



**Ärztliche  
Informationen  
zu Indikationen,  
Zielen und Therapie-  
ablauf + Verordnungs-  
formular.**

**Der Leitfaden für Mediziner.**  
Zur FPZ Therapie für alle  
Indikationen.



# HERZLICH WILLKOMMEN. BEI FPZ.

Wir freuen uns sehr, dass Sie sich für unsere Versorgungsleistungen zu den **großen orthopädischen Volkskrankheiten sowie Krebs** interessieren. Seit 1990 arbeiten wir auf dem Gebiet der Vorbeugung und Beseitigung des chronischen Rückenschmerzes, seit 2017 auf dem Gebiet der Arthrose an Hüfte und Knie sowie Osteoporose und seit 2024 bieten wir auch ein Versorgungsprogramm zum Thema Krebs an. Unsere Vision ist es, durch aktive Trainingstherapien **mehr gesunde Lebensjahre** zu ermöglichen, indem wir die Muskulatur als körpereigene Apotheke einsetzen.

Unsere Therapieprogramme werden über eine langjährige Forschung und Entwicklung am Markt etabliert, so dass wir verlässliche Effekte erzielen können. In mehr als 200 Publikationen haben wir den medizinischen Nutzen, die **Wirksamkeit und Qualitätssicherung** dokumentiert.

Unsere Therapieprogramme werden grundsätzlich außerhalb des Heilmittelbudgets (bei GKV) verordnet und in vielen Selektivverträgen mit Kostenträgern sind zudem extrabudgetäre Honorare für Ärzte vorgesehen.

Die vorliegende Dokumentation dient Ihnen als Entscheidungsgrundlage für die Verordnung der FPZ Therapie. Wenn die Therapie aus medizinischer Sicht geeignet ist, können Sie diese mit dem am Ende beigefügten Formular einfach verordnen.

Wenn Sie Fragen oder Anregungen haben, wenden Sie sich unter [praxisberatung@fpz.de](mailto:praxisberatung@fpz.de) einfach an uns. Wir helfen gerne weiter.

Mit freundlichen Grüßen



Ihr Dr. Frank Schifferdecker-Hoch  
-Geschäftsführer-

# FPZ RückenTherapie.

## Nachweislich zu mehr Gesunden Lebensjahren.

Die FPZ RückenTherapie ist ein nachweislich wirksames und zugleich einfaches Verfahren zur Vorbeugung und Linderung von Rückenschmerzen und Stärkung der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur.

### **Welche Zielgruppe sprechen wir an?**

Patienten mit chronischen oder wiederkehrenden Nacken- und/oder Rückenschmerzen.

ICD-Codes: M40-M54

### **Welche Voraussetzungen brauchen die Patienten?**

Die Patienten brauchen eine

- › Übungs- bzw. Trainingsstabilität
- › Ausreichende psychische und körperliche Motivation und Verfassung

### **Welches Ziel verfolgt die FPZ RückenTherapie?**

Die Therapie soll Schmerzen im Nacken und Rücken nachhaltig lindern oder verbessern.

### **Was macht die FPZ RückenTherapie aus?**

Mit fünf Maßnahmen behandeln wir die Schmerzen der Patienten:

- › Biomechanische Funktionsanalyse der Wirbelsäule
- › Progressives dynamisches Krafttraining der Muskulatur
- › Funktionsgymnastik zur Mobilisierung der Wirbelsäule
- › Edukation und Erlernen von wirbelsäulengerechtem Verhalten
- › Techniken zur mechanischen Entlastung der Wirbelsäule

### **Wie läuft die FPZ RückenTherapie genau ab?**

Es erfolgen drei Schritte:

#### **01 Die Eingangsanalyse**

Die FPZ RückenTherapie ist auf eine individuelle Betreuung ausgerichtet. Dafür soll in einer 90-minütigen Analyse die Kraft und Beweglichkeit der Rumpf- und Halswirbelsäule gemessen werden. Außerdem werden mit Hilfe eines begleitenden Fragebogens die Lebensqualität und das Schmerzempfinden überprüft.

Ziel der Analyse: Das muskuläre Profil der Wirbelsäule wird ermittelt.

#### **02 Das Aufbauprogramm**

Nach der Eingangsanalyse folgt ein in der Regel 3-monatiges Aufbauprogramm, das zunächst 10 oder 24 Therapieeinheiten über je 60 Minuten beinhaltet. Die Einheiten gliedern sich in Aufwärmen, Krafttraining, Gymnastik und Entlastung/Entspannung.

