nach dem Grundkurs bereits am Patienten gearbeitet werden kann.

Teilnahmeberechtigt

sind nur diejenigen, die dank ihrer Ausbildung die Erlaubnis haben, kranke Menschen zu behandeln.

Nach Abschluss beider Kurse besteht die Möglichkeit, sich in die Therapeutenliste eintragen zu lassen. Diese erscheint jährlich neu.

Grund- und Fortbildungskurse finden laufend in der Lehrstätte in 2543 Lengnau (Biel) statt.

Nähere Informationen erhalten Sie bei:

Edgar Rihs, Leiter der einzigen offiziellen Zweiglehrstätte in der Schweiz für die Reflexzonenarbeit am Fuss nach Methode Hanne Marquardt.

Krähenbergstrasse 6, **2543 Lengnau**, Telefon 065/52 45 15

LeistungsSteigerung

Galva 4

Die Wirkungen der Elektrotherapie:

Analgesie,
Trophikverbesserung,
Durchblutungssteigerung,
Muskelaktivierung



Sono 3

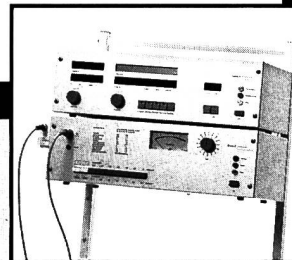
Die Wirkungen der Ultraschalltherapie:

Analgesie,
Trophikverbesserung,
„Mikromassage“



Das Simultanverfahren:

**Analgesie,
Trophikverbesserung.
Gesteigerte Wirkung gegenüber der Einzelanwendung.
Ihre therapeutische Alternative bei therapieresistenten Krankheitsbildern.**



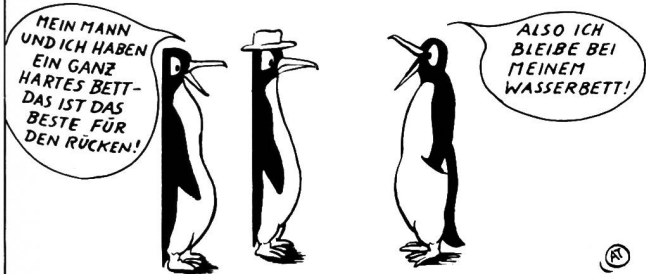
Bitte rufen Sie an.
- Lassen Sie sich beraten.

Wolfgang Kahnau
Postfach 423
CH-4125 Riehen
Tel. 0 61/49 20 39

Daniel Siegenthaler
Haslerastr. 21
CH-3186 Düringen
Tel. 0 37/43 37 81

**Zimmer
Elektromedizin**

Herbert Feller
306, Chemin Valmont
CH-1260 Nyon
Tel. 0 22/61 50 37



AquaDynamic

Das Wasserbett.

Der Gesundheit zuliebe.

Gerne senden wir Ihnen eine Dokumentation und eine Liste der autorisierten Fachgeschäfte. Rufen Sie uns einfach an.

Wir machen aus Ihrem Bett ein Wasserbett!

AquaDynamic

Schweizer Qualitäts-Wasserbetten

Aqua Dynamic AG, Spinnereistrasse 29, 8640 Rapperswil
Tel. 055 - 27 95 55, FAX 055 - 274 185, VTX 055 - 27 53 55

nicht genügend, was die objektive Beurteilung einer Arbeitsunfähigkeit zusätzlich erschwert.

Grundsätzlich hat sich der Arzt an folgende Grundsätze zu halten:

- Aus blosser Gefälligkeit dürfen keine Zeugnisse ausgestellt werden.
- Der Grad der Arbeitsunfähigkeit soll möglichst abgestuft sein und angeben, ob er sich auf die Arbeitszeit oder die Art der Arbeit bezieht.
- Telefonisch bestellte Zeugnisse sind als solche zu kennzeichnen; sie sollen nur in Ausnahmefällen und für kurze Dauer vom Hausarzt des Arbeitnehmers ausgestellt werden.
- Die ärztliche Schweigepflicht gilt auch gegenüber dem Arbeitgeber des Patienten. Dieser hat kein Anrecht, die Diagnose des Arztes zu erfahren. Hingegen muss er über die Konsequenzen aus der Arbeitsunfähigkeit eines von ihm Beschäftigten zuverlässig und wahrheitsgetreu aufgeklärt werden. □

Kongressreise zum 11. Internationalen Kongress der WCPT in London 28. Juli bis 3. August 1991

Der Schweizerische Physiotherapeuten-Verband SPV und der Deutsche Verband für Physiotherapie beauftragten das Organisationsbüro Eurokongress München mit der Vorbereitung der Kongressreise für ihre Mitglieder. Die Reise nach London wird vom 28. Juli bis 3. August 1991 durchgeführt, kann aber durch eine frühere Anreise oder spätere Abreise erweitert werden.

Die Unterbringung in London erfolgt in Hotels verschiedener Kategorien, in verkehrsgünstiger Lage zum Barbican Congress Centre, zu besonders günstigen Zimmerpreisen.

