



Patientenhinweis

Stand: 16. Juni 2014

Eine Information der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns ■ Verordnungsberatung@kvb.de ■ www.kvb.de/praxis/verordnungen

■ Massagetherapie*

Massagen sind bei vielen Patienten sehr beliebt. In einigen wissenschaftlichen Studien konnte ein positiver Effekt von Massagen nachgewiesen werden, besonders wenn sie mit Bewegungsübungen kombiniert wurden. Massagen können zur Behandlung von länger bestehenden oder chronischen Rückenschmerzen in Verbindung mit aktiver Bewegungstherapie angewendet werden. Ihre Wirkung ist jedoch bei unspezifischen Rückenschmerzen nicht erwiesen. Günstiger für den Heilungsverlauf ist Ihr eigenes Bewegungstraining!

Generell ist Bewegung gut für Sie und Ihren Rücken! Spezielle Schulungsprogramme werden von Krankenkassen angeboten. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach! Auch Volkshochschulen, Physiotherapiepraxen und Sportvereine engagieren sich auf diesem Gebiet. Ein Schulungsprogramm besteht neben bestimmten Muskelübungen auch aus Informationen über Aufbau und Funktion des Rückens und über Belastung des Rückens bei verschiedenen Körperhaltungen. Die besten Ergebnisse wurden mit einem intensiven Programm erreicht.

Es ist von Anfang an wichtig, aktiv zu werden. Wie Ihr ideales Bewegungsprogramm aussieht, besprechen Sie am besten mit Ihrem behandelnden Arzt. Die Entscheidung, welche Behandlung im Einzelfall angebracht ist, hängt von Ihrer Fitness, Ihren Begleiterkrankungen, Ihren konkreten Beschwerden und Ihren persönlichen Vorlieben ab.

Welche Patienten erhalten Massage auf Kassenrezept?

Ihr Arzt darf Ihnen Massagen nur noch in seltenen Fällen verordnen. Er darf nicht frei entscheiden, sondern ist dabei an strenge Verordnungsvorgaben gebunden. Dabei ist die Verordnung von Massagen auf ganz bestimmte Krankheitsbilder begrenzt. Ebenfalls begrenzt ist die Verordnungshöchstmenge von Massagen. Ihr Arzt muss immer die gesetzlichen Vorgaben zur Wirtschaftlichkeit beachten und übernimmt damit die finanzielle Verantwortung. Das heißt, im Falle einer Regressforderung Ihrer Krankenkasse zahlt Ihr Arzt „aus der eigenen Tasche“.

Wärmetherapie auf Kassenrezept?

Die Wärmetherapie ist ein - je nach Krankheitsbild – verordnungsfähiges, ergänzendes Heilmittel. Jedoch hat sich Ihr Arzt hier ebenso dem Wirtschaftlichkeitsgebot zu beugen. Er darf nur verordnen, was ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich ist. Die Verordnung darf das Maß des Notwendigen nicht übersteigen. Die Wirtschaftlichkeit einer Wärmetherapie wird regelmäßig in Frage gestellt, wenn die höherpreisige Fangopackung zum Einsatz kommt.

Was Sie selbst tun können

Gemeinsam mit Ihrem Arzt sollten Sie besprechen, wie Sie mit den folgenden Maßnahmen Ihre Gesundheit stärken können:

- Getreu dem Motto: „Sich regen bringt Segen“ ist aktive körperliche Bewegung das beste, um möglichst schnell wieder gesund zu werden und weiteren Beschwerden vorzubeugen.
- Werden Sie aktiv und stärken Sie ihren Rücken durch Bewegung.
- Besprechen Sie das auf Sie abgestimmte Bewegungsprogramm (Schwimmen, Walken, Radfahren, ...) mit Ihrem behandelnden Arzt.
- Nutzen Sie Schulungsprogramme Ihrer Krankenkasse, Volkshochschule, Physiotherapiepraxen und von Sportvereinen.
- Nutzen Sie aktives Rückentraining in Fitness-Studios, Physiotherapiepraxen und Sportvereinen.

Möchten Sie Massagen zur Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens in Anspruch nehmen, können Sie in vielen Physiotherapiepraxen mittlerweile entsprechende Wellnessangebote als Selbstzahlerleistung erhalten.

* Dieser Patientenhinweis wurde uns freundlicherweise von der KV Baden-Württemberg zur Verfügung gestellt.