Mit zwei Therapieeinheiten pro Woche und der Arbeit an validen Analyse- und Trainingssystemen sollen die Schmerzen gelindert oder verbessert werden.

Das gelingt durch eine Stärkung der Wirbelsäulenmuskulatur und ein neues muskuläres Gleichgewicht im Oberkörper.

Nach der Trainingstherapie erfolgt eine 90-minütige Abschlussanalyse. Hier werden Kraft und Beweglichkeit der Rumpf- und Halswirbelsäule der Patienten final gemessen. Mit einer erneuten Befragung über Lebensqualität und Schmerzempfinden soll schließlich die Wirksamkeit der Therapie ermittelt werden.

#### **03 Das weiterführende Programm**

Nach der Linderung oder Beseitigung der Beschwerden erfolgen Therapieeinheiten in zeitlich größerem Abstand (alle 5-10 Tage). Hier steht die nachhaltige Sicherung des muskulären Zustands im Fokus. Die Dauer des weiterführenden Programms hängt vom Verlauf und Ergebnis des Aufbauprogramms ab.



## Struktur einer 60-minütigen Therapieeinheit



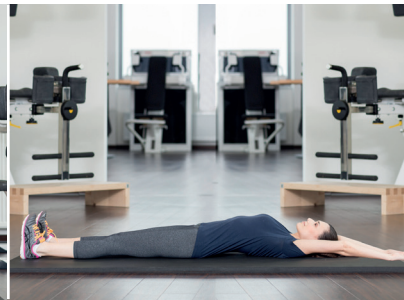
01 Aufwärmen



02 Krafttraining



03 Gymnastik



04 Entlastung/Entspannung

### Wie wirksam ist die FPZ RückenTherapie?

Studien zeigen die Wirksamkeit der FPZ RückenTherapie eindrücklich – bereits nach dem 3-monatigen Aufbauprogramm bei allen Teilnehmern.

\* Quelle: Denner A.: Analyse und Training der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur. Springer Verlag, Berlin, Heidelberg, New York (1998).

\*\* Quelle: Harter W.H., Schifferdecker-Hoch F., Brunner H.E., Denner A. (Hrsg.): Menschen in Bewegung. Multidimensionale Neuausrichtung in der Behandlung chronischer Rückenschmerzen. Deutscher Ärzte Verlag Köln (2005).

93,5%\*

Schmerzreduktion

50%\*

Völlige Beschwerdefreiheit

54%\*\*

Steigerung der Lebensqualität

## Kontraindikationen der FPZ RückenTherapie.

### Wirbelsäulenerkrankungen

#### Relative Kontraindikationen

- > Bandscheibenvorfall mit Wurzelreizsymptomatik
- > Operierte Bandscheibenvorfälle bis 3 Monate postoperativ

#### Absolute Kontraindikationen

- > Bandscheibenvorfall mit akuter radikulärer Symptomatik/Wurzelkompressionssymptomatik
- > Dekompensierte Spondylolisthese (Grad 3 oder 4 nach Meyerding)
- > Thorakolumbalskoliose (Cobb-Winkel >40°)

### Innere Erkrankungen

#### Relative Kontraindikationen

- > Diabetes mellitus (insulinpflichtig)
- > Koronare Herzerkrankung mit eingeschränkter Belastungsfähigkeit
- > Relative Herzinsuffizienz

#### Absolute Kontraindikationen

- > Schwere Gefäßerkrankungen (z. B. Aortenaneurysma, Lungenembolie, Phlebothrombose, AVK)
- > Schwere Herz- und Kreislauferkrankungen (z. B. instabile KHK und Herzinsuffizienz, Cardiomyopathie)

### Knochen- und Gelenkerkrankungen

#### Relative Kontraindikationen

- > Osteoporose (ohne Fraktur)

#### Absolute Kontraindikationen

- > Manifeste Osteoporose (mit Frakturen)
- > Entzündliche Systemerkrankungen (Rheuma, Morbus Bechterew) im akuten Schub
- > Frische Frakturen (4 Monate)

### Sonstige Erkrankungen

#### Relative Kontraindikationen

- > Aktuelles Tumorleiden
- > Psychische Erkrankung

#### Absolute Kontraindikationen

- > Alle akut operationswürdigen Erkrankungen
- > Bauch- oder gynäkologische Operation innerhalb der letzten 3 Monate (beziehungsweise nach Festlegung des Operators)
- > Narben- und Bauchwandbrüche
- > Neurologische Erkrankungen mit progressiver Symptomatik
- > Netzhautablösung und Glaukom

# FPZ Hüft- und KnieTherapie.

## Wie Sie 80% der Operationen verhindern können.

Die FPZ HüfteKnieTherapie ist eine Symbiose aus digitalen Übungsprogrammen und klassischer Physiotherapie (u. A. Medizinischer Trainingstherapie). Ziel ist die Vermeidung von nicht unbedingt notwendigen Hüft- und Knie TEPS.