Ergänzend werden zwei Anschlussreisen angeboten:

- Schottland vom 3. bis 9. August 1991
- Irland vom 3. bis 8. August 1991

Der Abflughafen ist wahlweise Zürich, Genf oder Basel.

Programm

So 28.7.91 Vormittag Anreise vom gewünschten Schweizer Flughafen nach London mit British Airways. 17.30 Uhr Kongress-Eröffnungsveranstaltung in der Barbican Hall.

Mo 29.7.91 bis Do 1.8.91 WCPT-Kongress im Barbican Centre.

- Fr 2.8.91 Tag zur freien Verfügung.
Sa 3.8.91 Morgens Transfer vom gebuchten Hotel zum Flughafen London-Heathrow. Abflug zum gewünschten Schweizer Flughafen mit British Airways. Auf Wunsch kann der Flug nach London ohne Flugpreiserhöhung früher bzw. der Rückflug später erfolgen.

Reisepreis

ab/bis Genf bei Unterbringung im:	Fr.
<i>The Royal Scot</i> (3 U-Bahn-Stationen)	1093.-
Einbettzimmerzuschlag	255.-
Zuschlag für Verlängerungsnacht	71.-
Einbettzimmerzuschlag für Verlängerungsnacht	42.-
<i>The New Barbican Hotel</i> (10 Min. Fussweg zum Barbican Center)	1155.-
Einbettzimmerzuschlag	244.-
Zuschlag für Verlängerungsnacht	81.-
Einbettzimmerzuschlag für Verlängerungsnacht	41.-
<i>Hotel Russel</i> (3 U-Bahn-Stationen)	1304.-
Einbettzimmerzuschlag	255.-
Zuschlag für Verlängerungsnacht	85.-
Einbettzimmerzuschlag für Verlängerungsnacht	42.-
<i>The Waldorf</i> (5 U-Bahn-Stationen)	1419.-
Einbettzimmerzuschlag	425.-
Zuschlag für Verlängerungsnacht	106.-
Einbettzimmerzuschlag für Verlängerungsnacht	71.-

Leistungen

- Flug ab/bis Genf mit Linienmaschine der British Airways.
- Unterbringung mit englischem Frühstück im gewählten Hotel (6 Übernachtungen).
- Flughafentransfers.

Flugzuschläge

Ab/bis Zürich: Fr. 12.-.
Ab/bis Basel: Fr. 15.-.

Die Kongressgebühren sind in den genannten Preisen nicht enthalten!

Weitere Detailinformationen sowie Anmeldeformulare sind bei der Geschäftsstelle erhältlich. □

Starke Vertrauensstellung der SANZ

(SAel) Wie dem in der Schweiz. Ärztezeitung publizierten Jahresbericht des ärztlichen Leiters der SANZ (Schweizerische Arzneimittel-Nebenwirkungs-Zentrale), Prof. Dr. med. Johannes Ch. Gartmann, zu entnehmen ist, haben vor allem die Ärzte der SANZ rund 20 Prozent mehr Meldungen vermuteter unerwünschter Wirkungen von Arzneimitteln erstattet. Damit hat die Bedeutung der SANZ als Vertrauensstelle der Medizinalpersonen in Fragen der Medikamententherapie erneut zugenommen.

Der SANZ sind 1989 insgesamt 589 Meldungen zugegangen; das sind zwar 21 weniger als im Vorjahr; indessen hat die Anzahl der Meldungen von Medizinalpersonen (v.a. Ärzten) von 305 (1988) auf 359 (1989) bzw. um fast 20 Prozent zugenommen. Das ist jedoch nicht mit einer Zunahme der Nebenwirkungen gleichzusetzen, sondern v.a. auf das wachsende Interesse der Medizinalpersonen aus der SANZ-Aktivität zurückzuführen. Die Meldungen durch die Pharmaindustrie sind von 305 (1988) auf 230 zurückgegangen. 1989 kamen folglich 61 Prozent der Meldungen von Medizinalpersonen und 39 Prozent von der Pharmaindustrie. Es besteht der Wille, die Meldefreudigkeit noch zu steigern. Die SANZ hat zu diesem Zweck ihre Informationstätigkeit insbesondere gegenüber den Medizinalpersonen intensiviert. So erscheinen z.B. in der Schweiz. Ärztezeitung regelmässig Berichte über aktuelle Fragen aus der Tätigkeit der SANZ.

