

# moveUP



## Benutzerhandbuch – Gesundheitsplattform & Patienten-App für HCPs

Erhalten Sie Einblicke in die Rehabilitation Ihrer Patienten und gewährleisten Sie eine gründliche Nachsorge

App- & Gesundheitsplattform-Version: 1.31 bis aktuell  
Handbuch-Version: 10

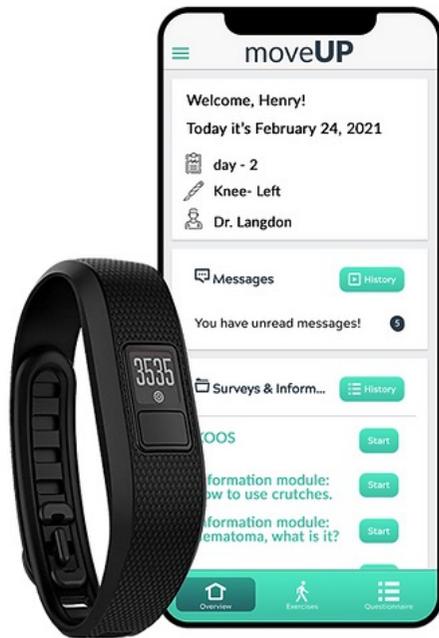
Datum der Veröffentlichung des Handbuch : 13/07/2022

Link zum e-learning: <https://moveup.talentlms.com/index>

# Inhaltsverzeichnis

1. Anweisungen
2. Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen
3. Beabsichtigte Verwendung und vorgesehene Nutzer
4. Anwendungsgebiete
5. Kontaktdaten
6. Patienten-App
  - a) Patienten-App Funktionalitäten
  - b) So verknüpfen Sie einen Aktivitätstracker
7. Gesundheitswesen-Plattform
  - a) Funktionalitäten der Gesundheitsplattform
  - b) Klinische Richtlinien für Physiotherapeuten
  - c) Registrierung eines moveUP Patienten
  - d) Beendigung der Behandlung in moveUP

# Compatibility



moveUP App & Geräte

**Die moveUP App funktioniert auf:**

- iPhones/iPads (iOS 11.0 oder neuer)
- Android-Systemen (Android 7.0 und neuer).
- Zur Nutzung von moveUP ist eine Internetverbindung erforderlich.
- moveUP ist mit den folgenden Webbrowsern kompatibel:
  - Chrome/Safari/Firefox

## Tablets

In bestimmten Fällen werden die folgenden Tablets bereitgestellt und unterstützt:

- Lenovo Tab 3 - Android 6.0.1 oder neuer
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 oder neuer

## Aktivitätstracker

Die folgenden Aktivitätstracker werden derzeit unterstützt

- Garmin Vivofit 3 und Vivofit 4
- Nokia Withings Go

## Download-Größe

- IOS – 78,4MB - Version 1.31.0
- Android - 39MB - Version 1.31.0

Für die Sicherheit Ihrer Daten aktivieren Sie bitte die 2-Faktor-Authentifizierung und verwenden Sie ein sicheres Netzwerk.

# ANWEISUNGEN



Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vor der ersten Nutzung von moveUP sorgfältig durch, um sich mit moveUP, seinen Funktionen und Grenzen vertraut zu machen. Bitte wenden Sie sich bei Fragen direkt an moveUP.



Im letzten Abschnitt dieses Dokuments finden Sie unsere Kontaktdaten. Bitte kontaktieren Sie uns, falls Sie technische Probleme mit der Anwendung (moveUP Dashboard oder Patienten-App) haben, oder wenn Sie Hilfe zu einem Versorgungspfad benötigen.



Der Gesundheitsdienstleister kann Dritten keinen Zugriff auf das moveUP Dashboard gewähren. Drittpersonen könnten (auch versehentlich) falsche Informationen senden oder das Patientenprofil anpassen, sodass die von moveUP gesendeten Ratschläge nicht mehr den Bedürfnissen des Patienten entsprechen.



Falls die Anwendung genutzt wird, ohne dass moveUP & b.clinic mit der Nachsorge der Patienten beauftragt wird, ist der jeweilige Gesundheitsdienstleister oder die Gesundheitseinrichtung für die Nachsorge des Patienten und die durchgeführten Maßnahmen verantwortlich.



In Übereinstimmung mit den Rechtsvorschriften für Medizinprodukte sind Sie verpflichtet, alle Beschwerden über die Anwendung, jede Änderung der Merkmale/Spezifikationen der Anwendung und Zwischenfälle/Komplikationen, die möglicherweise mit der Verwendung der Anwendung zusammenhängen, an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) zu melden. Die AFMPS kann im Falle eines Vorfalls auch über [https://www.famhp.be/en/human\\_use/health\\_products/medical\\_devices\\_accessories/materiovigilance/how\\_notify](https://www.famhp.be/en/human_use/health_products/medical_devices_accessories/materiovigilance/how_notify) kontaktiert werden.



Bitte melden Sie in Übereinstimmung mit der GDPR-Gesetzgebung eventuelle Datenlecks im Zusammenhang mit der Nutzung von moveUP. Bitte lesen Sie die gesamte Datenschutzrichtlinie: <https://www.moveup.care/privacy>

# Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen



- moveUP ist kein Notfallhilfsmittel. In Notfällen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder rufen Sie den Notruf/112.
- moveUP ist nicht zur Überwachung/Behandlung von Vitalparametern bei kritischen Krankheiten gedacht.



- MoveUP Companion ist kein Ersatz für eine Behandlung, die Ihnen verschrieben wurde, sondern wird als Ergänzung eingesetzt.
- Patienten müssen sich darüber im Klaren sein, dass es für das Pflgeteam schwieriger ist, ihre gesundheitliche Situation und Entwicklung zu erkennen, wenn die Fragebögen nicht regelmäßig oder nicht wahrheitsgemäß ausgefüllt werden



- Die moveUP App bietet eine personalisierte Gesundheitsversorgung auf der Grundlage des individuellen Patientenprofils und kann daher nicht geteilt, ausgeliehen oder zwischen Nutzern gehandelt werden. Die Informationen und Ratschläge der moveUP App gelten nicht für einen anderen Patienten als den, dessen Profil in der App gespeichert ist. Der Patient darf Dritten keinen Zugang zur moveUP App gewähren. Jede andere Person kann (auch versehentlich) falsche Informationen übermitteln oder das Profil des Patienten ändern, mit der Folge, dass die von moveUP gesendeten Ratschläge nicht mehr den Bedürfnissen des Patienten entsprechen.