### **Welche Zielgruppe sprechen wir an?**

Patienten mit operationswürdiger Hüft- oder Kniegelenkarthrose.  
ICD-Codes: M16.0-M16.9 bzw. M17.0-M17.9

### **Welches Ziel verfolgt die FPZ HüfteKnieTherapie?**

Die Therapie soll eine Operation vermeiden bzw. hinauszögern.

### **Welche Voraussetzungen brauchen die Patienten?**

Die Patienten brauchen eine

- > Übungs- bzw. Trainingsstabilität.
- > Ausreichende psychische und körperliche Motivation und Verfassung.

### **Was sind die Einschlusskriterien?**

Die FPZ HüfteKnieTherapie ist für Patienten mit den ICD-10 Diagnosen M16\* (Koxarthrose) bzw. M17\* (Gonarthrose).

### **Was macht die FPZ HüfteKnie-Therapie aus?**

Mit vier Maßnahmen behandeln wir die Schmerzen der Patienten:

- > Ärztliches und physiotherapeutisches Assessment.

- > Individuell angepasstes, progressives Trainingsprogramm.
- > Schmerzedukation.
- > Begleitende Online Therapieeinheiten.

### **Wie läuft die FPZ HüfteKnie-Therapie genau ab?**

Es erfolgen drei Schritte:

#### **01 Eingangsanalyse (60 Minuten)**

Patienten füllen bei der Eingangsanalyse im FPZ Therapiezentrum einen hüft- oder kniespezifischen Fragebogen aus (HOOS/KOOS) und unterziehen sich weiteren einfachen Tests (6-Minute-Walking Test) zur individuellen Einschätzung des Zustands der Patienten. Die Ergebnisse zeichnen das individuelle Hüft- bzw. Knie-Profil der Patienten. Zusätzlich werden individuelle Ziele der Patienten festgelegt.

#### **02 Das Aufbauprogramm (12 Wochen)**

Nach der Eingangsanalyse startet das hybride Aufbauprogramm. Das bedeutet, dass Patienten ihre Trainingseinheiten sowohl im Therapiezentrum als auch zu Hause absolvieren.

### **Hybride Therapie**

Dabei finden wöchentlich zwei Präsenzeinheiten in einem FPZ Therapiezentrum statt (je 60 Minuten, in einer maximalen Betreuung von 1:5; bei der Einweisung werden Patienten jeweils einzeln eingewiesen). In den Einheiten im FPZ Therapiezentrum wird ein allgemeines Training (60 min), bezogen auf die Indikation sowie die persönlichen Ziele, begleitet von einem aeroben Ausdauertraining, durchgeführt. In den zwei wöchentlichen online Therapieeinheiten (20 min) werden individuell zusammengestellte Übungen durchgeführt, welche die Inhalte aus den Therapieeinheiten im FPZ Therapiezentrum aufgreifen.

#### **03 Abschlussanalyse (60 Minuten)**

Die Abschlussanalyse dient zur Überprüfung des Behandlungserfolgs. Sie verläuft analog zur Eingangsanalyse. Krankheitsspezifische und individuelle Erfolge werden überprüft und im Profil dokumentiert.



