



REHABILITATIONSTECHNIK
 MEDIZINTECHNIK
 ORTHOPÄDIETECHNIK
 ORTHOPÄDIESCHUHTECHNIK
 HOME-CARE & PFLEGE
 SANITÄTSHAUS

HODEY 
 Der Spezialist für Rehabilitation · Orthopädie · Pflege

medical
 news.
 Newsletter

Erläuterungen zum Thema „Aufzahlung“

- Grundsätzlich ist es dem Leistungserbringer übertragen, welche Produkte er innerhalb einer 7-stelligen Hilfsmittel-Produktgruppe in seinem Portfolio führt - mit welchen Produkten er also überhaupt die Versicherten versorgen möchte.
- Nach Möglichkeit muss dem Versicherten ein Produkt angeboten werden, mit dem er aufzahlungsfrei versorgt werden kann.
- Im Zuge der Beratung kann das Portfolio um Produkte angereichert werden, die über das medizinisch notwendige Maß hinausgehen. Soweit sich ein Versicherter dann für ein Produkt entscheidet, kann eine Aufzahlung, mit einhergehender Dokumentation, gefordert werden.
- Die einzige Ausnahme hierzu bildet die Konstellation, dass vom Arzt ein 10-Steller verordnet wird und diese Verordnung zusätzlich explizit und ausreichend medizinisch begründet wird.



Das Iliosakralgelenk (ISG) unter Dauerbeschuss

Bis zu 30% der chronischen Kreuzschmerzen werden durch das ISG verursacht

Plötzlich und ohne Vorwarnung oder immer wiederkehrend schießt ein heftiger Schmerz durch den unteren Rücken. Jetzt gilt es bloß, eine möglichst bequeme Haltung einzunehmen und sich weiter zu bewegen. Irgendwann bleiben die Schmerzen sonst dauerhaft und es geht gar nichts mehr. Wo kommen sie aber her und vor allem, wann und wie gehen sie wieder weg?

Das Kreuzdarmbeingelenk ist eines der am Stärksten belasteten Teile des knöchernen Skeletts, da es die Rumpflast auf die Beine überträgt. Gleichzeitig federt es, wie ein Stoßdämpfer, die beim Gehen entstehenden Kräfte ab, bevor sie zur Wirbelsäule weitergeleitet werden.

Beginnende ISG-Syndrome führen oftmals nur nach Belastung zu Beschwerden. Diese können akut und anfallartig beim Beugen oder Drehen des Oberkörpers, beim Gehen, nach längerem Sitzen oder Liegen auftreten. Vorangeschrittene ISG-Syndrome können aber auch schon in Ruhe zu Problemen und dauerhaften Schmerzen führen.

Sowohl das ISG selbst, als auch die Strukturen rings um das Gelenk können die Schmerzen verursachen. Funktionelle und anatomische Störungen, wie Verschleißerscheinungen, Fehlhaltungen (überwiegend sitzende Tätigkeiten), schweres Heben, ein gelockerter Handapparat oder Unfälle gehören zu den Ursachen. Auch degenerative Veränderungen (Arthrose) im ISG sind mit zunehmendem Alter häufiger.

Eine ISG-Orthese stabilisiert das Iliosakralgelenk und entlastet das Becken und die Symphyse. Die eingearbeitete, zweigeteilte ISG-Pelotte dient durch ihre zielgerichtete Massagewirkung zur Förderung der Durchblutung und somit zur Beschleunigung des Heilungsprozesses. Da sie nur im Lumbalbereich sitzt, schränkt sie die Beweglichkeit des Oberkörpers nicht ein. Bei entsprechender Diagnose wird sie von den Krankenkassen übernommen.

