

# Indikationen und Kontraindikationen

Für die Teilnahme am therapeutischen Rücken-FIT Programm gelten folgende

## Indikationen:

- Chronische Beschwerden sowie Wirbelsäulensyndrome mit erheblicher Symptomatik bei:
- Prolaps (auch postoperativ - nicht vor 8 Wochen)
- Protrusionen außerhalb des akuten Stadiums
- Spondyllysen und Spondylolisthesen
- Rezidivierenden Bandscheibenleiden mit und ohne eingeschränkter Arbeitsfähigkeit
- Funktioneller Rückenschmerz auch ohne degenerative Veränderungen
- Unspezifischer Rückenschmerz
- Muskuläre Wirbelsäuleninsuffizienz
- Muskuläre Dysbalancen

Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass operationswürdige Befunde ärztlich ausgeschlossen sind und postoperative Zustände innerhalb von 3 Monaten der Einwilligung des Operateurs bedürfen.

Es muss mindestens Übungsstabilität bestehen und eine ausreichende psychische und körperliche Konstitution sowie Kooperation des Patienten gegeben sein.

## Kontraindikationen

- Medikamentös nicht ausreichend eingestellte Hypertonie
- Tumorleiden
- Relative Herzinsuffizienz
- Frische Frakturen
- Zustand nach Bauch- oder gynäkologischer Operation (bis 3 Monate)
- Akut operationswürdige Befunde
- Schwere Gefäßerkrankungen wie z.B. Aneurysma der Aorta, Lungenembolie, Thrombose großer Venen, zerebrale Ischämien
- Schwere Herz- und Kreislauferkrankungen mit Herzinsuffizienz
- Osteoporose mit weniger als 60% Knochendichte des Altersdurchschnitts
- Schwere entzündliche Erkrankungen im akuten Schub
- Progressive neurologische Symptomatik
- Progrediente Instabilität der Wirbelsäule
- akute Infektionen und ansteckende Krankheiten
- nicht kontrollierte Epilepsie