Vor Ort Therapie im  
FPZ Therapiezentrum  
**2x**



Online Übungseinheiten  
zu Hause  
**2x**



Online Edukation  
**1x**

## Kontraindikationen der FPZ HüfteKnieTherapie.

### ► Neurologische Erkrankungen

mit wesentlicher Einschränkung der Gehirnfunktion  
(z.B. Schlaganfall mit Hemiparese)

### ► Kardio-vaskuläre Grunderkrankungen

die eine hochgradig verminderte Belastungsfähigkeit im Alltag mit sich bringen  
(z.B. Zustand nach schwerem Herzinfarkt)

### ► Schwere Gefäßerkrankungen

(z.B. Aortenaneurysma, Phlebothrombose, AVK)

### ► Erkrankungen der Lunge

mit einer wesentlichen Störung der Atemfunktion (z.B. Lungenembolie)

### ► Erkrankungen der inneren Organe

mit wesentlicher Funktionsstörung und/oder Blutungsgefahr  
(z.B. Leber, Milz, Bauchspeicheldrüse, Niere)

### ► Gelenkentzündungen

nach akuten Infektionen oder akuten rheumatischen Erkrankungen

### ► Instabilitäten des Bewegungsapparats

die mit einer Entlastung oder Teilbelastung einhergehen oder instabile Verankerung eines bereits implantierten Gelenks oder radiologische Zeichen einer Prothesenlockerung

# FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie. Stürze und Frakturen Vermeiden.

Die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie ist eine Symbiose aus digitalen Übungsprogrammen und klassischer medizinischer Trainingstherapie. Ziel ist die Erhöhung der Knochendichte und Senkung der Sturzrisiken sowie eine Verhaltensänderung in Richtung eines aktiven Lebens.

## **Welche Zielgruppe sprechen wir an?**

Patientinnen ab dem vollendeten 50. Lebensjahr und Patienten ab dem vollendeten 60. Lebensjahr mit gesicherter Diagnose einer medikamentös behandlungsbedürftigen Osteoporose.

ICD-Codes: M80.0-M80.9 und M81.0-M81.9

## **Welches Ziel verfolgt die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie?**

Folgende Ziele stehen im Mittelpunkt der Therapie:

- > Erhöhung der Knochenfestigkeit durch intensitätsorientiertes Krafttraining
- > Verhinderung von Stürzen durch Kraft- und Gleichgewichtsübungen
- > Verbesserung oder Erhaltung der osteoporosebezogenen Lebensqualität
- > Verbesserung oder Erhaltung einer selbstbestimmten Lebensführung
- > Verbesserung oder Erhaltung von Funktion und Beweglichkeit
- > Verhinderung der Progredienz der Erkrankung (Kraft, Balance, Koordination, Sturzwahrscheinlichkeit)
- > Erhöhung der Zahl der gesunden Lebensjahre

## **Welche Voraussetzungen brauchen die Patienten?**

Die Patienten brauchen eine

- > Übungs- bzw. Trainingsstabilität.
- > Ausreichende psychische und körperliche Motivation und Verfassung.

## **Was sind die Einschlusskriterien?**

Die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie ist für Patienten mit

- > Vorliegen von osteoporoseassoziierten Frakturen (insbesondere Wirbelkörperfrakturen, Beckenfrakturen, proximale Femurfrakturen, Humerusfrakturen, Radiusfrakturen) **oder**
- > einem mindestens 30%igem Frakturrisiko innerhalb der nächsten zehn Jahre, berechnet anhand der Risikofaktoren des Alters und der Knochendichte (ermittelt mittels DXA).

## **Was macht die FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie aus?**

Mit folgenden Maßnahmen behandeln wir die Erkrankung der Patienten:

- > Ärztliche und darauf aufbauende trainingstherapeutische Analyse

- > Verbesserung der bewegungsbezogenen Gesundheitskompetenz
- > Individuell angepasstes progressives Krafttraining
- > Verbesserung der selbstbestimmten Lebensführung
- > Verbesserung der osteoporosebezogenen Lebensqualität
- > Begleitende Online Therapieeinheiten

## **Wie läuft die FPZ/DVGS**

### **OsteoporoseTherapie genau ab?**

Es erfolgen drei Schritte:

#### **01 Eingangsanalyse**

Patienten füllen bei der Eingangsanalyse im FPZ Therapiezentrum einen osteoporosespezifischen Fragebogen aus und unterziehen sich weiteren einfachen Tests (Handkraft, Timed-Up-and-Go Test, Chair-Rising-Test, Ganggeschwindigkeitsmessung, Tandemstand, Testung des Sturzrisikos).



## **02 Das Aufbauprogramm**

Nach der Eingangsanalyse haben Patienten die Möglichkeit, an einem standardisierten Trainingsprogramm teilzunehmen. Das Programm besteht aus 24-48 Präsenzeinheiten sowie 24-48 Online Therapieeinheiten.