*Bei Software gibt es immer ein Restrisiko für Fehler. Wenn Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht stimmt oder Sie keine Antwort in der App erhalten, kontaktieren Sie uns bitte über [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) oder rufen Sie 0800 88 008 an. Die moveUP IFU werden nur in elektronischer Form geliefert. Wenn Sie eine vollständige gedruckte Version benötigen, kontaktieren Sie uns bitte unter der E-Mail-Adresse [info@moveup.care](mailto:info@moveup.care). Diese E-Mail ist rund um die Uhr verfügbar*

# Meldung von schwerwiegenden Zwischenfällen

- **Ein schwerwiegender Zwischenfall** ist ein Zwischenfall, der direkt oder indirekt zu einem der folgenden Ergebnisse geführt hat:
- (a) Tod eines Patienten, Nutzers oder einer anderen Person,
- (b) vorübergehende oder dauerhafte schwerwiegende Verschlechterung des Gesundheitszustands eines Patienten, Nutzers oder einer anderen Person, die zu einem der folgenden Ergebnisse geführt hat:
  - lebensbedrohliche Krankheit oder Verletzung,
  - dauerhafte Beeinträchtigung einer Körperstruktur oder Körperfunktion,
  - Krankenhausaufenthalt oder Verlängerung des Krankenhausaufenthalts,
  - medizinischer oder chirurgischer Eingriff zur Verhinderung einer lebensbedrohlichen Erkrankung oder Verletzung oder einer dauerhaften Beeinträchtigung einer Körperstruktur oder Körperfunktion ,
  - chronische Krankheit,
- (c) eine ernsthafte Bedrohung der öffentlichen Gesundheit;
- Wenn Sie einen dieser Fälle feststellen, senden Sie bitte umgehend eine E-Mail an [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) und;
- Niederlande: [meldpunt@igi.nl](mailto:meldpunt@igi.nl)
- Belgien: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- Frankreich: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Deutschland: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

# BEABSICHTIGTE VERWENDUNG

Für Gesundheitsdienstleister bietet moveUP ein effizientes klinisches Management von Pathologien und Behandlungen. Durch die Verwendung von moveUP erhält das Gesundheitspersonal/Pflegeteam wertvolle Einblicke in den Status des Patienten und seine Entwicklung.

Für Patienten stellt moveUP personalisierte Informationen und Anweisungen bereit, um sie bei der Bewältigung ihrer Symptome und dem Fortschritt ihrer Rehabilitation zu unterstützen. Die Intensität der Nachsorge wird an die Bedürfnisse der Patienten und den Verlauf der Genesung angepasst:

**moveUP companion** = Überwachung und Information, keine aktive Nachsorge

moveUP companion bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Behandlungsteam berücksichtigt die Entwicklungsberichte gegebenenfalls bei der weiteren Genesung.

**moveUP coach** = aktive Nachbetreuung durch das Behandlungsteam

moveUP coach bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Pflegeteam wird aktiver einbezogen, berücksichtigt die Entwicklungsberichte und kann über die digitale Plattform Ratschläge und Übungsvorschläge geben.

**moveUP therapy** = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam, mit datengesteuertem, validiertem Pflegeprotokoll

MoveUP therapy bietet ein datengesteuertes, validiertes Pflegeprotokoll mit bestimmten Übungs- und Aktivitäts-Kategorien und Schwierigkeitsgraden, die speziell auf den einzelnen Patienten zugeschnitten sind. Das Pflegeteam kann das datengesteuerte, validierte Protokoll bei Bedarf manuell anpassen. Die Patienten können mit moveUP eine vollständige Rehabilitation durchführen, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

*Optionale Funktionen, die aktiviert werden können: Interoperabilität mit medizinischen Geräten der Klasse IIa für kontinuierliche passive Bewegung (CPM). Für Knie- und Hüftpatienten, die ein medizinisches CPM-Gerät der Klasse IIa verwenden, kann moveUP mit der CPM-Software der Klasse IIa interagieren. moveUP fungiert als Vermittler, um einem Patienten auf einfache Weise ein von einem Arzt ausgewähltes CPM-Übungsprotokoll zuzuweisen und die durchgeführten CPM-Übungen im medizinischen Dashboard anzuzeigen.*

# VORGEGEHENE NUTZER

moveUP

---

moveUP ist für die Nutzung durch Patienten und Gesundheitsdienstleister gedacht. Der Hauptnutzer der mobilen App und der Patienten-Website ist der Patient.

Geeignete Nutzer:

- Alter: mindestens 18 Jahre / keine maximale Altersgrenze
- Gesundheit & Verfassung: in der Lage, grundlegende Alltagsaktivitäten durchzuführen
- Sprache: Der Nutzer versteht eine der verfügbaren App-Sprachen (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

Ungeeignete Nutzer:

- Patienten, die geistig inkompetent sind oder Schwierigkeiten haben, ihre Gefühle auszudrücken (z.B. psychisch kranke Menschen, Menschen, die in Altersheimen untergebracht sind usw.), sind von der Nutzung ausgeschlossen.
- Patienten, die nicht in der Lage sind, ein Tablet/Smartphone oder einen Aktivitätstracker zu bedienen
- Patienten, die keine der angebotenen App-Sprachen verstehen (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

Die Hauptnutzer der medizinischen Web-Schnittstelle sind Gesundheitsdienstleister (Gruppe) oder klinische Forscher (Gruppe), das sogenannte Pflereteam. Das Pflereteam kann die Web-Schnittstelle per PC/Tablet/Smartphone bedienen. Der Gesundheitsdienstleister muss eine der verfügbaren Sprachen der Web-Schnittstelle sprechen (derzeit nur auf Englisch verfügbar).

## Kontraindikationen und mögliche Nebenwirkungen

Es sind keine Kontraindikationen oder mögliche Nebenwirkungen bekannt.

## Menschlicher Körperkontakt

Aufgrund der Beschaffenheit des Produkts (Software) besteht kein menschlicher Körperkontakt mit dem Patienten oder Anwender.

## Zubehör/kombinierbare Produkte

Es gibt kein Zubehör. Wenn der Patient kein kompatibles Tablet/Smartphone oder Aktivitätstracker hat, kann moveUP diese Geräte an den Patienten vermieten. Bei den gemieteten Geräten handelt es sich um CE-gekennzeichnete Geräte, die den Kompatibilitätsanforderungen (siehe Benutzerhandbuch) gerecht werden.

## Gerät-Lebensdauer

2 Jahre. Abhängig von der Bereitschaft des Nutzers, die App zu aktualisieren. Wir erinnern den Nutzer, die App zu aktualisieren, um eine optimale Leistung zu gewährleisten und die neuesten Funktionen nutzen zu können.

## Leistungen

### *moveUP companion/coach/therapy*

Die Nachsorge-Intensität wird mithilfe des moveUP Symptom- & QoL-Überwachungstools an die Bedürfnisse des Patienten angepasst.

moveUP verbessert das klinische Management des Patienten, da eine frühzeitige Erkennung und Behandlung von Komplikationen durch das Symptom- & QoL-Überwachungstools ermöglicht wird

Effizienteres klinisches Management, da die Anzahl der Beratungen reduziert werden kann

Durchsetzung der Therapie-Compliance / Einhaltung

Bereitstellung der richtigen Informationen zum angemessenen Zeitpunkt

### *moveUP therapy*

Mithilfe von moveUP therapy können Knie- und Hüftgelenkspatienten über das Inn-App-Pflegeteam vollständig rehabilitiert werden, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

## ▪ Vor der Nutzung der App

- Damit der Patient die App nutzen kann, muss der Gesundheitsdienstleister den Patienten über die Onboarding-Plattform aktivieren/registrieren. Siehe <https://patient-onboarding-admin.moveup.care/> (nur für Admin-Benutzer)
- Wenn der Patient einen Code erhalten hat und nach dem Download auf die moveUP-App zugreifen kann, wurde die App korrekt installiert

