

Individuelle Gesundheits- Leistungen (IGeL):



- Sensomotorische Einlagen
- Applied Kinesiology
- Kraniosakrale Therapie
- Atlaschirurgie nach Arlen
- Manuelle Faszientherapie
- Kinesio-Taping
- Orthopädischer Check
- Akupunktur
(Körper-, Schädel- und Ohrakupunktur)
- Rauchentwöhnung
- Arthrotherapie mit Hyaluronsäure
- Stoßwellentherapie
- Lasertherapie
- Magnetfeldtherapie
- Osteoporose-Messung

Gemeinschaftspraxis

Christoph Kahl

Dr. med. Jan Grundmann

Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie



MEDINETZ-BERLIN.DE
Gemeinsam für Ihre Gesundheit

Inhaltsverzeichnis

Sensomotorische Einlagen	4
Applied Kinesiology	5
Kraniosakrale Therapie	6
Atlasterapie nach Arlen	7
Manuelle Faszientherapie	8
Kinesio-Taping	9
Orthopädischer Check	10
Körperakupunktur	11
Schädelakupunktur	12
Ohrakupunktur	13
Rauchentwöhnung	14
Arthrosetherapie mit Hyaluronsäure	15
Stoßwellentherapie	16
Lasertherapie	17
Magnetfeldtherapie	18
Osteoporose-Messung	19

Liebe Patienten,

mit dieser Broschüre möchten wir, das Praxisteam, Ihnen unsere Individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL) vorstellen.

Wie Sie wissen, werden bestimmte medizinische Leistungen von den Krankenkassen nicht bezahlt. Wir haben für unsere Praxis eine Auswahl an Behandlungsmethoden getroffen, von denen wir medizinisch überzeugt sind.

Mit diesen bisher angewandten Leistungen haben wir in den letzten Jahren gute Erfolge erzielt.

Freiwillig Versicherte in der Gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV) können über ein Kostenerstattungsverfahren ihre Gesamtkosten bei ihrer Kasse einreichen.

Sind Sie an weiteren Informationen interessiert oder haben Sie Fragen, so wenden Sie sich gern an uns oder an eine unserer Mitarbeiterinnen in der Praxis.

Auf eine gute Zusammenarbeit.



Christoph Kahl



Dr. med. Jan Grundmann



Sensomotorische Einlagen

Sensomotorische Einlagen

Sensomotorische Einlagen stärken die Fußmuskulatur und werden als aktive Einlagen verstanden.

Der Fuß ist ein wichtiger Ort für sensomotorische Signale, d. h. es werden ständig Signale an das Gehirn übermittelt, um die Haltung und Bewegung zu steuern. Sensomotorische Einlagen verbessern gezielt die Fußmuskelfunktion und lösen Muskelverspannungen und Schmerzen im Bewegungsapparat auf.

Wir sind Fachärzte für Haltungs- und Bewegungsdiagnostik. In unserem sensomotorischen Untersuchungsgang beschäftigen wir uns mit folgenden Themen:

- > Vestibuläres System (Gleichgewichtsorgan)
- > Binokuläres Sehen (Augenmotorik)
- > Gesamteindruck des Haltungssystems (Stand, Gang, Gesichts- und Kieferasymmetrie, Kopfhaltung, Wirbelsäule, Beinachsen und Füße)
- > Untersuchung des kranio-mandibulären Systems (Zähne, Kiefergelenke)
- > Propriozeption der Fußmuskeln, Muskelfunktionsketten-Testung

Dieser komplexe Untersuchungsgang und die Therapieeinleitung werden im Rahmen einer Sondersprechstunde abgehalten, wobei für jeden Patienten ca. 60 min zur Verfügung stehen.

Kosten bei GKV-Patienten:

Einlagenaustattung und ganzheitliche klinische Untersuchung, incl. Folgetermin zur Einlagenanpassung und Kontrolltermin nach ca. 4 Monaten für 98,- Euro nach GÖÄ.

Die Materialkosten für die Einlagen betragen zur Zeit 244,- Euro und werden von der Firma MEDREFLEXX direkt abgerechnet. Diese Kosten werden teilweise schon von den gesetzlichen Kassen übernommen. Gerne unterstützen wir Sie mit einem Antragsschreiben an Ihre Krankenkasse.