Die Präsenztherapie findet zweimal wöchentlich statt (je 60 Minuten, in einer Maximalbetreuung von 1:5). Schwerpunkt der Präsenztherapie ist die Verbesserung der Knochendichte sowie die Reduktion der Sturzrisiken durch intensitätsorientiertes Krafttraining, gepaart mit Koordinations- und Ausdauerheiten sowie die Verbesserung der Gesundheitskompetenz. In den Online Therapie-

einheiten am eigenen Endgerät werden zur Verbesserung der Steuerungs- und Selbstregulationskompetenz individuell zusammengestellte Übungen durchgeführt, welche die Inhalte aus den Therapieeinheiten im Therapiezentrum aufgreifen.

## **03 Abschlussanalyse**

Die Abschlussanalyse dient zur Überprüfung des Behandlungserfolgs. Sie verläuft analog zur Eingangsanalyse. Krankheitsspezifische und individuelle Erfolge werden überprüft und im Profil dokumentiert.

## **Kontraindikationen der FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie.**

### **> Neurologische Erkrankungen**

mit wesentlicher Einschränkung der Gehirnfunktion (z.B. Schlaganfall mit Hemiparese)

### **> Kardio-vaskuläre Grunderkrankungen**

die eine hochgradig verminderte Belastungsfähigkeit im Alltag mit sich bringen (z.B. Zustand nach schwerem Herzinfarkt)

### **> Schwere Gefäßerkrankungen**

(z.B. Aortenaneurysma, Phlebothrombose, AVK/PAVK)

### **> Erkrankungen der Lunge**

mit einer wesentlichen Störung der Atemfunktion (z.B. Lungenembolie)

### **> Erkrankungen der inneren Organe**

mit wesentlicher Funktionsstörung und/oder Blutungsgefahr (z.B. Leber, Milz, Bauchspeicheldrüse, Niere)

### **> Gelenkentzündungen**

nach akuten Infektionen oder akuten rheumatischen Erkrankungen

### **> Instabilitäten des Bewegungsapparats**

die mit einer Entlastung oder Teilbelastung einhergehen oder instabile Verankerung eines bereits implantierten Gelenks oder radiologische Zeichen einer Prothesenlockerung

# FPZ KrebsTherapie.

Die FPZ KrebsTherapie ist ein Gemeinschaftsprojekt mit dem OnkoAktiv Heidelberg und dem DVGS (Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e. V.). Patienten mit einer Krebsdiagnose erhalten ein interdisziplinäres bewegungs- und wissensbezogenes Behandlungsprogramm.

## **Teilnahmevoraussetzung Patient**

### **Einschlusskriterien:**

- > Krebsdiagnose C00-C97 und D45-D47 aktuell oder in den vergangenen 24 Monaten sowie ein ECOG Status 0, 1 oder 2 und geplante oder laufende ambulante Tumortherapie (Chemotherapie, Immuntherapie, Strahlentherapie oder Kombinationstherapie) mit rehabilitativer oder palliativer Intention

### **Zuweisungskriterien:**

- > Vorhandensein oder hohes Risiko zum Entwickeln von folgenden tumortherapiebedingten Nebenwirkungen: Fatigue, Polyneuropathie und/oder körperliche Schwäche/Funktionseinschränkung, Kachexie, Lymphödem
- > Wunsch des Patienten, aktiv etwas zum Gelingen der eigenen Behandlung beitragen zu können

## **Spezielle Therapieziele**

Primäres Therapieziel ist die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit zur Erreichung einer hohen Resilienz während der gesamten Chemotherapie sowie die Ermöglichung von mehr gesunden Lebensjahren für die Patienten. Hierzu zählt insbesondere die Verbesserung der Lebensqualität und die Verringerung von Einschränkungen z.B. durch Schmerzen oder Dauermedikation.

Speziellere Zielsetzungen sind die Reduktion von Arbeitsunfähigkeitstagen, ärztlichen, medikamentösen und physikalischen Behandlungsmaßnahmen und die Vermeidung unnötiger stationärer und ambulanter Rehabilitationsmaßnahmen.

## **Standardisiertes bedarfsangepasstes Therapiekonzept**

### **1 a. Präsenztherapie**

Das Therapieprogramm besteht aus drei Behandlungsphasen, die systematisch aufeinander aufbauen.

- > **Prähab Phase:** Von der Diagnosestellung bis zum Start der neoadjuvanten Therapie
- > **Therapiebegleitend:** Neoadjuvante Therapie-Phase inkl. Operation sowie adjuvante Therapie
- > **Nachsorge:** Nach Abschluss der adjuvanten Therapie bis zum Abschluss des Programms

Die Programmhöchstdauer beträgt 12 Monate.