## ▪ Spezielle Ausstattung, Schulung und sonstige Qualifikationen

- Es ist keine spezielle Ausstattung erforderlich, aber wenn Sie sich in einem überfüllten Raum befinden, stellen Sie sicher, dass niemand Ihren Bildschirm sehen kann, da Gesundheitsdaten vertraulich sind und nicht in die Hände Unbefugter gelangen sollten.
- Nur qualifizierte Gesundheitsfachkräfte mit einem Diplom oder Zertifikat im Gesundheitswesen oder qualifizierte klinische Forscher können auf die Plattform zugreifen.
- Alle Gesundheitsfachkräfte, die die moveUP-Plattform nutzen möchten, müssen die E-Learning-Schulungen absolvieren

# FIRMENDATEN



Hauptsitz Brüssel: Cantersteen 47, 1000 Brüssel, Belgien

Büro in Gent: Oktrooiplein 1, B-9000 Ghent, Belgien

Tel: 0800 88 008

E-Mail: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) [www.moveUP.care](http://www.moveUP.care)



Basic UDI-DI: ++**G166MOVEUPV1310WH**



Bei Fragen zur App, dem Tablet oder dem Aktivitätstracker können Sie moveUP über die folgende Kanäle in der Reihenfolge der Priorität kontaktieren:

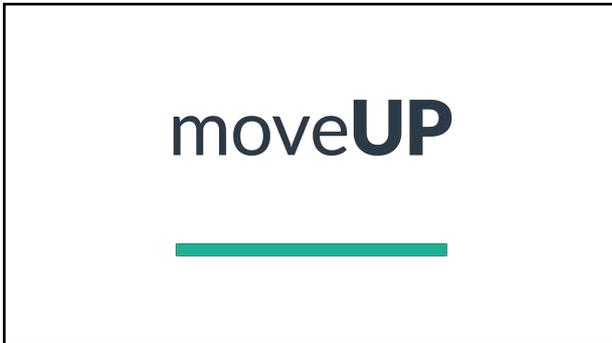
- Über das Nachrichtensystem der App. Bitte verwenden Sie den Betreff "Technische Frage:"
- Per E-Mail an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Per Telefon während unserer Geschäftszeiten: 0800 88 008



# moveUP



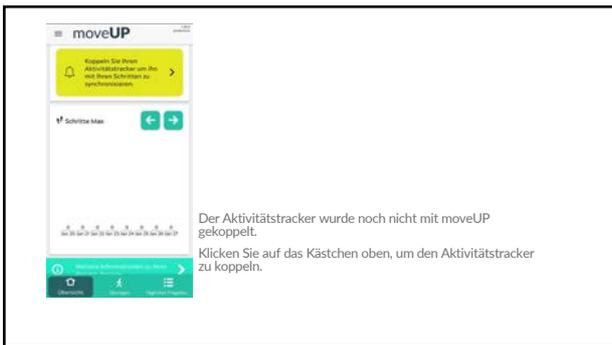
Patienten-App



1

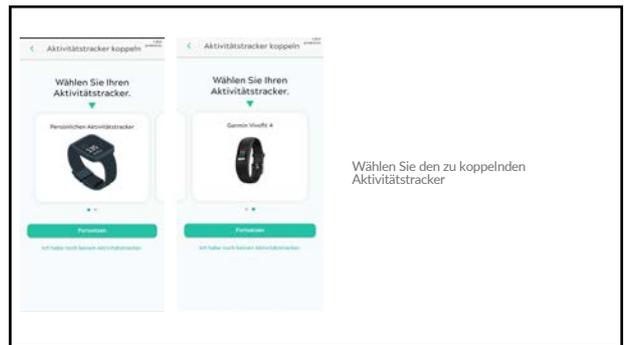


2



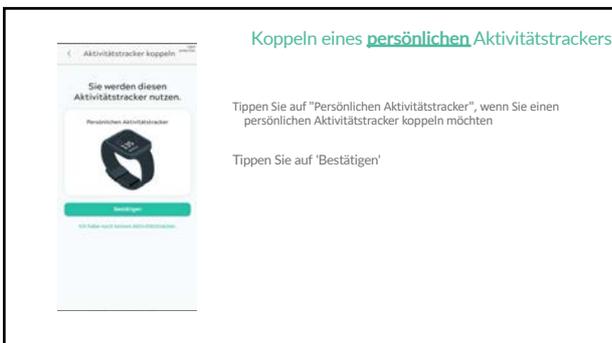
Der Aktivitätstracker wurde noch nicht mit moveUP gekoppelt.  
Klicken Sie auf das Kästchen oben, um den Aktivitätstracker zu koppeln.

3



Wählen Sie den zu koppelnden Aktivitätstracker

4

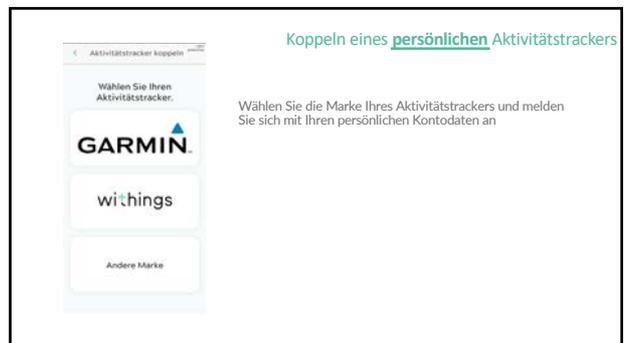


Koppeln eines persönlichen Aktivitätstrackers

Tippen Sie auf "Persönlichen Aktivitätstracker", wenn Sie einen persönlichen Aktivitätstracker koppeln möchten

Tippen Sie auf 'Bestätigen'

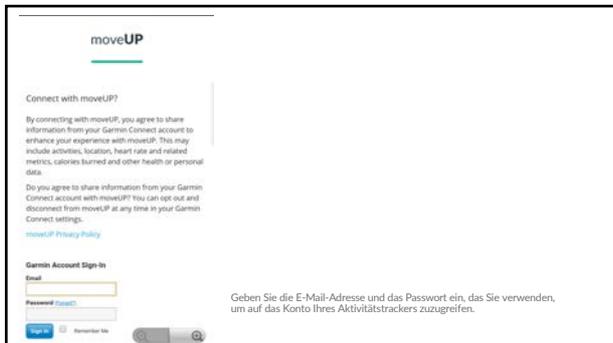
5



Koppeln eines persönlichen Aktivitätstrackers

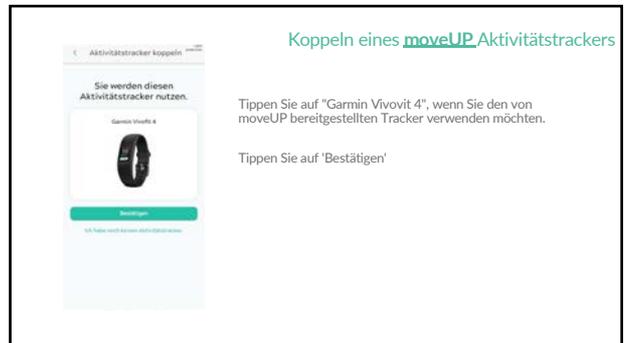
Wählen Sie die Marke Ihres Aktivitätstrackers und melden Sie sich mit Ihren persönlichen Kontodaten an

6



Geben Sie die E-Mail-Adresse und das Passwort ein, das Sie verwenden, um auf das Konto Ihres Aktivitätstrackers zuzugreifen.