Inhalt

Ausgabe 08

- 1 | **Das ISG unter Dauerbeschuss**
Chronische Kreuzschmerzen
- 2 | **Selbstbestimmt leben**
Tipps bei Inkontinenz
- 3 | **HODEY Beratungsteam**
Pflege- und Kontinenzhilfsmittel
- 4 | **Studie Compression-Ware**
So wirken Kompressionstextilien beim Sport
- 5 | **Aufzahlung**
Erläuterungen zum Thema

HODEY 

Der Spezialist für Rehabilitation · Orthopädie · Pflege

Zentrale:

VitalCentrum HODEY KG
 Kruppstraße 19
 47475 Kamp-Lintfort
 Tel.: 02842 / 9132-0
 Fax: 02842 / 9132-226

Öffnungszeiten Zentrale:
 Montag bis Freitag 8:00 – 18:00 Uhr
 Samstag 9:30 – 13:00 Uhr

Niederlassungen:

Moerser Straße 295
 47475 Kamp-Lintfort
 Telefon 02842 / 9132-50
 Telefax 02842 / 9132-55

Niederrheinallee 345
 47506 Neukirchen-Vluyn
 Telefon 02845 / 9153-0
 Telefax 02845 / 9153-20

Steinstraße 11
 47574 Goch
 Telefon 02823 / 97659-0
 Telefax 02823 / 97659-10

Augustastrasse 2a
 47441 Moers
 Telefon 02841 / 1492-0
 Telefax 02841 / 1492-114

Hoffmannallee 103
 47533 Kleve
 Telefon 02821 / 4501-50
 Telefax 02821 / 4501-51

Jakobstraße 16
 52064 Aachen
 Telefon 0241 / 51576-0
 Telefax 0241 / 51576-10

Die Öffnungszeiten unserer Filialen finden Sie im Internet.

Email: vitalcentrum@hodey.de Internet: www.hodey.de und auf Facebook



Ein selbstbestimmtes Leben ist möglich

Tipps bei Inkontinenz

Das Thema Inkontinenz gehört zu den peinlichen Themen, über die man im Allgemeinen nicht gerne spricht. Wer selbst betroffen ist, wird verständlicherweise alles tun, damit möglichst wenige Menschen etwas davon mitbekommen oder erfahren. Wenn der Wunsch, nicht aufzufallen, jedoch dazu führt, dass man sich abschottet und seinen Lebensradius immer weiter einschränkt, wäre dies die falsche Konsequenz. Schließlich gibt es heutzutage durchaus hilfreiche Mittel, die einem dabei helfen, trotz Inkontinenz ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Für leichtere Formen der Harninkontinenz eignen sich **Einlagen**. Diese werden in die Unterhosen eingelegt und haften mittels Klebefläche.

Vorlagen haben ein größeres Fassungsvermögen und werden mit sogenannten Netzhasen getragen. Sie besitzen einen Saugkern, der vor Rücknässung schützt und die Geruchsbildung verhindert.

Inkontinenzslips besitzen aufgrund ihrer Ähnlichkeiten mit einem herkömmlichen Slip, eine hohe Akzeptanz. Eine Kombination von Einlage und Hose stellen **Windelhosen** dar, die sich durch eine sehr hohe Saugkraft auszeichnen.

HODEY Beratungsteam

Pflege- und Kontinenzhilfsmittel

Um Ihnen die bestmögliche Versorgung anbieten zu können, stehen Ihnen unsere kompetenten Fachberater zur individuellen Beratung Montags bis Freitags, von 08.00 Uhr bis 16.30 Uhr zur Verfügung.

Diese erreichen Sie unter unserer **Hotline: 02 84 2 - 91 32 25 8** oder per E-Mail an: pflege@hodey.de

Unser Service für Sie:

- Persönliche Beratung und Versorgung diskret und bequem per Telefon
- Beratung und Unterstützung auch für Angehörige
- Versorgung mit Produkten führender Hersteller
- Kostenlose Lieferung von Pflege- und Kontinenzhilfsmitteln an Ihre Wunschadresse
- Versand erfolgt in einer neutralen Verpackung

Unser zusätzlicher Service **HODEY-BOX** (Pflege-Set) zum „Null-Tarif“



Wichtige Information!

