



>> CheckMyBack: schnelle Hilfe bei Rückenschmerzen

Onlinetool für passende Übungen

Nach Informationen der Allianz Deutschland AG

Die Allianz Private Krankenversicherung (APKV) und der Berufsverband Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU) haben eine Kooperation geschlossen, um Menschen mit Rückenschmerzen schneller und noch zielgerechter zu helfen. Dazu wird der BVOU in das Allianz-Onlinetool „Check My Back“ eingebunden.

Was genau ist „Check My Back“?

„Check My Back“ ist ein Onlinetool, das die APKV zusammen mit Prof. Joachim Grifka, Direktor der Orthopädischen Universitätsklinik Regensburg Bad Abbach und Autor eines Patientenratgebers, auf wissenschaftlicher Basis entwickelt hat. Es hilft dabei, bei Rückenschmerzen schnell und jederzeit Orientierung zu geben, was man als Betroffener tun kann.

Das Tool funktioniert sehr einfach: In einem Online-Schnelltest beantwortet der Patient ein paar wenige Fragen zu seinen Beschwerden. Mit diesen Angaben empfiehlt ein Algorithmus ein passendes Übungsprogramm. Denn was im Rücken zerrt und zieht, ist zwar oft sehr schmerzhaft, aber meist ungefährlich. Die gute Nachricht: In den meisten Fällen reichen gezielte Übungen, um Linderung zu verschaffen. Richtig angeleitet können sich Betroffene oft gut selbst helfen. Die Übungen sind leicht in den Alltag zu integrieren. Zehn bis 15 Minuten täglich reichen.

Das Tool ist für jeden mit Rückenproblemen sinnvoll – auch bei ausgeprägten Schmerzen oder Vorerkrankungen. Denn ergibt sich bei den Fragen im Schnelltest eine erhöhte Risikostufe, kann der Betroffene über „Check My Back“ einen Anruf durch einen medizinischen Experten veranlassen. Dieser meldet sich dann zu der vereinbarten Zeit, um weitere Fragen und die Dringlichkeit einer Behandlung zu klären.

Bei ernsteren Problemen wird dem Betroffenen empfohlen, zum Arzt zu gehen. Auch

hier hilft das Tool: bei der schnellen Vermittlung an einen passenden Spezialisten. Dafür stehen kooperierende Ärzte des Berufsverbands für Orthopädie und Unfallchirurgie bereit – die Zahl der angebundenen Ärzte wird über die nächsten Monate immer weiter erhöht. Der BVOU ist die größte berufspolitische Organisation in Deutschland für Ärzte der Fachgebiete Orthopädie und Unfallchirurgie mit über 7.000 Ärzten.

Rechtzeitig Hilfe suchen

Prof. Joachim Grifka, Mitentwickler von „Check My Back“, rät: „Wer Schmerzen hat, sollte nicht lange aushalten, sondern schnell etwas unternehmen. Hierbei hilft ‚Check My Back‘ – mit einer Anleitung zu passenden Übungen oder der Vermittlung an einen spezialisierten Arzt.“

Dr. Burkhard Lembeck, zuständig beim BVOU für Strukturverträge und Landesvorsitzender in Baden-Württemberg, sagt: „Die Kooperation mit der Allianz bringt uns einen Schritt weiter, hin zu einer strukturierteren, hochwertigen Versorgung. Wir freuen uns über Versicherungen, die nicht nur Payer, sondern auch Player sind. Mit der Allianz hat der BVOU einen Premiumpartner an der Seite, mit dem es gelingen kann, die Versorgung noch ein Stück besser zu machen.“

Nina Klingspor, Vorstandsvorsitzende der Allianz Privaten Krankenversicherung, betont: „In Deutschland leiden Millionen Menschen an Schmerzen, aber nur zehn Prozent sind



bei einem Spezialisten in Behandlung. Wir als Allianz wollen dabei helfen, dass Betroffene schnell die für sie beste Behandlung erhalten.“ Da „Check My Back“ onlinebasiert arbeitet, ist es bei Rückenschmerz jederzeit nutzbar.

Link zur interaktiven Deutschlandkarte:
<https://orthinform.de/karten/cmb>

Quelle: Allianz Deutschland AG, Unternehmenskommunikation, Alexandra Kusitzky, Tel.: 089 3800 16486, alexandra.kusitzky@allianz.de



Kontaktinformationen

Berufsverband für Orthopädie
und Unfallchirurgie e. V. (BVOU e. V.)
Janosch Kuno
Kommunikation und Pressearbeit
10623 Berlin
Tel.: 030 797444 55
presse@bvou.net
www.bvou.net