7

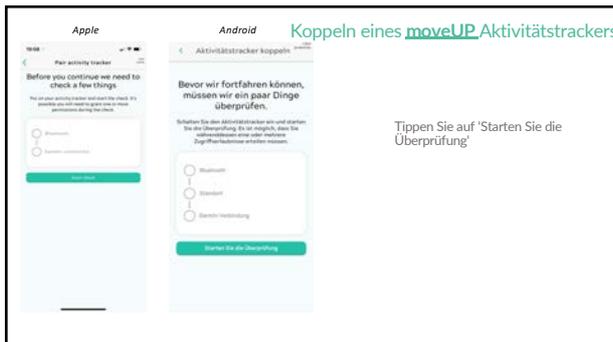


Koppeln eines moveUP Aktivitätstrackers

Tippen Sie auf "Garmin Vivovit 4", wenn Sie den von moveUP bereitgestellten Tracker verwenden möchten.

Tippen Sie auf 'Bestätigen'

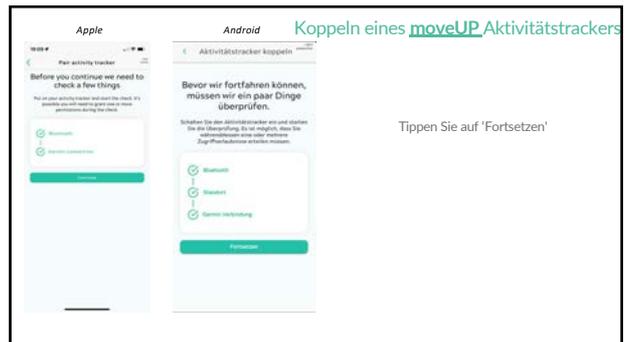
8



Koppeln eines moveUP Aktivitätstrackers

Tippen Sie auf 'Starten Sie die Überprüfung'

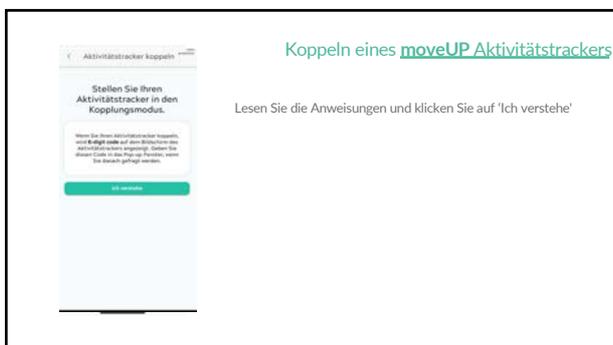
9



Koppeln eines moveUP Aktivitätstrackers

Tippen Sie auf 'Fortsetzen'

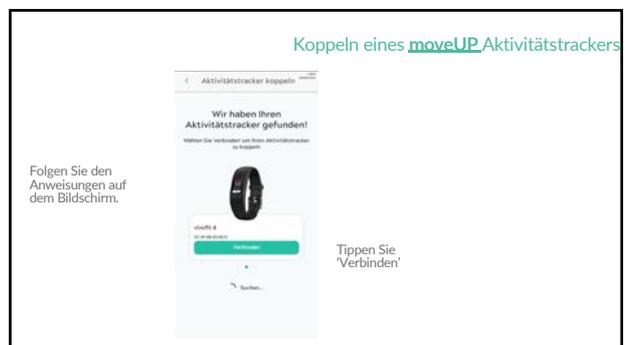
10



Koppeln eines moveUP Aktivitätstrackers

Lesen Sie die Anweisungen und klicken Sie auf 'Ich verstehe'

11



Koppeln eines moveUP Aktivitätstrackers

Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

Tippen Sie 'Verbinden'

12



Koppeln eines **moveUP** Aktivitätstrackers

Wenn der Aktivitätstracker erfolgreich gekoppelt wurde, landen Sie auf diesem Bildschirm.

13

Der Aktivitätstracker wurde erfolgreich mit der App gekoppelt.  
Die Aktivitätsdaten erscheinen in der Übersicht der moveUP-App.  
Synchronisieren Sie die Aktivitätsdaten täglich.

14

So synchronisieren Sie Ihre Schritte

Drücken Sie die im Bild rot markierte Synchronisationstaste

15

So synchronisieren Sie Ihre Schritte

Tippen Sie auf Synchronisieren

16

So synchronisieren Sie Ihre Schritte

Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm. Im Grunde müssen Sie den silbernen Knopf auf Ihrem Aktivitätstracker zweimal 2 Sekunden lang gedrückt halten.

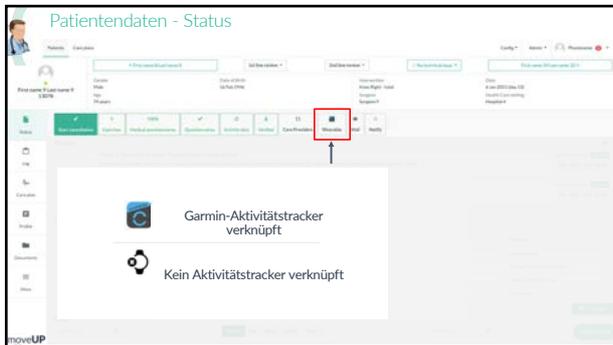
Am Ende werden Sie automatisch zum Startbildschirm zurückgeleitet und Ihre Schritte werden in der Grafik angezeigt.

17

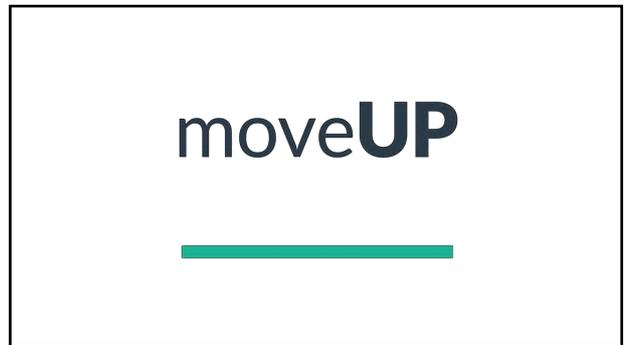
So synchronisieren Sie Ihre Schritte

Die Schritt-Daten wurden erfolgreich synchronisiert.

18



19



20

# moveUP



Gesundheitswesen-Plattform



# moveUP



1

## Funktionalitäten der Gesundheitswesen-Plattform

2

✓ Plattform für Gesundheitswesen



3

moveUP Geschulte Physiotherapeuten und Ärzte melden sich bei der Gesundheitsplattform an <https://v1.medical.moveup.care>

The screenshot shows a login interface with the following elements:

- Fields for 'Username or Email' and 'Password'.
- A 'Login' button.
- A link for 'Forgot password? Reset'.
- Options for 'Login using an electronic identity' with icons for a smartphone and a red ID card.
- A link for 'No account? Register here'.

4

## Patientenübersicht

5

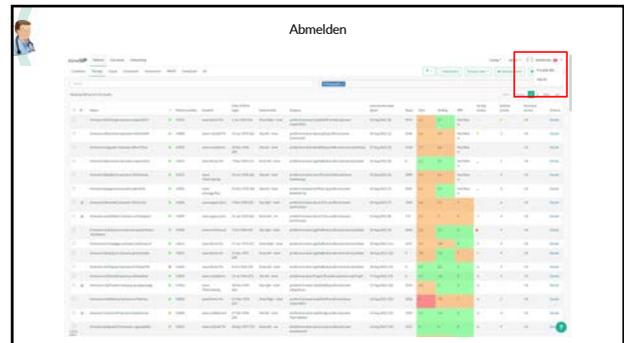
Die moveUP-Plattform bietet Ihnen eine deutliche Übersicht über Ihre Patienten

The screenshot displays a complex dashboard with a table of patient data. The table has multiple columns, including patient names, dates, and status indicators. A prominent feature is a vertical bar chart on the right side of the table, where each bar is color-coded (green, orange, red) to represent different patient statuses or metrics. The dashboard also includes various filters and navigation options at the top.

