

Mein Gesundheitszentrum für Physikalische Medizin Neubau



Andreasgasse 3, 1070 Wien

Ärztliche Leiterin:

Prim.^a Dr.ⁱⁿ Silvia Brandstätter

Leitung Multimodale Schmerztherapie

OÄ Dr.ⁱⁿ Julia Zeiler

Öffnungszeiten und Information:

Montag bis Donnerstag von 07.00
bis 19.30 Uhr

Freitag von 07.00 bis 15.00 Uhr

Tel. +43 5 0766-1115070

www.gesundheitskasse.at/pmr

Bitte vereinbaren Sie zuerst einen Termin für
die nötige fachärztliche Untersuchung im
Gesundheitszentrum Neubau.

Bitte nehmen Sie Ihre e-card, Ihren gültigen
Lichtbildausweis, eventuell eine Überweisung
und Vorbefunde zum Termin mit!

Informationen zu den Gesundheitszentren
für Physikalische Medizin und Rehabilitation
der ÖGK in ganz Österreich:
www.gesundheitskasse.at/pmr



Medieninhaber, Herausgeber und Redaktion:
Österreichische Gesundheitskasse
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien
www.gesundheitskasse.at/impressum

Hersteller: Druckservices Wien,
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien
Satz- und Druckfehler vorbehalten.

11-ÖGK 741/8: 19.08.2024

Weniger Schmerzen – besser leben

Multimodale Schmerztherapie
im Gesundheitszentrum Neubau



Shutterstock.com

Multimodale Therapie für langfristige Schmerzlinderung

Das Gesundheitszentrum für Physikalische Medizin Neubau bietet interdisziplinäre Schmerztherapie für Menschen mit chronischen Nacken-, Rücken- oder Kreuzbeschwerden.

Unsere multimodalen Gruppen-Programme

- vierwöchiges ambulantes Intensivprogramm: (vier Wochen, Montag bis Freitag)
- sechswöchiges ambulantes Intensivprogramm für Berufstätige (sechs Wochen, zweimal pro Woche am Nachmittag)

Die Therapieziele sind:

- Reduktion Ihrer Schmerzen
- Körperliche und seelische Stabilisierung-Verbesserung Ihrer Lebensqualität und Leistungsfähigkeit
- Veränderung des Schmerzerlebens
- Wiedereingliederung ins Berufsleben

Ihre aktive Teilnahme an einem modernen Gruppenprogramm ist einzelnen Therapieverfahren deutlich und nachhaltig überlegen

Interdisziplinäre Schmerz- und Funktionsdiagnostik

Während des Programms werden Sie von unseren

- Fachärztinnen und Fachärzten,
- Therapeutinnen und Therapeuten sowie
- Psychologinnen und Psychologen kontinuierlich begleitet.

Koordinatorinnen und Koordinatoren stehen Ihnen für organisatorische Fragen gerne zur Verfügung.

Die Therapiebausteine

- Wissensvermittlung und Beratung zum Thema chronischer Schmerz
- Anpassung der medikamentösen Therapie
- Information über nicht-medikamentöse Strategien
- Schmerzbewältigungs- und Entspannungstechniken
- Stressmanagement
- Einführung in das Achtsamkeitstraining
- Medizinische Trainingstherapie (Kraft- und Ausdauertraining)
- Bewegungstherapie
- Alltags- und berufsspezifisches Training
- Umsetzen der erlernten Übungen und Strategien im Alltag
- Individuell abgestimmte Übungsprogramme für zu Hause

Nach der Therapie

- Schon während der Therapie beraten wir Sie intensiv über Trainingsmöglichkeiten nach dem Programm.
- Drei und zwölf Monate nach Ende der Therapiegruppen findet jeweils ein Beratungstermin statt, an dem die Umsetzung der erlernten Strategien im Alltag besprochen wird.



ÖGK