



*Ungebremster Zuspruch für die Physiotherapie – zunehmend auch als Selbstmedikation*

## Gesundheit ist immer ihr Geld wert

**Obwohl die Eigenbeteiligung stetig gestiegen ist, ist die Nachfrage für physiotherapeutische Behandlung ungebremst. Viele Patienten sind bereit, für ihre Gesundheit tiefer in die Taschen zu greifen.**

Für viele der Kranken bedeutet die erhöhte Zuzahlung einen schmerzhaften Einschnitt in ihr monatliches Budget. Dennoch nehmen sie ihre Termine weiterhin wahr und oft über die vom Arzt verschriebene Behandlung zusätzlich eine selbstbezahlte Therapie in Anspruch. Aussagen wie „Bei der Krankengymnastik kann ich aktiv zu meiner Gesundheit beitragen, das ist es mir wert“ oder „Ehe ich auf lange Dauer Medikamente nehmen muss, die schließlich auch eine Menge Geld kosten“ hört man häufig in der Praxis.

### Vorgeschriebene Behandlungszeiten

Die von den Krankenkassen ersetzten Behandlungszeiten variieren je nach Therapie. Eines jedoch ist ihnen gemeinsam: Sie sind kurz. Für Krankengymnastik sind beispielsweise lediglich fünfzehn oder zwanzig Minuten vorgesehen. Neben der Frage nach dem medizinischen Erfolg einer so kurzen Behandlung ist auch der Aufwand für die Patienten erheblich. Viele sind gehbehindert und es fällt ihnen schwer, die häufigen, kurzen Termine wahrzunehmen. Auch für Berufstätige ist es schwierig. Der Zeitaufwand für An- und Abfahrt ist oft länger als der Aufenthalt in der Praxis. Eine Doppelbehandlung, die mit der Therapeutin vereinbart werden kann, ist eine Möglichkeit, dieses Problem zu lösen.

### Weiterbehandlung auf eigene Kosten

Eine weitere Alternative, die Behandlungszeiten auf ein medizinisch notwendiges Maß auszudehnen, ist die Selbstmedikation. So wie bestimmte Arzneimittel in Apotheken selbst gekauft werden können – man denke an die zahlreichen Mittel gegen kleinere und größere Wehwechen wie Kopfschmerzen, Durchfall oder Hautprobleme – so kann auch die krankengymnastische Behandlung ohne Rezept erworben werden. Und ähnlich wie der Apotheker die schmerzgeplagten Kunden berät, steht auch die Therapeutin den Hilfesuchenden mit ihrem Wissen zur Seite. Neben den herkömmlichen Methoden wie Manueller Therapie, KG Neuro oder Atemtherapie, können auch Spezialbehandlungen wie z.B. Osteopathie, Kinesio-Taping, Medizinisches Geräte-Training und vieles mehr privat in Anspruch genommen werden. Wer einfach nur mal prüfen möchte, ob er eine Behandlung benötigt, kann sich von den Therapeutinnen „checken“ lassen. Bei einem solchen Physio-Check können eventuell vorhandene Bewegungsstörungen entdeckt und schon im Anfangsstadium beseitigt werden. Die Behandlungszeiten und -intervalle werden nach Rücksprache mit der Therapeutin festgelegt. Weitere Informationen zur Selbstmedikation finden Sie in umseitiger Preisliste.

### Eigenverantwortung ist gefragt

Bei der physiotherapeutischen Behandlung wird besonders deutlich, wie wichtig es ist, selber aktiv am Heilungsprozess mitzuarbeiten. Die Krankenkassen und der Staat setzen immer



*Wir behandeln Sie natürlich! Physiotherapie heißt Behandeln mit natürlichen Methoden, die frei sind von Nebenwirkungen.*



*Fürs Wohlbefinden genügen oft kleine Interventionen, eine Traktion, eine Muskelentspannung oder einfach eine heilende Berührung*

mehr auf die Eigenverantwortung der Patienten. Die Folge ist: Der Bürger wird mehr zur Kasse gebeten, und die Preise für kassenärztliche Leistungen und Medikamente steigen an. Viele jammern darüber und das zu Recht. Aber eines sollten wir nicht vergessen: Gesundheit ist nicht alles. Aber ohne Gesundheit ist fast alles nichts. Und wir können alle eine Menge dazutun, auch weiterhin gesund zu bleiben.

## Neue Energie schöpfen und wieder Freude am Körper gewinnen

*Sie sind nicht krank, das ist schön. Doch gesund sein ist mehr, als ohne ärztliches Rezept auszukommen. Ein gutes Körpergefühl, Vitalität, Leistungsfähigkeit und Spannkraft: Das verstehen wir unter Gesundheit! Um sie zu erlangen, bedarf es nicht viel. Einige gezielte und effiziente Übungsstunden mit unseren Physiotherapeutinnen bringen Sie in Form. Auch eine Heilmassage kann viel bewirken. Heilung und Gesundheit haben viele Facetten. Das medizinisch Notwendige wird über Krankenkassen und Rezepte abgedeckt. Doch gelungene Prävention erfordert manchmal auch andere Maßnahmen. Dafür ist unser Gesundheitsangebot das Richtige. Befreien Sie sich von Stress, Müdigkeit und steifen Gliedern. Entdecken Sie die Freude am eigenen Körper wieder und erleben Sie neu, wie leistungsfähig er sein kann.*

*Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern!*



Die Erfahrungen einer langjährigen Patientin der Praxis

## Liebe Mitpatientinnen und Mitpatienten,

**ich schreibe hier als Patientin dieser Praxis, die in verschiedenen Zeitabständen, aber doch regelmäßig ein und ausgeht – und das auch ohne Krankenschein.**

Warum ich das tue? Ich habe hier aus akuten Anlässen mit Krankenschein so gute Erfahrungen gemacht, dass mir klar wurde, dass eine regelmäßige Inspektion und die Betreuung verschiedener kleiner Beschwerden etwas ist, das mir gut tut und meine Lebensqualität hebt. Ein regelmäßiger Check und das Besprechen von Problemen verhindert oder mildert Schäden, die durch dauerhaftes Fehlverhalten aufgrund von

mangelnder Wahrnehmung entstehen können. Ich lasse ja auch mein Auto warten, meine Instrumente stimmen, andere gehen zum Sport, zur Sauna, ins Solarium usw. um ihre Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern. Und es ist selbstverständlich, dass alles etwas kostet und man es bezahlt. Nur im medizinischen Bereich haben wir uns alle mehr oder weniger daran gewöhnt, dass Dienstleistungen, die unsere Gesundheit elementar betreffen, nichts oder fast nichts kosten. Damit hängt auch – wie ich z. B. bei meiner bisher einzigen Kur beobachten konnte – eine gewisse Passivität (man könnte es fast Konsumhaltung nennen) vieler Patienten zusammen: Man lässt sich etwas verschreiben, lässt sich behandeln und vielleicht etwas an sich machen – beispielsweise eine Massage nach Art der alten Römer in ihren Thermen, wie es reizvoll in einschlägigen Historienfilmen dargestellt wird.

### Defizite kompetent behandeln

Physiotherapie – Krankengymnastik – Massage ist für viele Menschen ein und dasselbe. Ich mag eigentlich das Wort Physiotherapie am liebsten, weil es den ganzheitlichen Aspekt einer solchen Behandlung am ehesten wiedergibt. Man muss nicht unbedingt krank sein, man muss nicht nur

Gymnastik erdulden oder machen, und Massage ist zwar ein angenehmer, aber eben nur ein Teilaspekt. Was erwarte ich für mich, warum gehe ich immer wieder hin? Es geht natürlich um meine Knochen und Muskeln, die ich als älter werdender Mensch noch möglichst lang effektiv nutzen möchte. Und auch um meine Einstellung dazu. Die Defizite werden sehr kompetent behandelt und die Vielseitigkeit flößt mir besonderes Vertrauen ein. Ich werde konfrontiert mit verschiedenen Aspekten der Medizin – mit denen man in einer normalen Arztpraxis oft gar nicht in Berührung kommt – über die ich auch sprechen kann und über die meine Körperwahrnehmung aktiviert und verfeinert wird.

### Mich um mich selbst kümmern

Das, was mir in der Therapie vermittelt wird, gibt mir das Gefühl, daß ich bis zu einem gewissen Grade auch selber

meine körperliche Situation beeinflussen kann, und ich finde es sehr ermutigend und motivierend, meine eigene Passivität zu durchbrechen. Ich fühle mich angeregt, etwas zu tun, und es geschieht immer wieder (auch wenn immer noch nicht oft genug), dass ich meine Faulheit überwinde.

Ich möchte zum Schluss bemerken, dass die Vielfalt des Therapie-Angebots mich nicht zu einer Entscheidung zwischen Schul-Medizin und Naturheilkunde oder dergleichen zwingt, sondern dass ich diese Vielfalt als offen und nicht sektiererisch empfinde – ein entscheidender Vertrauenspunkt, der durch die permanente vielseitige Weiterbildung der „Chefin“ durch Lernen und Lehren immer wieder bestätigt wird.

Almut Rößler



Prof. KMD Almut Rößler – international renommierte Konzertorganistin aus Düsseldorf

### Selbstzahlerleistungen

#### Preisliste der Behandlungen

15 Minuten	20,00 Euro
20 Minuten	24,50 Euro
30 Minuten	35,50 Euro
40 Minuten	47,50 Euro
50 Minuten	59,00 Euro
60 Minuten	71,00 Euro
Physiocheck	35,50 Euro

Diese Preise gelten für:  
Neuroorthopädische Begleitung,  
Osteopathie, Atemtherapie,  
Kinesio-Taping-Therapie,  
Physio-Training nach  
Gabriele Kiesling,  
Medizinische Trainingstherapie,  
Klassische Heilmassage,  
Naturmoor-Einweg-Packung,  
Manuelle Lymphdrainage,  
Gang-Therapie

Spezialbehandlung auf Anfrage,  
bitte sprechen Sie uns an.

## Impressum

**Herausgeber:** Praxis Kiesling  
unter Mitarbeit von Stefanie Löhrl  
Luisenstr. 55, 40215 Düsseldorf  
Telefon 0211. 37 31 25  
Telefax 0211. 37 62 06  
info@gabriele-kiesling.de  
www.gabriele-kiesling.de

© und Idee: Gabriele Kiesling 2011

Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitung ist ein Service der Physiotherapiepraxis Kiesling für ihre Patienten und darf ausschließlich zu diesem Zweck verwendet werden. Ohne schriftliche Genehmigung darf sie nicht reproduziert bzw. unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.



Empfohlen vom Institut für  
Qualitätssicherung in der  
Heilmittelversorgung - IQH e.V.



düsseldorfer institut  
für qualität in der physiotherapie