6



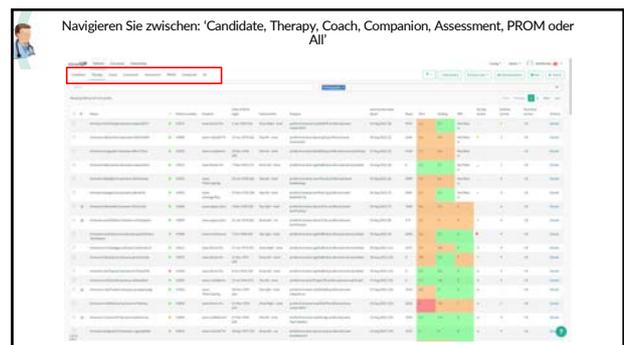
7



8



9



10

Candidate Therapy Coach Companion PROM Completed All

**Kandidaten**  
Patienten, die auf ihren Pflegeplan warten. Sie haben die moveUP-App heruntergeladen und sich selbst registriert oder wurden von einem Gesundheitsdienstleister registriert.

**Therapy**  
Patienten mit einem aktiven Therapieplan vor oder nach der Operation.

**Coach**  
Patienten mit einem aktiven Coach-Plan vor oder nach der Operation.

**Companion**  
Patienten mit einem aktiven Begleiter-Plan vor oder nach der Operation.

**PROM**  
Patienten, die langfristig in bestimmten Abständen (z.B. 3 oder 6 Monate) einen medizinischen Fragebogen erhalten.

**Abgeschlossen**  
Patienten, die ihre langfristige Nachbeobachtung abgeschlossen haben.

**Alle**  
Alle Patienten.

11



12



Die Kategorien in der oberen Leiste hängen von dem verwendeten Tag ab

13

Beim Öffnen der Gesundheitsplattform wird standardmäßig nach Interventionsdatum sortiert

14

Farbcodes und Benachrichtigungen zeigen an, wie viel Aufmerksamkeit der Patient bedarf

15

Ungelesene Nachrichten werden hervorgehoben

16

Sehen Sie, für was der Patient behandelt wird

17

Sehen Sie, wann der Patient operiert wurde

18



### 1st Line

- 1 Patient wurde vor 1 Tag überprüft und validiert
- ✓ Patient wurde heute von Ihrem Fachbereich überprüft und validiert
- ✓ Patient wurde heute von einem anderen Fachbereich überprüft und validiert
- 🚩 Patient wurde für Ihren Fachbereich markiert
- 📁 Patient wurde für einen anderen Fachbereich markiert

19

### Die Patienten-Compliance wird in der Patientenübersicht veranschaulicht

- 🟢 In den letzten 2 Tagen compliant
- 🟠 Nicht-compliant > 2 Tage
- 🔴 Nicht-compliant > 7 Tage

20

### Kontakt – support@moveup.care

Benötigen Sie Hilfe? Zögern Sie nicht, [moveUP zu kontaktieren!](mailto:support@moveup.care)

21

- Activated kann 2 Dinge bedeuten: entweder hat sich der Patient mit einem Code über die App registriert oder er wurde beim Onboarding als sofort aktiviert markiert.
- Not activated: Patienten, die sich noch nicht über die App registriert haben und nicht als sofort aktiviert markiert wurden.

22

### Daten können in eine csv-Datei exportiert und extrahiert

23

### Mail-Vorlagen können per E-Mail versandt werden

24



Benachrichtigungen können direkt auf den Gerätebildschirm des Patienten geschickt werden

25

Patient 13899 wurde vor 8 Tagen operiert  
Lassen Sie uns prüfen, wie es dem Patienten geht

26

# Patientendaten

27

## Patientendaten

28

## Patientendaten - Nachrichtenfunktion

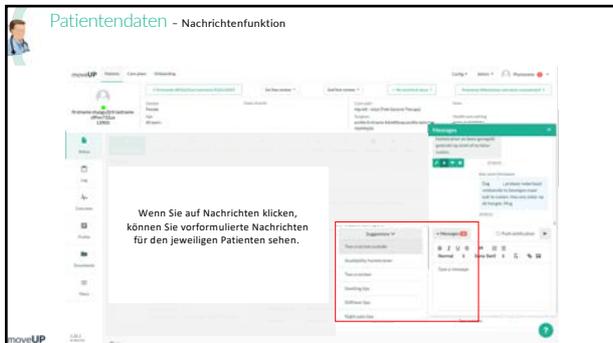
✓ Geben Sie Rat  
✓ Beantworten Sie Fragen