Die SANZ wurde 1981 von der Ärzteschaft und der pharmazeutischen Industrie als gemeinsame private Stiftung gegründet. Mittlerweile sind alle medizinischen Berufsgruppen an der SANZ beteiligt, seit 1989 auch die Apotheker und die Tierärzte. Der Stiftungsrat besteht aus 11 Vertretern der Stiftungsorganisationen, wobei die Ärzte und Apotheker die Mehrheit haben; den Vorsitz hat der Präsident der FMH, Dr. H.R. Sahli. Die SANZ sammelt und beurteilt unerwünschte Meldungen vermuteter Wirkungen von Arzneimitteln, die in der Praxis festgestellt werden, und wertet sie aus. Der SANZ steht dafür eine EDV mit speziell entwickelter Software zur Verfügung. Meldungen nimmt die SANZ von Ärzten, Apothekern, Spitälern sowie Herstellern und Importeuren von Arzneimitteln entgegen. Die Beurteilung einer jeden Meldung erfordert von Fall zu Fall einen unterschiedlichen Aufwand. Besonders anspruchsvoll ist die Abklärung dann, wenn mehrere Grundkrankheiten vorliegen und

zugleich mehrere Medikamente angewendet wurden. Jeder Melder erhält von der SANZ eine wissenschaftliche Beurteilung seiner Meldung. Darin unterscheidet sich die SANZ von anderen Meldestellen. Die SANZ kann ausserdem Firmen in konkreten Einzelfällen auf ihre Meldepflicht gegenüber den Behörden (IKS) hinweisen. Davon wurde 1989 wiederholt und mit Erfolg Gebrauch gemacht. Folgende Arzneimittelgruppen waren 1989 im Zusammenhang mit Meldungen

vermuteter unerwünschter Wirkungen am häufigsten betroffen: Medikamente mit Wirkungen auf das Nervensystem (96 Fälle), Antibiotika/Chemotherapeutika (62), nichtsteroidale Antirheumatika (50), Mittel gegen Malaria (40). Die am häufigsten betroffenen Organsysteme waren: Haut (22%), Nervensystem (13%), allgemeine Reaktionen des ganzen Körpers (12,5%), Magen-Darm-System (7,5%) und Herz-Kreislauf-System (7%). Rund 12,5 Prozent der gemeldeten Ne-

benwirkungen wurden nach den international üblichen Kriterien als «schwerwiegend» eingestuft.

Die SANZ genießt bei der Ärzteschaft und der Industrie eine starke Vertrauensstellung. Ziel der SANZ ist es, diese auch in Zukunft zu erhalten und die Zusammenarbeit mit den Behörden zu intensivieren. Ergänzende Auskünfte erteilt der ärztliche Leiter der SANZ, Prof. Gartmann, Chur.

□

VISTA HI-TECH

NEU in
4513 Langendorf-Solothurn

Telefon 065 38 29 14

Telefax 065 38 12 48

Mit VISTA HI-TECH,
einen Schritt weiter...

Gruppe VISTA Gruppe



PINO: Deutschlands grösster Hersteller medizinischer Hilfspräparate.

Liquiderma Supersoft Emulsion (Massagemittel)
500-ml-Flasche oder 5-Liter-Kanister.

Preis? Günstig! Sie werden überrascht sein.

Testen Sie **gratis!**

Bitte senden Sie mir PINO-Unterlagen und gratis ein Muster LIQUIDERMA Supersoft Emulsion (500 ml).

Name: _____

Anschrift: _____

Tel.: _____

BÜCK DICH NICHT!

«Ärztliche Anleitung für richtige Haltung und Bewegung der Wirbelsäule»

Dr. Peter Schleuter

Broschüre mit 40 Seiten Inhalt. In dieser Broschüre wird deutlich gemacht, dass vor allem Belastungen des Alltags und banale Alltagsbewegungen in ihrer Summation zu Rückenbeschwerden führen.

Anhand von Beispielen werden falsche Bewegungen erklärt und die richtigen Bewegungen aufgezeigt.
SFr. 18.70

Bestellschein

Senden Sie mir bitte gegen Nachnahme **BÜCK DICH NICHT!**

Anz. _____ Brosch. SFr. 18.70 + Verpackungs- und
Versandspesen

Name/Vorname _____

Strasse _____

Ort _____ Land _____

Unterschrift _____

Einsenden an:
Remed Verlags AG, Postfach 2017, 6302 Zug/Schweiz

Zu reduzierten Preisen

Muskeldehnung warum und wie?

Olaf Evjenth und Jern Hamberg

**Eine erfolgreiche Behandlungsmethode bei Schmerzen
und beschränkter Beweglichkeit**

Nur solange Vorrat

Teil I

Die Extremitäten. 178 Seiten mit mehr als 260 Bildern, Muskelregister und 16 Tabellen mit Schema über die bewegungshindernde Funktion verschiedener Muskeln. **SFr. 65.-**

Teil II

Die Wirbelsäule. 128 Seiten mit mehr als 190 Bildern, Muskelregister und 16 Tabellen mit Schema über die bewegungshindernde Funktion verschiedener Muskeln. **SFr. 60.-**
Beide Teile zusammen **SFr. 115.-**

Verlangen Sie kostenlos unsere Broschüre mit Leseproben

Bestellschein

Senden Sie mir bitte gegen Nachnahme
Muskeldehnung, warum und wie?

Anzahl _____ Teil I SFr. 65.- + Verp. u. Vers.sp.

Anzahl _____ Teil II SFr. 60.- + Verp. u. Vers.sp.

Anzahl _____ Teil I und II SFr. 115.- + Verp. u. Vers.sp.

Name _____

Strasse _____ Nr. _____

PLZ _____ Ort _____ Land _____

Einsenden an **Remed-Verlags AG**
Postfach 2017, 6302 Zug/Schweiz

PH