



**Programm zur Aus- und Weiterbildung  
im Rahmen des MedPrevio-Gesundheitskonzeptes**



***„Wir behandeln, beraten und begleiten Menschen auf Ihrem Weg  
zu Gesundheit und Wohlbefinden!“***

Physiotherapie, ambulante Rehabilitation, medizinische Ernährungsberatung und das individuelle Gesundheitstraining bilden die Leistungsschwerpunkte des MedPrevio-Gesundheitskonzeptes. Unser Ziel ist es, dass wir den Patienten in jedem einzelnen Bereich die bestmögliche Behandlung und Beratung bieten. Einen echten und dauerhaften Behandlungserfolg für unsere meist chronisch kranken und beeinträchtigten Patienten erreichen wir jedoch am besten durch die richtige Kombination dieser genannten Schwerpunkte. Um dies zu erreichen, ist es wichtig die wesentlichen Bausteine für den gesamten Prozess der Behandlung zu kennen und so zusammzusetzen, dass diese im Sinne des Patienten ideal ineinandergreifen. Ebenso müssen alle am therapeutischen Prozess beteiligten Physio- und Sport-Therapeuten, Ärzte, Trainer und Ernährungscoaches und auch die Patienten selbst den Blick über den Tellerrand wagen und umsetzen.

Das vorliegende Programm zur Aus- und Weiterbildung soll für alle Auszubildenden und Einsteiger in das MedPrevio-Konzept einen Überblick und eine Orientierung bieten. Gesundheit für unsere Patienten nachhaltig zu erreichen ist das Ziel des MedPrevio-Gesundheitskonzeptes. Dieses lässt sich nur in echter Teamarbeit und gemeinsam mit dem Patienten erreichen.

Dr. Philip Michel, Birger Keuchel und das gesamte Team von MedPrevio

## **Übersicht komplettes Ausbildungsprogramm MedPrevio Gesundheitskonzept**

- 1. Warum macht ein besonderes Gesundheitskonzept Sinn?**
- 2. Wesentliche Inhalte und Schwerpunkte der Aus- und Weiterbildung**
  - a. Aktive Physiotherapie und Ambulante Rehabilitation**
  - b. Medizinisches Gesundheitstraining**
  - c. Medizinische Ernährungsberatung und -therapie**
  - d. Verwaltung, Empfang und Kommunikation**

**Das Mentorenprogramm: Begleitung und Unterstützung bei der Ausbildung**

- 3. Laufzettel und Leitfäden für alle Bereiche 2a-d (nicht in der online-Version abgebildet!)**

## **1. Warum macht ein besonderes Gesundheitskonzept Sinn?**

Unser Gesundheitssystem beinhaltet verschiedene „Systemfehler“, die es häufig verhindern, dass gerade Menschen, die es besonders nötig haben, wirklich gesund werden können. Zu über 80 % behandeln wir Patienten mit chronischen Zivilisationserkrankungen und deren Auswirkungen wie z. B. chronische Rückenbeschwerden (inkl. Bandscheibenvorfall), Arthrose, Diabetes Mellitus, Bluthochdruck und Adipositas. Bei vielen Patienten besteht nicht nur eine der genannten Erkrankungen, sondern gleichzeitig mehrere (Beispiel: Knie- und/oder Hüft-Arthrose und Adipositas). Es liegt auf der Hand, dass es in diesen Fällen nicht reicht ein einfaches Krankengymnastik-Rezept mit 6 x 20 Minuten auszustellen (Arzt) und dieses „abzuarbeiten“ (Therapeut). Folgende Systemfehler hindern uns häufig daran, einen nachhaltigen Weg zu mehr Gesundheit zu gehen und echten Erfolg für unsere Patienten zu erreichen.

### **Systemfehler 1: „Jeder schafft für sich alleine“ – Rezeptmedizin funktioniert nicht!**

Bei den meisten im Gesundheitssystem tätigen Menschen geht es in der Ausbildung los: wir werden zu Experten in unserem „kleinen“ Bereich ausgebildet, wissen aber im Grunde nur wenig über die wesentlichen „Anderen“ wichtigen Gesundheitsbausteine. Ein Beispiel: es ist wohl allgemein anerkannt, dass die richtige Ernährung und ein individuell angepasstes Sport- und Trainingsprogramm die wichtigsten Grundpfeiler für die Gesundheit aller Menschen sind. In der ärztlichen oder auch der physiotherapeutischen Ausbildung tauchen diese Inhalte nur sehr sporadisch auf. Ebenso wissen Ernährungsberater/Diätassistenten kaum etwas über ein richtiges Sportprogramm oder welche Möglichkeiten der Unterstützung es durch die Krankenkassen gibt. So schafft am Ende jeder „für sich alleine“ und arbeitet sein Rezept ab. Es kommt erschwerend hinzu, dass Therapeuten, Ärzte, Ernährungsberater oder auch Gesundheitstrainer nicht gewohnt sind, miteinander zu reden und sich im Sinne des Patienten miteinander auszutauschen. Dies führt direkt zum