29

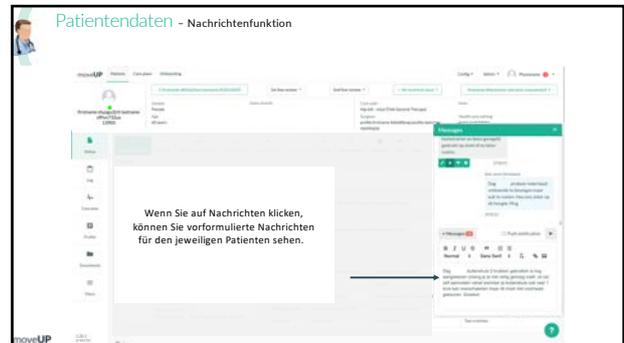
## Patientendaten - Nachrichtenfunktion

Klicken Sie auf das "1st Line Symbol", um die Frage als gelesen zu markieren

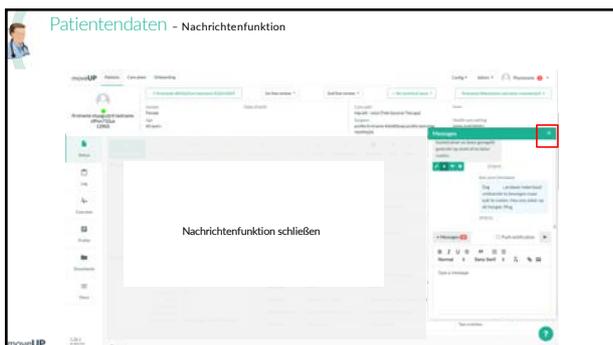
30



31



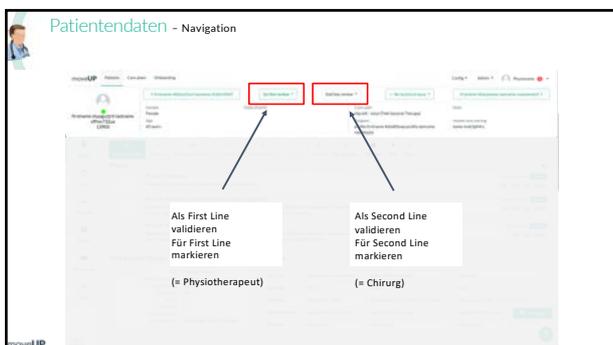
32



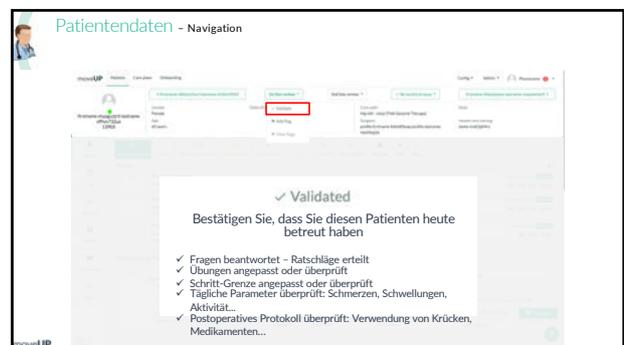
33



34



35



36



Patientendaten - Navigation

**Add flag**  
First-Line Zuständigen markieren

- ✓ Der Patient muss von einem Primär-Zuständigen betreut werden (z.B. Physiotherapeuten)
- ✓ Nennen Sie den Grund für die Markierung
- ✓ Wählen Sie die Fachrichtung, die markiert werden soll
- ✓ Optional: fügen Sie eine E-Mail-Benachrichtigung zur Markierung hinzu. Der markierte Fachbereich wird somit auch per E-Mail benachrichtigt
- ✓ Bei jeder Markierung wird ein neuer Abschnitt mit dem Grund für die Markierung zum Patientenprotokoll hinzugefügt (siehe

37

Patientendaten - Navigation

**Add flag**  
Second-Line/Sekundär-Zuständigen markieren

- ✓ Der Patient muss von einem Sekundär-Zuständigen (z.B. Chirurg) betreut werden
- ✓ Nennen Sie den Grund für die Markierung
- ✓ Wählen Sie den Fachbereich
- ✓ Optional: fügen Sie eine E-Mail-Benachrichtigung zur Markierung hinzu. Das zuständige Fachpersonal wird somit auch per E-Mail benachrichtigt

38

Patientendaten - Navigation

**Technical issue**  
Melden Sie ein technisches Problem

39

Patientendaten-  
Status

40

Patientendaten - Status

Sehen Sie Details zum Patienten und dem durchgeführten Eingriff

41

Patientendaten - Status

**Therapie-Compliance**

- Heute oder gestern compliant
- Nicht-compliant > 2 Tage
- Nicht-compliant > 7 Tage

42



Patientendaten - Status

**Therapie-Compliance**

- ✓ Patient gab an, die Übungen zu machen
- ✓ Patient hat die täglichen Fragen beantwortet
- ✓ Patient hat alle verfügbaren Fragebögen ausgefüllt
- ✓ Aktivitätsdaten sind aktuell

43

Patientendaten - Status

Sehen Sie die aktuellen und geplanten Rehabilitationsphasen

- **Finish:** Patient hat die Phase abgeschlossen
- **Stop:** Die Phase wurde gestoppt, aber nicht abgeschlossen
- **Disable:** Trifft nicht auf den Patienten zu

44

Patientendaten - Status

Wichtige Informationen über die Intervention

Therapie	Therapeut	Wiederholungsintervalle
...	...	...

45

Patientendaten - Status

Tabellenübersicht der letzten 3 Tage: Aktivitäten, Medikamente, Krücken

- Einnahme der verschriebenen Medikamente
- Medikament-Fragen werden an die Ärzte weitergeleitet
- Ordnungsgemäße Nutzung der Krücken

46

Patientendaten - Status

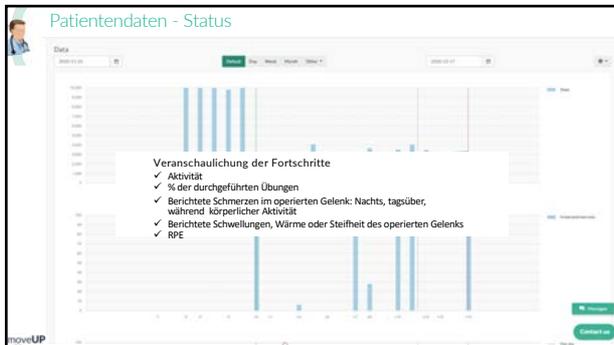
Klicken Sie auf Questionnaires, um alle Antworten auf die täglichen Fragen zu sehen.

47

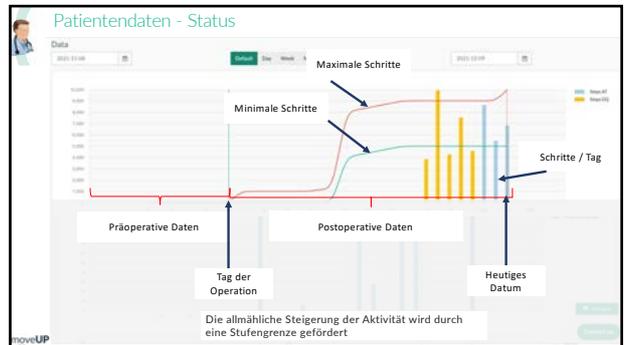
Patientendaten - Status

Nach unten scrollen

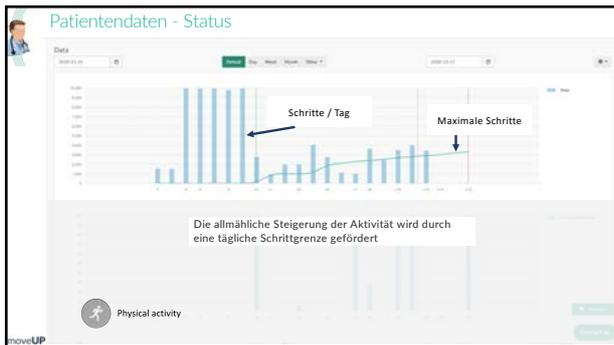
48



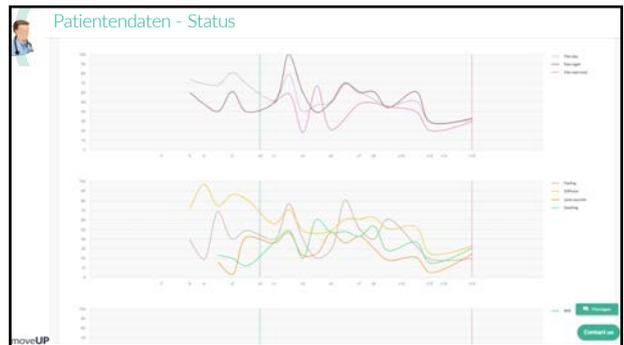
49



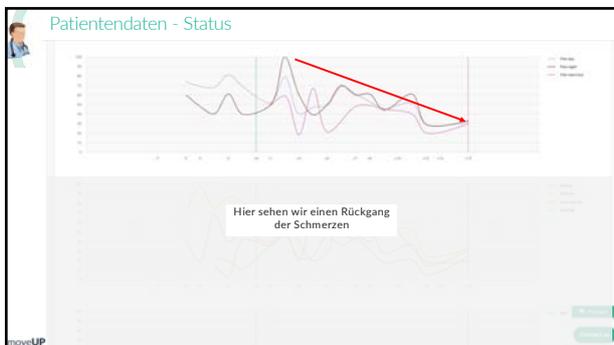
50



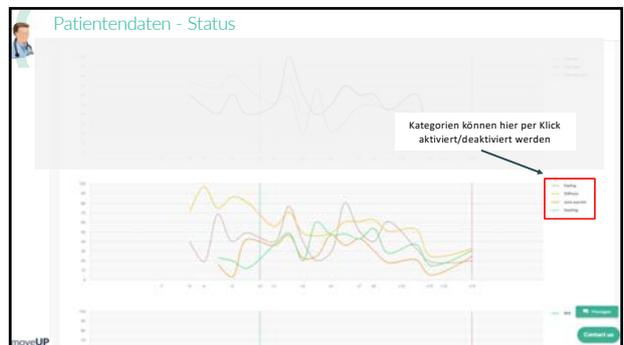
51



52



53



54



Patientendaten - Status

Input des Gesundheitsdienstleisters

- Anamnese
- Fragebögen
- Präoperative Daten
- ...