Applied Kinesiology (AK)

Die Applied Kinesiology (AK) ist ein ganzheitliches, komplementärmedizinisches Behandlungskonzept.

Die AK geht auf den amerikanischen Chiropraktiker George Goodheart zurück, der beobachtete, dass sowohl negative als auch positive Reize auf den Organismus, seien sie chemischer, struktureller oder auch emotionaler Natur, eine Veränderung der Muskelfunktion bewirken.

Er entwickelte daraufhin ab 1964 ein einfaches und gut praktikables Testverfahren: den kinesiologischen Muskeltest.

Die jeweilige Spannung/Kraft des Muskels gibt uns eine Rückmeldung über den funktionellen Zustand des Körpers. Der Test zeigt zudem, ob der Organismus auf einen positiven, heilenden Reiz reagiert. Der Muskeltest hilft uns also bei der Auswahl des richtigen Therapiekonzeptes.

Die AK ist kein Ersatz für bewährte medizinische Diagnose- und Behandlungsverfahren. Sie ist vielmehr als komplementäre diagnostische und therapeutische Methode zu verstehen, die in ihrer ganzheitlichen Betrachtungsweise funktionelle Zusammenhänge im Organismus sowohl für den Therapeuten als auch den Patienten nachvollziehbar macht.

Die AK ist speziell bei Störungen des Bewegungsapparates gut anwendbar.

Behandlungsdauer und Kosten

30 Minuten Behandlungsdauer für 60,- Euro

60 Minuten Behandlungsdauer für 98,- Euro



Kraniosakrale Therapie

Kraniosakrale Therapie

Die Kraniosakrale Therapie ist eine ganzheitliche Methode zur Behebung von Störungen am Schädel (Kranium) und Kreuzbein (Sakrum), die funktionell wie anatomisch zusammenhängen. Dabei kommt es zu Veränderungen der Liquorzirkulation zwischen diesen beiden anatomischen Strukturen.

Der amerikanische Chiropraktiker George Goodheart konnte kinesiologisch nachweisen, dass bei einer Austestung der jeweiligen Störung die Atemfunktion (Respiration) eine entscheidene Aussagekraft über die Art der Störung hat. Das bedeutet, dass entweder die Einatmung (Inspiration) oder die Ausatmung (Expiration) hilfreich sein kann, da sie eine Regulation der Liquorzirkulation bewirkt.

Die kraniosakrale Testung besteht also aus einer Reihe kinesiologischer Muskeltestungen, unterstützt durch die Atmung, um die Art der Störung im Bereich des Schädels bzw. der Schädelbasis zu bestimmen. Nach Austestung erfolgt sofort die Therapie der Störung in Form einer sanften Mobilisation der Schädelstrukturen, unterstützt durch die jeweils hilfreiche Atemphase. Ergänzend werden die Störungen im Becken- bzw. Kreuzbeinbereich (Sakrum) untersucht und mitbehandelt.

Indikationen

- > Kopfschmerzen
- > Schwindel
- > HWS-Syndrom
- > LWS-Syndrom
- > Schmerzen im ISG

Behandlungsdauer und Kosten

30 Minuten für 60,- Euro

60 Minuten für 98,- Euro

Atlasterapie nach Arlen

Atlasterapie nach Arlen

Die Atlasterapie ist ein neues Behandlungsverfahren, das neuromotorische Störungen und Schmerzen des Bewegungsapparates auf neurophysiologischer Basis therapiert. Die Wirkung betrifft das Gleichgewichtsorgan, den Muskeltonus und das Schmerzempfinden. Zudem dient es der Therapie von funktionellen Störungen (Blockaden). Therapieort ist der erste Halswirbelkörper (Atlas) in der Gelenkverbindung zur Schädelbasis und zum zweiten Halswirbelkörper.

Entscheidend bei der Atlasterapie ist die Aktivierung der Kapsel und der Rezeptoren (sogen. Föhler) des Muskelsystems zwischen Schädel und erstem und zweitem Halswirbelkörper. Diese Föhler sind beim Menschen verantwortlich für die Körperstellung im Raum und für die Spannung der Muskeln und Sehnen. Durch die Verbindungen zum Gleichgewichtsorgan und zum Gehirn dienen diese Rezeptoren als Wahrnehmungsorgan, welches bei einer Störung durch die Atlasterapie behandelt werden kann. Bevor diese Methode angewandt wird, muss die Impulsrichtung durch eine individuelle Diagnostik inkl. Röntgenbild des Patienten festgelegt werden. Diese Vorgehensweise erfordert eine spezielle Ausbildung in der Atlasterapie nach Arlen, die ausschließlich Ärzten mit abgeschlossener Chirotherapieausbildung vorbehalten ist.