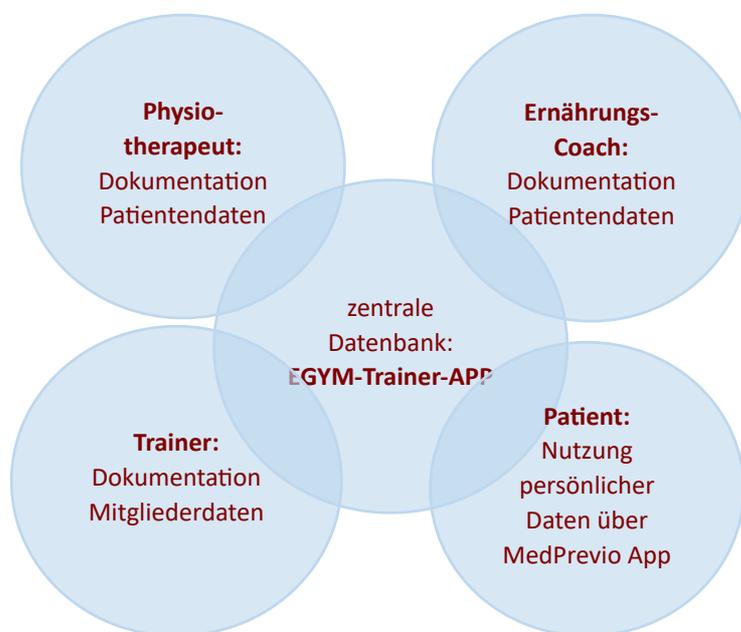
### **Systemfehler 2: Welche Bausteine (Training, Ernährung, Therapie) sind die richtigen und wie können diese kombiniert werden?**

Wie bereits oben gesagt ist es wohl allen Menschen klar, dass eine gesunde Ernährung und Bewegung für die Gesundheit die wesentlichen Grundpfeiler darstellen, aber: was sind denn tatsächlich die richtigen Bausteine aus diesen Bereichen für unsere Patienten? Wie sollte sich ein langjähriger Diabetes-Patient ernähren, um gezielt Medikamente abzusetzen und damit Nebenwirkungen zu vermeiden? Wie kann ein Patient mit Kniegelenkarthrose erfolgreich abnehmen und damit seine Gelenke spürbar entlasten? Welches Trainingsprogramm ist das richtige für Patienten mit Herzerkrankungen? Die Beantwortung dieser Fragen und die Umsetzung der richtigen Inhalte und Bausteine in die Praxis sind eben nicht oder überhaupt nicht einfach oder trivial und müssen und sollten von Therapeuten zumindest gekannt werden.

### **Systemfehler 3: Auf dem eigenen Wissen sitzen bleiben - fehlende Kommunikation und Dokumentation**

Zum einen fehlt häufig das Wissen zu den Möglichkeiten und konkreten Bausteinen für den Gesundheitsprozess der Patienten, zum anderen fehlt für die Umsetzung eines ganzheitlichen Gesundheitsprogramms eine gemeinsame (Daten-) Basis. Der Patient wird vom Arzt, Therapeuten, Trainer, etc. immer wieder neu nach seinen Beschwerden gefragt. Eine Dokumentation findet häufig nur unvollständig statt und wird dann nicht an die anderen „Behandler“ weitergegeben. Ohne einen guten Austausch untereinander - und dazu gehört ganz zentral die verlässliche Dokumentation und Weitergabe der relevanten Gesundheitsdaten - kann ein echter Gesundheitserfolg nicht eintreten.

Übersicht MedPrevio-Gesundheitskonzept: alle therapeutisch tätigen Personen und auch der Patient werden in den ganzheitlichen Gesundheitsprozess eingebunden. Möglich wird dies durch die Nutzung einer gemeinsamen, verbindenden Datenbank (EGYM-Trainer-APP)



Die Dokumentation erfüllt die gesetzlichen Anforderungen und dient der optimalen Weitergabe der relevanten Informationen sowohl für die nächsten Therapeuten als auch für Trainer und Ernährungscoaches. Zusätzlich sind ausgewählte, relevante Daten einfach über die MedPrevio-APP für den Patienten zugänglich und können im Sinne eines Gesundheitstagebuchs und/oder z. B. für ein Hausübungsprogramm abgerufen werden!

#### **Systemfehler 4: Der Patient wird entmündigt – keine Hilfe zur Selbsthilfe!**

Ärzte und Therapeuten sind es gewohnt den Patienten „zu behandeln“, Patienten sind es gewohnt „behandelt zu werden“. Dabei ist allen klar: echte Gesundheit und Wohlbefinden sind nur erreichbar, wenn der Patient sich eigenständig um seine Gesundheit kümmert. Es nützt gar nichts, wenn einem übergewichtigen Arthrose-Patienten ständig erzählt wird, was er zu tun hat. Er sollte so weit gebracht werden, dass er selbst aktiv wird. In der Regel erfordert dies nicht nur beim Patienten, sondern auch bei Therapeuten und Ärzten ein Umdenken. Wir sollten uns weniger als die „Heilsbringer“ verstehen, sondern viel mehr Hilfe zur Selbsthilfe für unsere Patienten praktizieren. Wichtig hierfür sind u. a. die richtige Ansprache und Kommunikation (zentrale Fragen: „Was ist Ihr Wunsch bzw. ihr gesundheitliches Ziel? Wie kann (und soll) ich Sie dabei unterstützen?“). Ebenso wichtig ist das schrittweise Heranführen an die richtigen, aktiven Bausteine. Gerade chronisch kranke Patienten bewegen sich seit längerer Zeit deutlich zu wenig und kümmern sich häufig nur unzureichend um die richtige Ernährung. Als Therapeut sollte man diese Patienten Schritt für Schritt an die Hand nehmen und begleiten.