55

Patientendaten - Status

Sehen Sie die Antworten auf die medizinischen Fragebögen

56

Patientendaten - Status

Sehen Sie die Antworten auf die medizinischen Fragebögen

57

Medizinische Fragebögen

Klicken Sie, um Ergebnisse, Fragen und Antworten zu sehen

58

Medizinische Fragebögen

Ergebnisse		Ergebnisse
Formula Calculations		
	Name	Result
Ergebnis	Ergebnisse	11
Ergebnis	Ergebnisse	17
Ergebnis	Ergebnisse	19
Ergebnis	Ergebnisse	10

59

Medizinische Fragebögen

Fragen und Antworten		
ID	Questions	Answers
1	Stop in next plan	1
2	Stop in next plan	1
3	Stop in next plan	1
4	Stop in next plan	1
5	Stop in next plan	1

60



### Medizinische Fragebögen

Medical questionnaires

- Standard-Fragebogen-Patientendaten
- Standard-Fragebogen-Patientenaktivität
- AKS
- Individualisierte Karte
- Individualisierte QR-Code
- Individualisierte Karte**
- Prognose-Reportcard
- Prognose-Individualisierte Karte
- Prognose-Individualisierte QR-Code
- AKS-Individualisierte Karte
- Individualisierte Karte - online
- Individualisierte Karte - offline

Fragebögen die (noch) nicht ausgefüllt wurden

61

### Patientendaten - Status

Sehen Sie die Antworten auf die (täglichen) Fragebögen

62

### Tägliche Fragebögen

Questionnaires

- Standard-Fragebogen-Patientendaten
- Standard-Fragebogen-Patientenaktivität
- AKS
- Individualisierte Karte
- Individualisierte QR-Code
- Prognose-Reportcard
- Prognose-Individualisierte Karte
- Prognose-Individualisierte QR-Code
- AKS-Individualisierte Karte
- Individualisierte Karte - online
- Individualisierte Karte - offline

Klicken Sie um die Fragen und Antworten zu sehen

63

### Tägliche Fragebögen

Questionnaires

Fragebogen	Beantwortet	Beantwortet	Beantwortet	Beantwortet
Standard-Fragebogen-Patientendaten	20	20	20	20
Standard-Fragebogen-Patientenaktivität	20	20	20	20
AKS	20	20	20	20
Individualisierte Karte	20	20	20	20
Individualisierte QR-Code	20	20	20	20
Prognose-Reportcard	20	20	20	20
Prognose-Individualisierte Karte	20	20	20	20
Prognose-Individualisierte QR-Code	20	20	20	20
AKS-Individualisierte Karte	20	20	20	20
Individualisierte Karte - online	20	20	20	20
Individualisierte Karte - offline	20	20	20	20

64

### Patientendaten - Status

Sehen Sie das Behandlungsteam des Patienten: Physiotherapeuten und Ärzte, die eine therapeutische Verbindung zu diesem Patienten haben

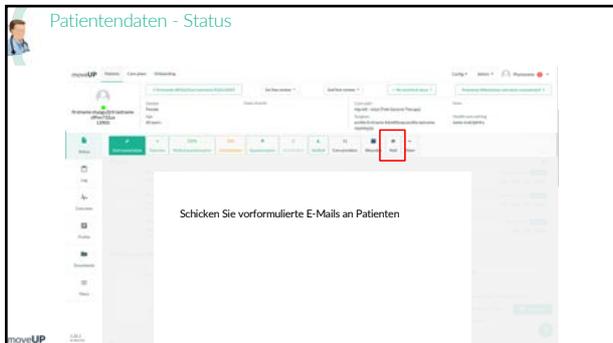
65

### Patientendaten - Status

Garmin-Aktivitätstracker verknüpft

Kein Aktivitätstracker verknüpft

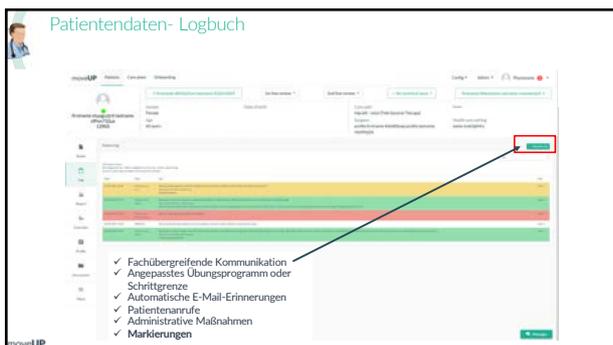
66



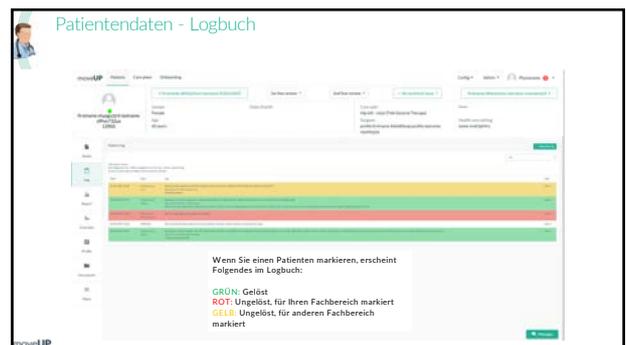
67



68



69



70



71



72



Der Bericht kann heruntergeladen und dem Patienten im PDF-Format zugeschickt werden. Dazu müssen Sie nur auf die Schaltfläche "Download report" klicken.

Es ist auch möglich, den Link zum Bericht direkt zu teilen, indem Sie auf die Schaltfläche "Copy report link" klicken.

73

# Patientendaten - Pflegeplan Anpassung der Patientenbehandlung

74

Patientendaten - Pflegeplan **Übungen**

75

Patientendaten - Pflegeplan **Übungen**

Übungen  
Aktivitätsgrenze

76

Patientendaten - Pflegeplan **Übungen**

Navigieren Sie zu einem früheren oder späteren Datum

77

Patientendaten - Pflegeplan **Übungen**

Sehen und passen Sie die maximale Schrittgrenze an

78



Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Klicken Sie auf "Speichern", um die Anzahl der Schritte für diesen Tag festzulegen (Beispiel: Tag 6)

79

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Mit einem Klick auf "Speichern & vorherige + zukünftige Tage aktualisieren" können Sie die Schrittzahl für vergangene und zukünftige Tage ändern. Hiermit können Sie beispielsweise die Schrittzahl für die nächsten 10 Tage anpassen.