Die Betreuungsquote beträgt in der Prähab Phase 1: ≤ 6-8, in der therapiebegleitenden Phase 1: ≤ 4-6 und in der Nachsorge 1: ≤ 6-8. Alle Trainingseinheiten sind 60 Minuten lang.

### **1 b. Online Intervention**

Parallel zum Trainingsprogramm in den Patiententests findet ein Online Programm statt:

- > Online Trainingsprogramm für zu Hause (Mobilisation, Ausdauer, Kräftigung, Koordination, Atmung und Entspannung).
- > Edukationsprogramm rund um das Thema Krebs, Therapiemöglichkeiten und Nebenwirkungen sowie die Relevanz des Lebensstils.
- > Verbesserung von Bewegungs-, Steuerungs- und Selbstregulationskompetenz sowie Strategien zur Motivation/Volition.
- > Einmal wöchentlich für alle eingeschriebenen Patienten Vorträge / Workshops inkl. Q and A.

- > Patienten können sich indikationsspezifisch zusätzlich in moderierte Online Communities einschreiben. Die Online Selbsthilfegruppen werden nach den Regeln der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) aufgebaut.
- > Jede Selbsthilfegruppe wird durch einen Arzt und einen ehemals Betroffenen geleitet.

## 2. Patientenlotse

Mit der Einschreibung in das Programm erhält der Patient einen persönlichen Patientenlotsen, der ihn durch das gesamte Programm begleitet. Die Aufgaben des Patientenlotsen sind:

- > Die Einweisung in die Gesundheitsplattform
- > Die Unterstützung bei Terminen in den Therapieeinrichtungen und Arztpraxen
- > Ansprechpartner für die Angehörigen des Patienten
- > Motivationale Begleitung des Patienten während der drei Behandlungsphasen
- > Regelmäßige Einladung zu Online-Vorträgen, Events und Chats

## Kontraindikationen der FPZ KrebsTherapie.

### Absolute Kontraindikationen

- > Ernsthafte Begleiterkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- > Ungewollte starke Gewichtsreduktion
- > Thrombopenie: Verminderung der Zahl der Thrombozyten auf  $< 20.000/\mu\text{l}$  im Blut
- > Ausgeprägte Lymphödeme

### Relative Kontraindikationen

- > Plötzliche und schnelle Veränderung des körperlichen Zustands
- > Thrombose oder Embolie innerhalb der vergangenen 4 Wochen mit Antikoagulation
- > Instabile Knochenmetastasen
- > Instabile Osteolysen
- > Instabile Osteoporose
- > Geringe Anzahl an Blutgerinnungsfaktoren
- > Hämoglobinwert im Blut unter 8 g/dl
- > Akute Blutung/Erhöhte Blutungsneigung
- > Nicht einstellbarer, instabiler Blutdruck
- > (Chronische) Gelenkentzündungen
- > Schwere Ernährungsmängel oder Verschlechterung
- > Bei körperlicher Belastung zunehmende, akute oder neu auftretende Beschwerden
- > Starke Schmerzen (unbekannter Ursache)
- > Dauerhafte/r Kreislaufbeschwerden, Schwindel und/oder Bewusstseinsbeeinträchtigungen
- > Anhaltende starke Übelkeit und/oder Erbrechen

# Kontraindikationen für alle Therapieprogramme.

Bitte prüfen Sie die Kontraindikationen, verordnen Sie die passende FPZ Therapie bei medizinischer Eignung und geben Sie dem Patienten die Verordnung zur Vorlage im FPZ Therapiezentrum mit.