Denken Sie daran, orthopädische und rehabilitative Versorgungen und Hilfsmittel sollten regelmäßig überprüft werden. Dies gilt vor allem bei Produkten mit mechanischem Verschleiß. Wir empfehlen eine versorgungstechnische Kontrolle (VTK) zwischen 6 und 12 Monaten.



Studie belegt: Verringerung des muskulären Aufwands durch Compression-Ware

So wirken Kompressionstextilien

Die wohltuende Wirkung eines Kompressionsstrumpfs, während und nach dem Sport, schätzen viele Athleten. Der Strumpf sitzt wie eine zweite Haut und deutlich enger als eine reguläre Sportsocke. Der Schuh schmiegt sich sehr nah an und der Läufer bekommt ein direkteres Gefühl beim Laufen.

Eine vor kurzem veröffentlichte Studie an der Ohio State University belegt, dass Kompressionskleidung nicht vordergründig fitter mache, hob aber auch positive Aspekte, wie eine Minderung von Muskelverletzungen hervor. Auch wenn geteilte Meinungen hinsichtlich der Leistungssteigerung von Kompressionsprodukten bestehen, wird die ganzheitlich betrachtete Wirkung von vielen Sportlern bejaht.

Verbesserte Muskelökonomie durch Sportkompressionsprodukte

Auch die Studie von Dr. med. Christoph Anders, Facharzt für Pathophysiologie, und dem Sportwissenschaftler Eduard Kurz von der Universität Jena, belegen den muskulären Aufwand in der Bewegung durch Tragen von Sportkompressionsprodukten. Sie stellten fest, dass der muskuläre Aufwand bei der Gruppe, die Unterschenkel-Sleeves oder Sportkompressionsstrümpfe trug, deutlich geringer war, als bei Personen, die sich ohne Kompressionsprodukte bewegten. Bei schnellem Laufen reduzierte sich der muskuläre Aufwand zwischen 4 bis 11,5 Prozent, beim Gehen um 9,5 bis 14,5 Prozent.

Mehr Vitalität durch Kompressionsstrümpfe

Sportkompressionsstrümpfe stärken die Vitalität der Beine beim Ausdauersport und beschleunigen die Regeneration. Verantwortlich dafür ist die spürbare, durchblutungsfördernde Kompression, die sich an medizinischen Standards orientiert. Wie bei medizinischen Kompressionsstrümpfen, nimmt bei den Sportprodukten die durchgängige Kompression von der Fessel bis zur Wade hin ab und fördert damit den venösen Blutfluß. Auf langen Strecken wird die Muskulatur dadurch besser mit Sauerstoff versorgt. Eine leichte Kompression stabilisiert gleichzeitig die Wade, reduziert so typische Muskelvibrationen und wirkt damit einer vorzeitigen Ermüdung entgegen.

Einige Freizeit- aber vor allem ambitionierte Sportler, bevorzugen eine stärkere Kompression an den Waden oder Oberschenkeln. Hier unterstützt der Arbeitsdruck bei Bewegung nicht nur die oberflächlichen, sondern zusätzlich auch die tiefer liegenden Venen, die große Mengen an verbrauchtem Blut transportieren. Die Muskulatur wird so stärker durchblutet und besser mit Sauerstoff versorgt. Sportler berichten, dass sie weniger Muskelkater, also Mikroläsionen in der Muskulatur, bekommen, sich fitter fühlen und schneller regenerieren.



Wichtige Information!

Kompressionsstrümpfe und Einlagen sollten alle 6 Monate überprüft und ggf. gegen eine neue Versorgung ausgetauscht werden, da die Materialeigenschaften nach 6 Monaten nachlassen und eine hundertprozentige Therapiesicherheit nicht mehr gewährleistet werden kann.

