

Back-to-Activity-Testung

Für ein Aktives Leben mit Prothese

Back-to-Activity-Testung – Was Sie wissen sollten

Nach Ihrer Gelenkoperation möchten wir gemeinsam mit Ihnen prüfen, ob Sie sicher in Ihren Alltag und Ihre gewohnten Aktivitäten zurückkehren können.

Dazu führen Sie unter Anleitung einige einfache Bewegungsaufgaben durch – zum Beispiel Gehen, Treppensteigen oder leichte Übungen. Wir beurteilen dabei Ihre Kraft, Beweglichkeit und Sicherheit im Alltag. Die Testung ist schmerzfrei und findet vollständig in Ihrem eigenen Tempo statt.

Die Ergebnisse helfen uns, Ihnen gezielt zu sagen, welche Aktivitäten Sie bereits wieder aufnehmen können – und wo der Körper noch etwas Zeit braucht. Für alle festgestellten Defizite erhalten Sie von uns passende Übungen mit nach Hause, damit Sie gezielt weiter an Ihrer Genesung arbeiten können.

Leider werden die Kosten von der gesetzlichen Versicherung nicht übernommen und es fallen 89,95 Euro an Eigenleistung an. Bei Privaten Versicherungen werden die Kosten übernommen.

Gerne machen Sie bei unserer Physio einen Termin aus.

Telefon: **0881/939310**

Email: physio@ofz-online.de

Wie läuft die Testung ab?

1. Ganganalyse



- Testen auf dem Laufband ihr Gangbild, schauen auf Ausweichbewegungen sowie Differenzen der Schrittlänge und Bodenkontaktzeiten im Seitenvergleich

2. Tapping Test



- Testung der feinmotorischen Geschwindigkeit

3. Treppensteigen



- Treppensteigen im Seitenvergleich

4. Y-Balance Test



- Testung des Gleichgewichts in verschiedene Achsen

5. Krafttest



- Testung der großen Beinmuskeln im Seitenvergleich