



Ich bin dabei!



Informationen für Ärzte und Ärztinnen

Sehr verehrte Kollegin, sehr geehrter Kollege,

Ihr/ e Patient/ in hat in unserer Einrichtung an einer medizinischen Rehabilitation wegen Rückenbeschwerden teilgenommen. Zusammen mit anderen Rehaeinrichtungen in Schleswig-Holstein beteiligen wir uns an einem Projekt, das ein **längerfristiges, bewegungsorientiertes Nachsorgekonzept¹** (NaSo-Projekt) erprobt. Im Fokus steht die Aufrechterhaltung körperlicher Aktivitäten im Alltagsleben.

Ihrem/ er Patient/ in wurde während der Rehabilitation die Bedeutung regelmäßiger körperlicher Bewegung für die Nachhaltigkeit erzielter positiver Rehaeffekte vermittelt. Wir haben versucht, sie / ihn zur Ausübung körperlicher Aktivitäten, die Spaß und Freude bereiten, anzuregen. Dabei geht es sowohl um die Optimierung von Bewegungschancen im Alltag als auch um die Aufnahme gesundheitssportlicher Aktivitäten. Projekt begleitend wurden drei Bewegungstagebücher für die kommenden 12 Monate an die Rehabilitanden ausgegeben.

Bitte unterstützen Sie unser Vorhaben, indem Sie bei einem Arztbesuch Ihrer Patientin/ Ihres Patienten, die Beibehaltung regelmäßiger körperlicher Aktivität fördern!

Dies können Sie tun, indem Sie sich danach erkundigen, welche körperlichen Aktivitäten aktuell durchgeführt werden bzw. warum die Umsetzung der Vorsätze ggf. nicht gelingt. Vielleicht lassen Sie sich auch einmal ein Bewegungstagebuch zeigen!

Herzlichsten Dank für Ihre Unterstützung!

Falls Sie nähere Informationen zum Nachsorgeprojekt wünschen, wenden Sie sich gerne an:

Frau Dr. Deck (0451/7992513) bzw. Fr. Dr. Hüppe (0451/7992518) am Institut für Sozialmedizin in Lübeck.

Deck R, Schramm S, Hüppe A
Institut für Sozialmedizin
Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Lübeck
Leitung: Prof. Dr. Dr. Heiner Raspe,
in Zusammenarbeit mit stationären und ambulanten Rehabilitationseinrichtungen in
Schleswig-Holstein.

¹ Dieses wurde vom Institut für Sozialmedizin (Universität zu Lübeck, Leitung: Prof. Dr. Dr. Heiner Raspe) in Zusammenarbeit mit stationären und ambulanten Rehaeinrichtungen entwickelt (gefördert vom BMBF).