## FPZ RückenTherapie.

| Wirbelsäulenerkrankungen   | Innere Erkrankungen   | Knochen- und Gelenkerkrankungen   | Sonstige Erkrankungen   |
|--|---|---|---|
| <b>Relative Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Bandscheibenvorfall mit Wurzelreizsymptomatik</li><li>&gt; Operierte Bandscheibenvorfälle bis 3 Monate postoperativ</li></ul>  | <b>Relative Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Diabetes mellitus (insulinpflichtig)</li><li>&gt; Koronare Herzerkrankung mit eingeschränkter Belastungsfähigkeit</li><li>&gt; Relative Herzinsuffizienz</li></ul>  | <b>Relative Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Osteoporose (ohne Fraktur)</li></ul>  | <b>Relative Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Aktuelles Tumorleiden</li><li>&gt; Psychische Erkrankung</li></ul>  |
| <b>Absolute Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Bandscheibenvorfall mit akuter radikulärer Symptomatik/ Wurzelkompressionssymptomatik</li><li>&gt; Dekompensierte Spondylolisthese (Grad 3 oder 4 nach Meyerding)</li><li>&gt; Thorakolumbalskoliose (Cobb-Winkel &gt;40°)</li></ul> | <b>Absolute Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Schwere Gefäßerkrankungen (z. B. Aortenaneurysma, Lungenembolie, Phlebothrombose, AVK)</li><li>&gt; Schwere Herz- und Kreislauferkrankungen (z. B. instabile KHK und Herzinsuffizienz, Cardiomyopathie)</li></ul> | <b>Absolute Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Manifeste Osteoporose (mit Frakturen)</li><li>&gt; Entzündliche Systemerkrankungen (Rheuma, Morbus Bechterew) im akuten Schub</li><li>&gt; Frische Frakturen (4 Monate)</li></ul> | <b>Absolute Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Alle akut operationswürdigen Erkrankungen</li><li>&gt; Bauch- oder gynäkologische Operation innerhalb der letzten 3 Monate (beziehungsweise nach Festlegung des Operateurs)</li><li>&gt; Narben- und Bauchwandbrüche</li><li>&gt; Neurologische Erkrankungen mit progressiver Symptomatik</li><li>&gt; Netzhautablösung und Glaukom</li></ul> |

## FPZ HüfteKnieTherapie und FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie.

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>Neurologische Erkrankungen</b><br>mit wesentlicher Einschränkung der Gehirnfunktion (z.B. Schlaganfall mit Hemiparese)  | <b>Schwere Gefäßerkrankungen</b><br>(z.B. Aortenaneurysma, Phlebothrombose, AVK/PAVK)   | <b>Gelenkentzündungen</b><br>nach akuten Infektionen oder akuten rheumatischen Erkrankungen   |
| <b>Kardio-vaskuläre Grunderkrankungen</b><br>die eine hochgradig verminderte Belastungsfähigkeit im Alltag mit sich bringen (z.B. Zustand nach schwerem Herzinfarkt) | <b>Erkrankungen der Lunge</b><br>mit einer wesentlichen Störung der Atemfunktion (z.B. Lungenembolie)   | <b>Instabilitäten des Bewegungsapparats</b><br>die mit einer Entlastung oder Teilbelastung einhergehen oder instabile Verankerung eines bereits implantierten Gelenks oder radiologische Zeichen einer Prothesenlockerung |
|  | <b>Erkrankungen der inneren Organe</b><br>mit wesentlicher Funktionsstörung und/oder Blutungsgefahr (z.B. Leber, Milz, Bauchspeicheldrüse, Niere) |   |

## FPZ KrebsTherapie.

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>Absolute Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Ernsthafte Begleiterkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen</li><li>&gt; Ungewollte starke Gewichtsreduktion</li><li>&gt; Thrombopenie: Verminderung der Zahl der Thrombozyten auf &lt; 20.000/µl im Blut</li><li>&gt; Ausgeprägte Lymphödeme</li></ul> | <b>Relative Kontraindikationen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Plötzliche und schnelle Veränderung des körperlichen Zustands</li><li>&gt; Thrombose oder Embolie innerhalb der vergangenen 4 Wochen mit Antikoagulation</li><li>&gt; Instabile Knochenmetastasen</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Instabile Osteolysen</li><li>&gt; Instabile Osteoporose</li><li>&gt; Geringe Anzahl an Blutgerinnungsfaktoren</li><li>&gt; Hämoglobinwert im Blut unter 8 g/dl</li><li>&gt; Akute Blutung/Erhöhte Blutungsneigung</li><li>&gt; Nicht einstellbarer, instabiler Blutdruck</li><li>&gt; (Chronische) Gelenkentzündungen</li><li>&gt; Schwere Ernährungsmängel oder Verschlechterung</li><li>&gt; Bei körperlicher Belastung zunehmende, akute oder neu auftretende Beschwerden</li><li>&gt; Starke Schmerzen (unbekannter Ursache)</li><li>&gt; Dauerhafte/r Kreislaufbeschwerden, Schwindel und/oder Bewusstseinsbeeinträchtigungen</li><li>&gt; Anhaltende starke Übelkeit und/oder Erbrechen</li></ul> |
|--|---|--|

|                                |                  |         |
|--------------------------------|------------------|---------|
| Krankenkasse bzw. Kostenträger |                  |         |
| Name, Vorname des Versicherten |                  |         |
|                                |                  | geb. am |
| Kostenträgerkennung            | Versicherten-Nr. | Status  |
| Betriebsstätten-Nr.            | Arzt-Nr.         | Datum   |