Die hier genannten häufigen Systemfehler — und es gibt sicher noch weitere — sollen verdeutlichen, dass wir mit einem einfachen „weiter so!“ nicht weiterkommen. Das MedPrevio-Gesundheitskonzept versucht Lösungen zu finden und die für wichtigsten Gesundheitsbausteine optimal im Sinne des Patienten zu kombinieren und den Patienten aktiv in seinen persönlichen Gesundheitsprozess einzubinden.

## 2. Wesentliche Inhalte und Schwerpunkte der Aus- und Weiterbildung

Es versteht sich von selbst, dass nicht alle Patienten bereit sind sich eigenverantwortlich um sich selbst zu kümmern. Aber als ernsthafte und engagierte Therapeuten sollten wir denjenigen die Möglichkeiten an die Hand geben, die dies möchten. Die wesentlichen Inhalte in der Aus- und Weiterbildung bei MedPrevio sind:

- a. **Die aktive Physiotherapie und ambulante Rehabilitation** mit dem Schwerpunkt der medizinischen Trainingstherapie (KGG, Rehasport, EAP, T-RENA, ...) sowie der Fortführung des Trainings nach Beendigung der Rezeptphase (Therapie-Anschluss-Training, ...). Ebenso die Beratung des Patienten zu den Möglichkeiten zur Unterstützung des Heilungsprozesses durch die Ernährungstherapie
- b. **Das (medizinische) Gesundheitstraining** (individuelles, an die Voraussetzungen und Bedürfnisse des Klienten angepasstes Trainingsprogramm, zertifizierte Trainingskurse nach §20, freies Kursprogramm, ...)
- c. **Die medizinische Ernährungsberatung und –Therapie** (orientierende Beratung, Stoffwechsel-Analyse- und Programm, ...)
- d. **Die zentrale Dokumentationsplattform** für alle o. g. Bereiche (Patientendatenbank/ EGYM-Trainer App) und auch den Patienten selbst (MedPrevio App)

Das Wissen um die vielfältigen Gesundheitsbausteine befindet sich in ständigem Wandel. Wir betrachten unser Gesundheitskonzept als dynamisches Programm und sind daher froh über alle Anmerkungen und Einflüsse von außen, die unser Gesamtkonzept im Sinne des Patienten verbessern können. Mit den genannten Ausbildungsinhalten möchten wir alle Therapeuten, Trainer, Ernährungscoaches und auch Ärzte einladen über Ihren Tellerrand hinaus zu schauen und gemeinsam unsere Patienten auf ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden bestmöglich zu behandeln, beraten und begleiten.

### Das Mentorenprogramm: Begleitung und Unterstützung bei der Ausbildung

Die oben genannten Punkte und Inhalte über das MedPrevio Gesundheitskonzept und seine Schwerpunkte in jedem Bereich sind umfangreich und z. T. komplex umzusetzen. Insbesondere die Schnittstellen und Übergänge von einem zum anderen Bereich (z. B. aus der Physiotherapie in die Ernährungsberatung) sind für die meisten Auszubildenden neu und ungewöhnlich. Viele dieser Punkte und Inhalte werden an den Universitäten und Schulen im Rahmen der Ausbildung nur unzureichend oder gar nicht angesprochen, sind aber für die praktische und erfolgreiche Arbeit der Therapeuten, Trainer und Ernährungscoaches mit Patienten und Klienten von großer Bedeutung. Wir nehmen unsere Aufgabe als Ausbildungsbetrieb im gesamten Team sehr ernst und fühlen uns verantwortlich dafür, alle Auszubildenden gerade in Ihren Berufen und den dafür wichtigen praxisrelevanten Bereichen weiterzubringen. Darüber hinaus möchten wir alle Beteiligten für unser nachhaltiges Gesundheitskonzept begeistern. Daher erhalten alle Auszubildenden eine Bezugsperson, die für die Dauer der Ausbildung als Ansprechpartner und Mentor verantwortlich ist. Dies beginnt bereits mit dem Einführungsgespräch mit der Praxis-Managerin zur der Abklärung der Formalien (Datenschutzerklärung, Zuweisung des Mentors, ...) und wird fortgeführt durch die Mentoren/ Ausbilder in den jeweiligen Einsatzbereichen. Wir wünschen uns, dass sich alle Auszubildenden gut betreut fühlen und für Ihren weiteren beruflichen Weg und die tägliche Arbeit bei MedPrevio viele Dinge mitnehmen können.