Indikationen:

- > Haltungsasymmetrien bei Säuglingen und Kleinkindern
- > Nacken- und Kopfschmerzen
- > Gleichgewichtsstörung, Schwindel
- > Therapieresistente Schmerzen in der gesamten Wirbelsäule

Kosten bei GKV-Patienten:

Klinische Untersuchung, Röntgendiagnostik und Therapie für 60,- Euro nach GOÄ

Manuelle Faszietherapie

Manuelle Faszietherapie (MFT)

Die Manuelle Faszietherapie (MFT) ist eine effektive Behandlungsmethode für Beschwerden des Haltungs- und Bewegungsapparates.

Entwickelt wurde dieses Modell von dem amerikanischen Arzt und Osteopathen Stephen Typaldos.

Spezifische Veränderungen der Muskelfaszie und des Bindegewebes erzeugen Schmerzen im Bewegungsapparat (Distorsion). Mit Hilfe spezieller Handgriffe des Therapeuten (manuell) werden diese Störungen der Faszie beseitigt, und der Patient erfährt eine unmittelbare Linderung der Beschwerden. Insbesondere kommt es zu einer deutlichen Verbesserung der Beweglichkeit von Gelenken, Muskeln und Sehnen. Die Manuelle Faszietherapie lässt sich bei allen akuten und chronischen orthopädischen Erkrankungen, insbesondere auch bei Sportverletzungen anwenden. Beispiele sind akute Schulter- oder Ellenbogenschmerzen, Gelenkverstauchungen oder Muskelzerrungen, Nackenverspannungen oder Schmerzen im LWS-Bereich mit ausstrahlenden Schmerzen.

Vor der eigentlichen Therapie wird der Patient ausführlich zu seinen Beschwerden befragt, und es wird eine umfangreiche körperliche Untersuchung durchgeführt. Danach erfolgen die Planung und Durchführung der manuellen Therapie.

Kosten bei GKV-Patienten:

Diagnostisches Gespräch und erste Therapieanwendung 50,- Euro
Jede weitere Sitzung je nach Aufwand 25,- Euro



Kinesio-Taping

Das Kinesio-Taping ist eine Therapiemethode bei schmerzhaften Erkrankungen, insbesondere des Bewegungsapparates.

Die Behandlung erfolgt durch das Aufbringen von etwa fünf Zentimeter breiten, elastischen Klebebändern auf Baumwollbasis direkt auf die Haut. Dort verbleiben die Klebestreifen bis zu 8 Tagen. Die Tapes werden in zahlreichen Farben hergestellt und können dementsprechend nach der kinesiologischen Farbenlehre angewandt werden.

Die Wirkung beruht im Wesentlichen auf zwei Faktoren:

Zum einen auf der direkten Stimulation der Hautrezeptoren und zum anderen auf einer wellenförmigen Gewebeanhebung unter dem Band. Dadurch wird unter dem Tape die Blut- und Lymphzirkulation erhöht, und es kommt zur Schmerzreduktion im besser durchbluteten Gewebe.

In unserer Praxis wenden wir diese Methode in Zusammenhang mit der Manuellen Faszientherapie an.

Kosten:

Pro Sitzung 15,- Euro



Orthopädischer Check

Orthopädischer Check

Der orthopädische Check beinhaltet eine vollständige klinische Untersuchung des gesamten Bewegungsapparates und des Nervensystems.

Bei Bedarf werden die Augenmotorik, das Gleichgewichtsorgan und das Kiefergelenk auf Beschwerden untersucht und die Ergebnisse in das Behandlungskonzept mit einbezogen.

Ergänzend erfolgen bei Bedarf Ultraschall- oder Röntgenaufnahmen in der Praxis bzw. MRT oder CT zur weiteren Diagnostik.

Im Folgenden werden Therapieoptionen ausführlich dargestellt und mit dem Patienten besprochen. Akute Beschwerden werden bei Bedarf in der Sitzung therapiert.