## Verordnung FPZ Therapie

- > FPZ RückenTherapie
- > FPZ HüfteKnieTherapie
- > FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie
- > FPZ KrebsTherapie

**Gültigkeit der Verordnung:** Drei Wochen ab Ausstellungsdatum. Bitte innerhalb dieser Frist Termin im FPZ Therapiezentrum wahrnehmen.

### Behandlungsrelevante Diagnose(n)\*

| ICD-10 - Code            | A                        | G                        | V                        | Z                        |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ICD <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ICD <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ICD <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ICD <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

### Diagnoseschlüssel nach ICD-10:

- FPZ RückenTherapie:** M40-M54
- FPZ HüfteKnieTherapie:** Koxarthrose M16.0-M16.9, Gonarthrose M17.0-M17.9
- FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie:** M80.0-M80.9 und M81.0-M81.9
- FPZ KrebsTherapie:** Krebsdiagnose C00-C97 und D45-D47 aktuell oder in den vergangenen 24 Monaten

### Ärztliche Verordnung\*

Der o.a. Patient wurde von mir am  untersucht.

Aufgrund der vorliegenden Untersuchungsbefunde bestehen für eine Teilnahme keine Bedenken:

### Die folgende Therapie wird verordnet (bitte ankreuzen):\*

**FPZ RückenTherapie**     LWS/BWS     HWS

**FPZ HüfteKnieTherapie**     Hüfte     Knie

Der Patient ist durch die Regelversorgung austherapiert.

Heilmittelbehandlungen wurden ausgeschöpft.

Die Behandlung durch einen Orthopäden erfolgte bereits.

Andere Therapie-/Diagnoseverfahren wurden ausgeschöpft.

Durch die Teilnahme kann eine Operation zurzeit vermieden werden.

### FPZ/DVGS OsteoporoseTherapie

Osteoporoseassoziierte Frakturen liegen/lagen vor.

Es besteht ein mind. 30%iges Frakturrisiko innerhalb der nächsten 10 Jahre (Risikofaktoren Alter, DXA, Koordinationsmessung).

### FPZ KrebsTherapie

#### Begleitsymptome\*

Fatigue     CIPN (chemoinduzierte Polyneuropathie)     Hormontherapie-Nebenwirkungen

Knochenmetastasen     Osteoporose     Kachexie     Harninkontinenz     Lymphödem

#### Behandlungsverlauf-/Planung\*

Eine Operation     ist geplant     (Termin Datum)     ist nicht geplant

hat stattgefunden     (Datum)     (Ort)

Chemotherapie     ist geplant     (Start Datum)     ist nicht geplant

Bestrahlung     ist geplant     (Start Datum)     ist nicht geplant

Immun-/Antikörpertherapie     ist geplant     (Start Datum)     ist nicht geplant

Antihormonelle Behandlung     ist geplant     (Start Datum)     ist nicht geplant

#### Blutbild

Thrombozyten     < 20.000     zwischen 20.000 - 50.000     > 50.000

#### ECOG-Status\*

0 Normale, uneingeschränkte Aktivität, wie vor der Erkrankung   

1 Einschränkung bei körperlicher Anstrengung, gehfähig, leichte körperliche Arbeit möglich   

2 Gehfähig, Selbstversorgung möglich, aber nicht arbeitsfähig, kann mehr als 50% der Wachzeit aufstehen   

Bemerkungen

Datum

Unterschrift / Stempel Arzt

\* Pflichtfelder!



**Autoren und Ansprechpartner**

Hauptautor:

Dr. Frank Schifferdecker-Hoch,

Geschäftsführer FPZ GmbH

Dr.Frank.Schifferdecker-Hoch@fpz.de

Tel.: +49 221 99 53 07 51

Mobil: +49 175 56 90 23

**FPZ GmbH**

Gustav-Heinemann-Ufer 88a

50968 Köln

Tel.: +49 221 99 53 00

[www.fpz.de](http://www.fpz.de)