

# Morgens hin, abends wieder daheim

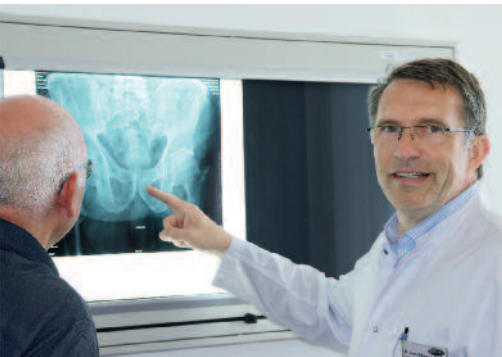
Jochen Glück aus Ensingens stürzt mit seinem Motorroller und verletzt sich dabei schwer an der Schulter. Für die spätere Therapie empfiehlt ihm die AOK eine **ambulante Rehabilitation**. Erst ist er skeptisch – aber nach der Reha absolut überzeugt.

**Routiniert und vorausschauend beschreibt der ehemalige Bankkaufmann** seinen Fahrstil auf dem Motorrad. Bei einer Einkaufsfahrt nach Vaihingen/Enz hat er dennoch keine Chance. Er stürzt auf Rollsplitt, kugelt sich die rechte Schulter aus und erleidet einen Sehnenabriss. Operiert wird er in der orthopädischen Klinik Markgröningen. Für die weitere Therapie stellt er bei der AOK einen Antrag auf Rehabilitation und erhält eine überraschende Antwort: Die Gesundheitskasse rät ihm zu einer ambulanten Rehabilitation. Jochen Glück hat aufgrund multipler Erkrankungen schon den einen oder anderen stationären Aufenthalt in einer Reha-Klinik verbracht und äußert gegenüber der AOK seine Bedenken: „Ich konnte mir weder vorstellen, wie eine ambulante Reha abläuft, noch dass sie mir helfen würde.“ Nach dem Telefonat mit AOK-Beraterin Jana Müller lässt er sich doch darauf ein: Er tritt die ambulante orthopädische Rehabilitation bei ORTEMA in Markgröningen an.

**Zu Beginn erfolgt bei Jochen Glück** eine einstündige Untersuchung durch Chefarzt Dr. Sven Schemel: „Bei der Aufnahme des Patienten sind alle gesundheitsrelevanten Faktoren wichtig“, sagt der Mediziner. Als Ergebnis entsteht ein ganz individueller Therapieplan nach dem sogenannten „bio-psycho-sozialen Modell“: Ein abgestimmtes Programm aus Gerätetraining, Rückenschule, viel Krankengymnastik, Massage, Fango, Ernährungsseminaren und sogar psychologischen Beratungsgesprächen sowie diversen anderen Modulen bestimmt die nächsten Wochen.



ORTEMA-Sporttherapeut Mario Gallo zeigt Jochen Glück, wie die Übung funktioniert



**Chefarzt Dr. Sven Schemel**

„Eine ambulante Reha bemisst sich weniger nach vollen Wochen als vielmehr nach einzelnen Behandlungstagen. An einem Therapietag nimmt der Patient an vier bis sieben Therapien teil“, erklärt Dr. Schemel. Jochen Glück ist in der Regel dreimal die Woche in der Reha in Markgröningen und kann die ambulante Rehabilitation so auf fünf Wochen ausdehnen.

**Das intensive Trainingsprogramm** zeigt schon bald die gewünschte Wirkung: Seine Schulter wird beweglicher und der Spaß an sportlicher Aktivität kehrt bald zurück: „Endlich konnte ich den Teufelskreis der schmerzbedingten Bewegungsunlust durchbrechen“, freut sich Jochen Glück über seine spürbaren Fortschritte. Während der Reha nimmt er acht Kilogramm ab – und das, obwohl ihm das Mittagessen vor Ort ausgezeichnet schmeckt. Während einer ambulanten Rehabilitation bleibt der Patient daheim bei Familie und Freunden und ist nur zur Therapie vier bis sechs Stunden pro Tag in der Einrichtung. ORTEMA hält auch einen Fahrdienst vor. Jochen Glück benötigt diesen aber nicht. Er ist so weit mobil und reist im eigenen Auto an.

**Wenn der zweifache Familienvater nach seinem Fazit gefragt wird**, gerät er ins Schwärmen: „Die ärztliche und physiotherapeutische Versorgung war einfach per-

fekt – und höchst flexibel. Als ich akute Ischias-Schmerzen bekam, wurde sofort reagiert und der Therapieplan neu ausgerichtet. Alle Mitarbeiter waren ausnahmslos sehr kompetent, freundlich und hilfsbereit.“

Bis heute trainiert Jochen Glück in bewährter Umgebung im ebenfalls dort angegliederten „Medical Fitness“-Studio und freut sich über seine zurückgewonnene Lebensqualität. Besonders glücklich macht ihn, dass er sich nun auch wieder gemeinsam mit seinen beiden Söhnen auf gemütliche Motorrad-Touren begeben kann.

**„Ich bin dem ORTEMA-Team sehr dankbar**, dass sie ganz wesentlich zu meiner schnellen und abschließenden Genesung beigetragen haben“, freut sich Jochen Glück, der auch seine AOK-Beraterin Jana Müller ausdrücklich lobt: „Sie hatte in allen Belangen recht. Vor allem damit, dass bei der ambulanten Reha mehr Anwendungen bei weniger Leerläufen möglich sind“, sagt der 64-Jährige, der jetzt um eine Erfahrung reicher ist: Wer eine Reha benötigt, muss dazu nicht zwangsläufig die Koffer packen.



**Zurück auf dem Motorrad – nach seiner ambulanten Reha kann sich Jochen Glück wieder auf Tour begeben**



#### Was ist ORTEMA?

ORTEMA (Orthopädie Technik Markgröningen) ist in den Bereichen Orthopädie-Technik, Rehabilitation und Medical Fitness sowie in der Sportprotektion tätig. 20 Therapeuten und Mitarbeiter betreuen die Patienten in der ambulanten Reha.

➔ [www.ortema-rehabilitation.de](http://www.ortema-rehabilitation.de)

## NACHGEFRAGT

### bei Jana Müller – AOK-Competence-Center Rehabilitation

#### Für wen kommt eine ambulante Reha in Betracht?

Für AOK-Versicherte, die keine 24-stündige ärztliche oder pflegerische Betreuung benötigen und deswegen bei ihrer Familie bzw. in der gewohnten Umgebung bleiben können. Ein weiterer Vorteil ist, dass der Versicherte während seiner Reha direkt ausprobieren kann, wie er zu Hause am besten mit einem Hilfsmittel wie zum Beispiel einer Gehhilfe zurechtkommt oder wie er neu gelernte Übungen umsetzen kann. Die Reha-Einrichtung berät ihn dabei ganz praxisnah.

