

GLA:D[®] Schweiz Arthrose Programm

Arthrose ist eine der häufigsten Erkrankungen in der Schweiz und weltweit. Als Behandlung empfehlen internationale Richtlinien von entsprechenden Fachgesellschaften (EULAR und OARSI) für Knie- und Hüftarthrose eine Kombination aus Patientenedukation und Übungen. Dies wird im GLA:D[®] Schweiz Arthrose Programm umgesetzt.

Die Abkürzung GLA:D[®] steht für Good Life with osteoArthritis in Denmark. Das Programm, das aus den drei Bereichen «Patientenedukation», «Übungen» und «Qualitätskontrolle mittels Datenerhebung» besteht, wurde 2013 in Dänemark eingeführt.

Ziel von GLA:D[®] ist es Richtlinien qualitätskontrolliert in der Praxis umzusetzen und Menschen mit Arthrose eine gute Lebensqualität zu ermöglichen.

Im GLA:D[®] Schweiz Arthrose Programm werden eine einheitliche Untersuchung und ein standardisiertes, evidenzbasiertes und praxiserprobtes Edukations- und Übungsprogramm mit individuellen Dosierungs- und Steigerungsmöglichkeiten eingesetzt.

Nachdem die Patienten das Programm absolviert haben, verfügen sie über ausreichende Kompetenzen, um ihre Knie- oder Hüftprobleme eigenständig zu managen. Dies bestätigen auch die Langzeitresultate aus Dänemark nach 12 Monaten: Schmerz, Gehfähigkeit und Lebensqualität waren nach 3 und 12 Monaten signifikant besser und verzeichneten keinen Abfall nach 12 Monaten wie bei anderen Behandlungsmethoden.

Jakub Hemr Physiotherapeut

- Dipl. Physiotherapeut
- seit 09/2021 im Reha-Zentrum Cham
- GLA:D Ausbildung 05/2023
- Team Physiotherapeut Zug United (Unihockey)
- McKenzie MDT Therapie
- Manuelle Therapie
- Deutsch, Englisch und Tschechisch

Kursangebot

Dienstag, 09:00 – 09:50 Uhr
Donnerstag, 09:00 – 09:50 Uhr



Datenerhebung und Qualitätskontrolle

Fachleute begleiten Sie und wollen wissen, wie es Ihnen mit GLA:D® geht.

Das GLA:D® Schweiz Arthrose Programm ist ein Gesamtkonzept und wird von eigens dafür geschulten und zertifizierten Physiotherapeuten durchgeführt. Neben der Eintritts- und Austrittsuntersuchung finden bei den Patienten nach 8 bis 12 Wochen und nach 12 Monaten Nachbefragungen mittels Fragebogen statt. Die erhobenen Daten werden im GLA:D® Schweiz Register erfasst und dienen der Verlaufsdokumentation und der Qualitätssicherung. Es gelten die üblichen, vom Bund festgelegten Richtlinien für Daten- und Persönlichkeitsschutz.

Verordnung

Physiotherapeutische Behandlung (durch Arzt/Ärztin auszufüllen):				
Verordnung:	<input checked="" type="checkbox"/> erste	<input checked="" type="checkbox"/> zweite	<input type="checkbox"/> dritte	<input type="checkbox"/> vierte
Ziel der Behandlung:	<input checked="" type="checkbox"/> Analgesie/Entzündungshemmung			Physiotherapeutische I (durch Arzt/Ärztin auszu 2 Serien à 9 GLA:D
	<input checked="" type="checkbox"/> Verbesserung der Gelenkfunktion			
	<input checked="" type="checkbox"/> Verbesserung der Muskelfunktion			
	<input checked="" type="checkbox"/> Propriozeption/Koordination			
	<input type="checkbox"/> Verbesserung der cardio-pulm. Funktion			

Als Patientin/Patient durchlaufen Sie das Programm 3 - 2 - 12 - 1

3 Einzelsitzungen mit Eintrittsuntersuchung, Tests und praktischer Einführung ins Übungsprogramm

Hier wird eine Standortbestimmung zu Ihrer aktuellen Situation durchgeführt, und Sie werden ins Übungsprogramm eingeführt.

2 Gruppensitzungen mit Patientenedukation

Hier wird Ihnen Wissen über Arthrose vermittelt und wie Sie besser damit umgehen können.

12 Gruppensitzungen mit neuromuskulärem Übungsprogramm

Hier lernen Sie Ihre Bewegungen und Haltung zu kontrollieren, trainieren Ihre Muskelkraft und lernen funktionale Übungen in den Alltag zu integrieren.

Eine letzte Einzelsitzung mit Austrittsuntersuchung

Hier wird der Erfolg Ihrer Teilnahme am Programm überprüft. Der zuweisende Arzt erhält einen Kurzbericht.



Im REHA-Zentrum Cham

Hünenbergerstrasse 2
6330 Cham

Telefon: 041 781 40 00

E-Mail: info@rehazentrumcham.ch

Internet: www.rehazentrumcham.ch

