# Auskunft Bei Fragen zum Programm stehen folgende Fachleute zur Verfügung:

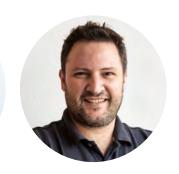


**Deutschschweiz** Prof. Dr. Thomas Benz Dipl. Physiotherapeut ZHAW Gesundheit Winterthur

gladschweiz.gesundheit @zhaw.ch www.gladschweiz.ch



www.gladsuisse.ch



Italienische Schweiz Luca Scascighini Dipl. Physiotherapeut SUPSI DEASS Dipartimento economia aziendale. sanità e sociale Manno

gladsvizzera@supsi.ch www.gladsvizzera.ch

## gladsuisse@hevs.ch

Loèche-les-Bains

Auf der Website www.gladschweiz.ch finden Patientinnen und Patienten sowie zuweisende Ärztinnen und Ärzte zertifizierte Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten sowie weiterführende Informationen zum GLA:D® Schweiz Rücken Programm.









Scuola universitaria professionale



# Wo wird GLA:D® Schweiz Rücken angeboten?

Hier finden Sie die passende Physiotherapie-Praxis



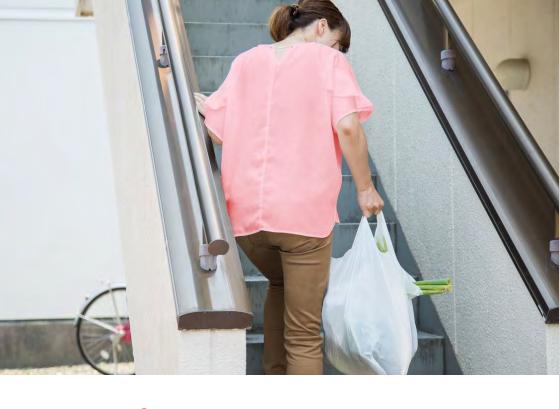
Interessengemeinschaft GLA:D® Schweiz



svomp







# GLA:D® Schweiz Rücken Programm

Die Volkskrankheit Rückenschmerz ist ein Gesundheitsproblem mit weitreichenden Konsequenzen für die betroffenen Personen. Die internationalen Richtlinien für die Behandlung von chronischen und wiederkehrenden Rückenschmerzen empfehlen eine Kombination von Patientenedukation und Übungen zur Verbesserung des Selbstmanagements\*. Diese werden im GLA:D® Schweiz Rücken Programm umgesetzt.



\* Oliveira CB et al.: Clinical practice guidelines for the management of non-specific low back pain in primary care: an updated overview. Eur Spine J. 2018 Nov;27(11):2791-2803. doi: 10.1007/s00586-018-5673-2. Epub 2018 Jul 3.

\*\* Kongsted A et al.: GLA:D® Back: group-based patient education integrated with exercises to support self-manage ment of persistent back pain - feasibility of implementing standardised care by a course for clinicians. Pilot Feasibility Stud. 2019 May 9;5:65. doi: 10.1186/s40814-019-0448-z. eCollection 2019

# GLA:D® Schweiz Rücken Programm Was Sie über GLA:D® wissen

Das GLA:D® Rücken Programm besteht aus Patientenedukation. Übungen sowie der Qualitätskontrolle mittels Datenerhebung. Es wurde 2018 an der Universität von Süddänemark in Zusammenarbeit von Forschern. Patienten und Klinikern entwickelt.

sollten

Ziel von GLA:D® ist. internationale Best Practice Richtlinien qualitätskontrolliert in der Praxis umzusetzen (www.glaid.dk) und Menschen mit langandauernden oder wiederkehrenden Schmerzen im unteren Rücken eine gute Lebensqualität zu ermöglichen.

Das GLA:D® Rückenprogramm wurde im Jahr 2021 in der Schweiz und in Canada (Alberta), beides von Dänemark ausgehend, erfolgreich eingeführt. GLA:D® Programme werden ebenfalls in

Im GLA:D<sup>®</sup> Schweiz Rücken Programm werden eine einheitliche Untersuchung und ein standardisiertes, evidenzbasiertes und praxiserprobtes Edukationsund Übungsprogramm mit individuellen Dosierungs- und Steigerungsmöglichkeiten umgesetzt.

mark bestätigen positive Effekte auf Schmerz und Funktion\*\*.

## Deutschland, Österreich, Irland, China,

Australien und Neuseeland angeboten.

Nachdem Patientinnen und Patienten das Programm absolviert haben, verfügen sie über ausreichende Kompetenzen, um ihre Rückenschmerzen eigenständig zu managen und im Alltag trotz Rückenproblemen gut zu funktionieren. Die ersten Studienresultate aus Däne-

### Netzwerkpartner:













# Datenerhebung und Qualitätskontrolle

# Fachleute begleiten Sie und wollen wissen, wie es Ihnen mit GLA:D® geht

Das GLA:D® Schweiz Rücken Programm ist ein Gesamtkonzept und wird von eigens dafür geschulten und zertifizierten Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten angeboten und durchgeführt.

Neben der Eintritts- und Austrittsuntersuchung finden bei den Patientinnen und Patienten bei Ein- und Austritt sowie nach sechs und zwölf Monaten Befragungen mittels Fragebogen statt.

Die erhobenen Daten werden im GLA:D<sup>®</sup> Schweiz Register erfasst und dienen der Verlaufsdokumentation und Qualitätssicherung. Es gelten die üblichen, vom Bund festgelegten Richtlinien für Daten- und Persönlichkeitsschutz.



# Verordnung Als Patientin/Patient durchlaufen Sie das Programm 3-2-12-1





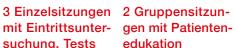
und praktischer

Einführung ins



Wissen über





Übungsprogramm Hier wird eine Stand- Rückenschmerzen ortbestimmuna zu Ihrer aktuellen Situ-Sie besser mit ation durchgeführt, den Schmerzen und Sie werden ins umgehen können. Übungsprogramm eingeführt.





## 12 Gruppensitzungen mit

integrieren.

Hier wird Ihnen Hier lernen Sie sich den Rücken und zu bewegen, vermittelt und wie Beweglichkeit und lernen. Ihr Wissen über den Umgang mit Schmerzen in den Alltag zu





### Eine letzte Einzelsitzung mit Übungsprogramm Austrittsuntersuchung

abwechslungsreich Hier wird der Erfolg Ihrer Teilnahme am trainieren Kraft und Programm überprüft. Die zuweisende Ärztin/der zuweisende Arzt erhält einen Kurzbericht.