Behandlungsdauer und Kosten

Zeitaufwand 30 bis 60 Minuten für 70 Euro



Körperakupunktur

Nach der chinesischen Philosophie ist Krankheit eine Störung im Fließen der Lebensenergie Qi in den Meridianen. Sinn der Akupunktur ist es, diese Energiezustände zu verändern bzw. zu harmonisieren. Je nach Lokalisation der Erkrankung werden bestimmte Akupunkturpunkte auf den verschiedenen Meridianen gestochen. Die Akupunktur wirkt entspannend, schmerzlösend, beruhigend, vegetativ ausgleichend und immunstimulierend.

Dr. med. Jan Grundmann besitzt seit 2001 das B-Diplom und absolvierte eine Reihe von Spezialkursen zum Diplom „Master of Acupuncture“.

Seit 02.01.2007 wird die Akupunktur als Kassenleistung übernommen, jedoch nur bei Arthrose im Kniegelenk (Gonarthrose) und für Schmerzen im unteren Rückenbereich (Lumbalsyndrom). Alle anderen Erkrankungen werden nicht von den Kassen übernommen und sind somit Selbstzahlerleistungen.

Indikationen

- > Alle Beschwerden im Bewegungsapparat
- > Kopfschmerzen und Migräne
- > Schwindel und Tinnitus
- > Erkrankungen der inneren Organe

Behandlungsdauer

10 Behandlungen à 30 Minuten

Kosten

Pro Behandlung 35,- Euro



Schädelakupunktur

Schädelakupunktur nach Yamamoto

In den 60er Jahren wurde diese Akupunkturform von dem japanischen Arzt Dr. med. T. Yamamoto begründet und in den folgenden Jahrzehnten kontinuierlich weiterentwickelt. Diese Art der Akupunktur wird nach einer speziellen Bauchdeckendiagnostik bzw. Halsdiagnostik bei vielen orthopädischen und neurologischen Erkrankungen angewandt.

Vorteil dieser Methode ist eine schnelle Besserung der Beschwerden bei Verwendung von nur wenigen Nadeln. Voraussetzung ist eine ausführliche Schmerzanalyse des Patienten. Dr. med. Jan Grundmann hat die Schädelakupunktur bei Dr. med. T. Yamamoto erlernt und bereits erfolgreich angewandt.

Indikationen

- > Rückenbeschwerden
- > Gelenkerkrankungen
- > Kopfschmerzen und Migräne
- > Nervenerkrankungen
- > Tennis- und Golferellenbogen
- > Schulter-Arm-Syndrom

Behandlungsdauer

10 Behandlungen à 30 Minuten

Kosten

Pro Behandlung 35,- Euro
inkl. Schmerzanamnese



Ohrakupunktur

Die Ohrakupunktur ist eine wirkungsvolle Methode, akute und chronische Erkrankungen ohne Nebenwirkungen zu behandeln. Hauptindikation ist die Schmerztherapie, doch lassen sich ebenso eine Vielzahl funktioneller, organischer und psychogener Störungen behandeln.

Der französische Arzt Dr. Paul Nogier konnte nachweisen, dass alle Organe des Körpers als Reflexzonen am Ohr repräsentiert sind. Dr. med. Jan Grundmann hat nach der Vollausbildung Akupunktur (A- und B-Diplom) die Ohr- bzw. Auriculotherapie bei Dr. Paul Nogier und Herrn Noack (Fachbereichsleiter Ohrakupunktur in der Arbeitsgemeinschaft für TCM und Klassische Akupunktur in Berlin) erlernt und wendet diese Methode seit vielen Jahren erfolgreich an.

Indikationen

- > Erkrankungen des Bewegungsapparates
- > Kopfschmerzen und Migräne
- > Allergische Erkrankungen
- > Atemwegserkrankungen
- > Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- > Schwindel, Hörsturz, Tinnitus
- > Rauchentwöhnung

Behandlungsdauer

10 Behandlungen à 30 Minuten

Kosten

Pro Behandlung 35,- Euro
inkl. Schmerzanamnese



Rauchentwöhnung

Rauchentwöhnung mit Ohrakupunktur-Dauernadeln

Die Akupunktur zur Rauchentwöhnung unterstützt Sie bei dem Wunsch, das Rauchen aufzugeben. Durch die Nadeln wird das Rauchverlangen unterdrückt. Außerdem werden die „Entzugserscheinungen“ wie Unruhe, Reizbarkeit oder Aggressivität stark herabgesetzt. Sie sollten vor der Behandlung 12 Std. nicht rauchen, auch wenn Sie Rauchverlangen haben. Sie können dann selbst nach der Nadelung der Suchtpunkte des Ohres feststellen, dass dadurch das Rauchverlangen gedämpft wird und Sie auf das Rauchen verzichten können.

