

Bei speziellen Indikationen ergeben sich teilweise medikamentöse Therapieoptionen, z.B. Betablocker oder Ivabradin bei POTS. Dies erfordert i.d.R. das Hinzuziehen von Spezialist:innen. Eine konkrete Darstellung würde den Rahmen des Konzepts sprengen. Wir verweisen hierzu auf unser Fortbildungsangebot.

Symptomorientierte Maßnahmen und Therapie aus dem Heilmittelbereich

Physiotherapie bei Long-COVID

(federführend erstellt von Dr. med. Christina Lemhöfer 02.11.2021 in Zusammenarbeit mit Alexandra Isele, Prof. (apl.) Uta Merle und Dr. med. Sandra Stengel)

Die Empfehlungen basieren auf evidenzbasiertem Wissen anderer Erkrankungen (z.B. Onkologie, Neurologie) und den Erfahrungen beteiligter universitärer Long-COVID-Spezialambulanzstellen im Bereich der Physiotherapie.

Im Vordergrund der Betrachtung sollte (wenn möglich) das **führende Symptom** stehen, um das entsprechende Heilmittel zu wählen. Die aufgeführten Therapieoptionen können auch als Orientierung der Wichtigkeit gesehen werden.

Dyspnoe	Fatigue	(Muskel)-Schmerzen
<ul style="list-style-type: none"> •KG Atemtherapie •Manuelle Therapie 	<ul style="list-style-type: none"> •Krankengymnastik am Gerät •Segmentmassagen 	<ul style="list-style-type: none"> •Manuelle Therapie •Krankengymnastik

Die Verordnung muss analog zum **Heilmittelkatalog** abgebildet werden und ergibt sich wie folgt:

Diagnoseschlüssel AT	Diagnoseschlüssel WS
<ul style="list-style-type: none"> •KG Atemtherapie 	<ul style="list-style-type: none"> •Krankengymnastik •Krankengymnastik am Gerät •Manuelle Therapie •Segmentmassagen

Beachten Sie die **besonderen Verordnungsbedarfe zu U09.9!** (siehe S. 4)

Das Vorgehen sollte immer stufenweise erfolgen. Rücksprachen mit den Therapeut:innen sind von Vorteil aber nicht immer möglich.

Ergänzende Heilmittel können zum Therapieerfolg beitragen und können direkt mit verordnet werden:

vorrangiges Heilmittel	ergänzendes Heilmittel
KG Atemtherapie	Wärmetherapie (heiße Rolle)
Manuelle Therapie	Wärmetherapie (heiße Rolle oder Fango)
Segmentmassage	Wärmetherapie (Fango)

Die Nennung individueller **Therapieziele** sind sowohl für die behandelnden Therapeut:innen als auch das Ergebnis hilfreich:

Atemtherapie * <ul style="list-style-type: none"> - Kräftigung der Atemmuskulatur - Verbesserung der Atmungstypen - Optimierung der Zwerchfellfunktion - Synchronisation von Thorax- und Bauchbewegung bei der Atmung <p>*Zur Verbesserung und Wiederherstellung einer bestmöglichen Atemfunktion, wird bei Patienten mit Sekretretention und Störungen des Gasaustauschs (v.a. nach stationären COVID-19-Aufenthalten mit Beatmung, nach ambulanten Verläufen selten) AT bei Physiotherapeut:innen mit Spezialisierung Atemphysiotherapie empfohlen (siehe atemwegsliga.de/physiotherapeuten).</p>	
Manuelle Therapie <ul style="list-style-type: none"> - Myofasziales Release überlasteter Strukturen - Muskuläre Detonisierung - Manuelle Lösung von Funktionsstörungen 	Krankengymnastik am Gerät <ul style="list-style-type: none"> - Förderung von Aktivität - Verbesserung der Ausdauer - Muskuläre Kräftigung - Abbau von Bewegungsgängsten - Anleitung zu Eigenübungen
Krankengymnastik <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Aktivierung - Anleitung zu Eigenübungen - Bewegungsförderung 	Segmentmassagen <ul style="list-style-type: none"> - Vegetative Umstimmung - Detonisierung

Physiotherapie

longcovidnetz.de Netzwerk

Zu beachten sind die besonderen Verordnungsbedarfe U09.9! (WS/AT/SB1/PS2/PS3)

- keine Höchstmenge je Verordnung
- Behandlungsdauer von bis zu 12 Wochen je Verordnung möglich
- Orientierende Behandlungsmenge ist hierbei nicht zu beachten ([Informationen KVBaWue](#))