Vermeiden Sie daher, Zigaretten in Griffnähe zu haben, damit Sie nicht ohne echtes Rauchverlangen, aufgrund eines eingefahrenen Automatismus, rauchen.

Es werden Dauernadeln verwendet, die bis zu einer Woche im Ohr verbleiben. In der 2. Sitzung werden die Nadeln ausgetauscht.

Kosten

2 Sitzungen für 69,- Euro

Selbstzahlerleistung für alle Patienten



Arthrotherapie mit Hyaluronsäure (Go-on®, Ostenil®)

Die wichtigste Komponente der Flüssigkeit in den Gelenken ist die Hyaluronsäure. Durch geeignete Hyaluronpräparate (Go-on®-, Ostenil®-Spritzen) werden die Gelenkflüssigkeit wieder aufgefüllt und die Gleiteigenschaften des Gelenkes verbessert. Sie dient als Stoßdämpfer und Schmiermittel. Sie schützt die Knorpelflächen vor dem Verschleiß durch Abrieb, zudem wirkt sie wie ein Filter, der Nährstoffe zum Knorpel transportiert.

Indikationen

- > Arthrosen der großen Gelenke
(Knie, Hüfte, Schulter, Oberes Sprunggelenk (OSG))
- > Arthrosen der kleinen Gelenke
(Finger- und Zehengelenke)

Medikament

Go-on® bzw. Go-on® mini, Ostenil® bzw. Ostenil®-mini

Behandlungsdauer

5 Sitzungen im Abstand von 1 Woche

Kosten

5 Injektionen inkl. Medikament 240,- Euro



Stoßwellentherapie

Stoßwellentherapie (ESWT)

Die „Extrakorporale StoßWellenTherapie“ (ESWT) ist eine Behandlungsmethode alternativ zu operativen Eingriffen. Mit ihr gelingt es in 60 bis 85% der Fälle, die Schmerzen des Patienten zu lindern oder ganz zu beseitigen. Sie dient zur Behandlung von chronischen und punktförmigen Schmerzen, vornehmlich im Knochen-Sehnen-Übergangsbereich und im Muskelansatzbereich.

Die Therapie wird durch kreisende Bewegungen eines Ultraschallkopfes am Schmerzpunkt durchgeführt.

Vorteile: Keine Allergiegefahr, ambulante Therapie, schnell und schonend, nur 3 Therapieeinheiten und nach ca. 10 Tagen deutliche Schmerzlinderung spürbar.

Indikationen

- > Verkalkung der Schulter
- > Tennis- und Golferellenbogen
- > Fersensporn
- > Achillessehnenentzündungen
- > chronische Sehnenentzündungen an Schulter, Hüfte, Knie
- > Schleimbeutelentzündungen an Schulter, Hüfte, Knie

Behandlungsdauer

3 Sitzungen à 20 Minuten im Abstand von 8 bis 10 Tagen
1000 bis 2000 Impulse pro Behandlung

Kosten

Pro Behandlung 60,- Euro



Lasertherapie

Die Lasertherapie ist heute in vielen medizinischen Gebieten nicht mehr wegzudenken. Sie besitzt eine heilungsfördernde und schmerzstillende Wirkung. Die therapeutische Wirksamkeit ist durch langjährige klinische Erprobung erwiesen.

Lasertherapie ist eine Behandlung mit energiereichem Licht, die hohe Lichtmengen in das Gewebe einbringt. Wir benutzen einen Laser mit zwei unterschiedlichen Wellenlängen mit einer hohen Lichtintensität. Dabei werden nicht nur oberflächliche Schmerzrezeptoren stimuliert, sondern auch tieferliegende Gewebeschichten zur Heilung angeregt.

Für den Patienten verläuft die Therapie im Allgemeinen schmerzfrei. Die Behandlungsdauer ist abhängig von der Größe des Schmerzareals.

Indikationen

- > Rückenschmerzen
- > Verspannungen
- > Tennis- und Golferellenbogen
- > Sehnenscheidenentzündungen
- > Gelenkentzündungen
- > Sehnenentzündungen
- > Verstauchungen

Behandlungsdauer

Mindestens 3 Sitzungen à 10 bis 20 Minuten

Kosten

Pro Behandlung 30,- Euro



Magnetfeldtherapie

Magnetfeldtherapie

Pulsierende Magnetfelder sind unsichtbare Energiefelder, die eine Tiefenwirkung haben. Durch die Magnetfeldtherapie lassen sich Schmerzzustände wirksam behandeln, da die biologische Wirkung auf der Verbesserung des Zellstoffwechsels beruht. Dabei wird die Durchblutung und die Sauerstoffanreicherung der Zellen angeregt. Dies führt zur Aktivierung der Abwehrkräfte und der Selbstheilungstendenz des Organismus. Ein wesentlicher Effekt ist die Entzündungshemmung bei akuten und chronischen Schmerzen. Die Therapie wird auf einer Liege mit einer Magnetfeldspule durchgeführt.

Indikationen

- > Gelenks- und Wirbelsäularthrosen
- > entzündliche und rheumatische Erkrankungen des Bewegungsapparates
- > akute Rückenbeschwerden
- > Osteoporose
- > postoperative Reizzustände

Behandlungsdauer

10 Sitzungen à 30 Minuten

Kosten

Pro Behandlung 30,- Euro



Osteoporose-Messung

Osteoporose-Messung

Osteoporose ist eine systemische Erkrankung, die durch eine niedrige Knochenmasse und eine Störung der Mikroarchitektur des Knochengewebes charakterisiert ist. Dies führt zu einer erhöhten Knochenbrüchigkeit.

Je nach Ursache und Osteoporose-Typ gibt es zahlreiche Therapiemöglichkeiten, die im Einzelfall nach eingehender Diagnostik besprochen werden. Die Knochendichte-Messung (Osteodensitometrie) ist die beste Methode zur Einschätzung der Osteoporose.

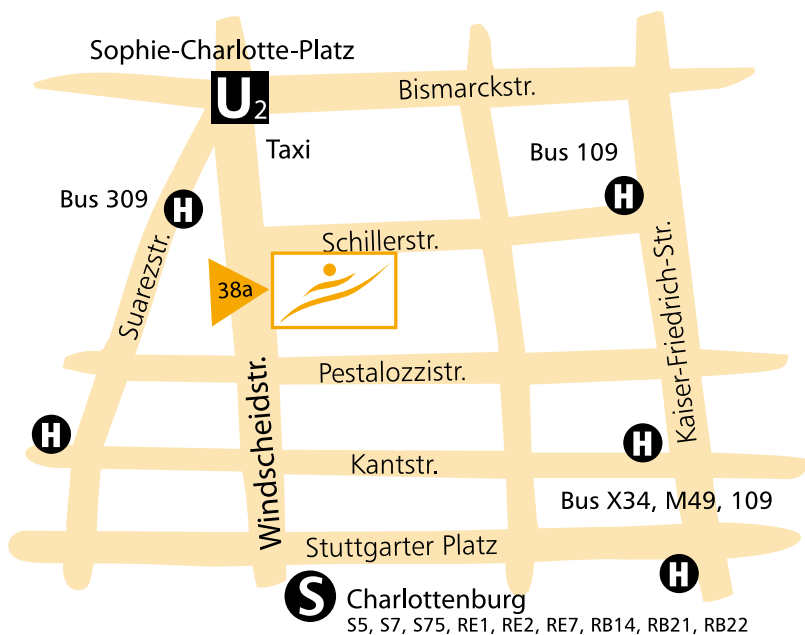
In Zusammenarbeit mit einem radiologischen Institut wird diese Messmethode zur Diagnostik der Osteoporose angewandt.

Kosten

Messung und Auswertung mit Therapievorschlag 43,- Euro



So finden Sie unsere
behindertengerechte Praxis
(Behindertenparkplatz vorhanden):



Windscheidstraße 38a, 10627 Berlin
Telefon 327 44 55 und 313 79 26, Telefax 313 39 29
E-Mail: praxis@orthopaede-charlottenburg.de
www.orthopaede-charlottenburg.de
www.medinetz-berlin.de