Beispiel: Sie navigieren 10 Tage weiter (in diesem Fall zu Tag 16) und legen eine Schrittzahl von 4000 fest. In diesem Fall wird die Anzahl der Schritte bis zum 16. Tag langsam erhöht (siehe nächste Folie)

80

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Geben Sie z.B. '4000' ein

81

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Alle vorherigen und zukünftigen Tage werden automatisch aktualisiert

82

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Passen Sie die tägliche Mitteilung im Übungsschema an

83

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Sehen Sie die für heute geplanten Übungen  
Passen Sie die Häufigkeit und Intensität an

84



### Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Sehen Sie den Übungsplan und nehmen Sie Anpassungen vor

85

### Patientendaten - Pflegeplan

Jeder Patient erhält einen standardisierten Übungsplan, der auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist.

Blaue Häkchen bedeuten, dass die Übung aktiviert wurde.  
Graue Häkchen bedeuten, dass die Übung nicht aktiviert wurde.

86

### Patientendaten - Pflegeplan

Jeder Patient erhält einen standardisierten Übungsplan, der auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist.

Es gibt eine Planungsfunktion, mit der Sie Übungen über einen längeren Zeitraum hinweg planen können. (Klicken Sie auf *Advanced settings / Erweiterte Einstellungen*)

- Start day/End day:
  - Start day = der von Ihnen ausgewählte Starttag
  - End day = Geben Sie den Tag ein, an dem diese Übung enden soll
- Repeat Eingabefeld:
  - Wählen Sie, wie häufig die Übung bis zum Tagesende wiederholt werden soll
- Intensity/Frequency START:
  - Dies ist die Intensität/Frequenz zu Beginn des geplanten Übungszeitraums
- Intensity/Frequency TARGET:
  - Dies ist die Intensität/Frequenz am Ende des geplanten Übungszeitraums
  - Z.B. Starttag=10, Endtag=20, Intensität Start= 1, Intensität Ziel=10 => Am Tag 15 wird die Intensität automatisch berechnet und in diesem Fall auf 5 gesetzt.

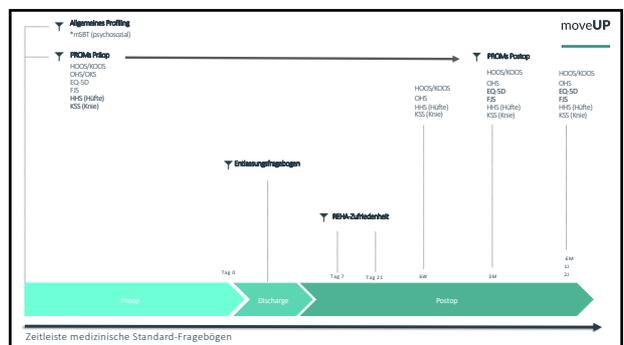
87

### Patientendaten - Pflegeplan Wiederkehrende Fragebögen

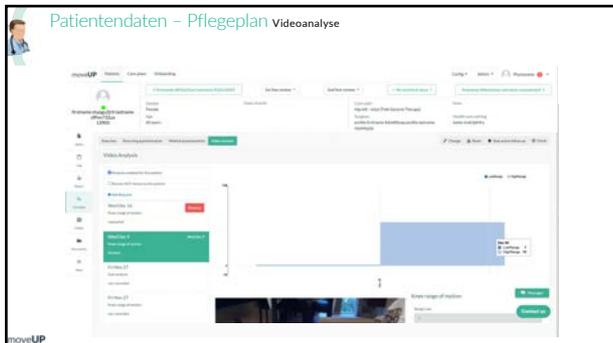
88

### Patientendaten - Pflegeplan Medizinische Fragebögen

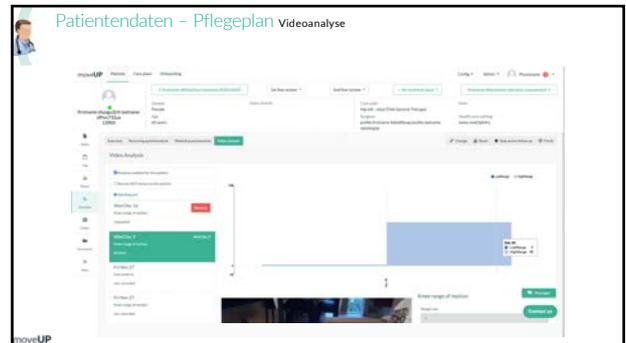
89



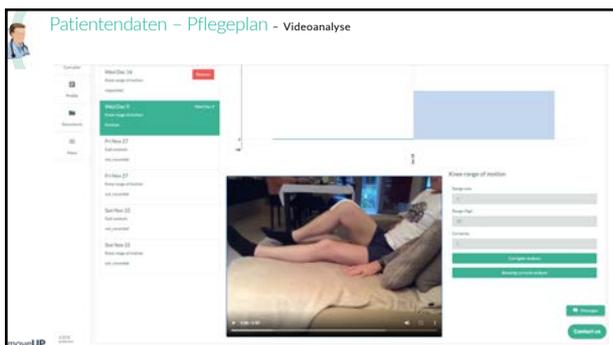
90



91



92



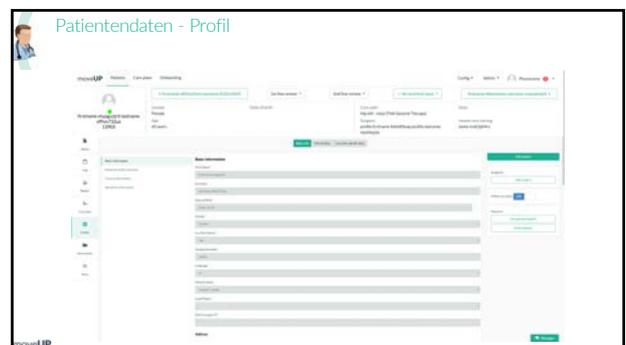
93



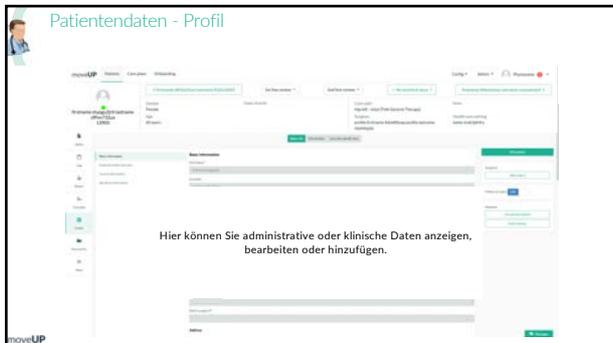
94

Patientendaten  
-  
Profil

95



96



97



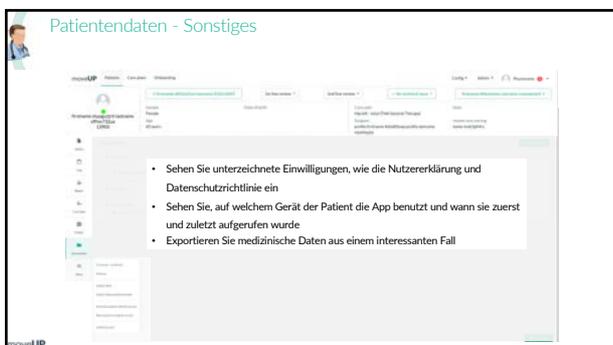
98



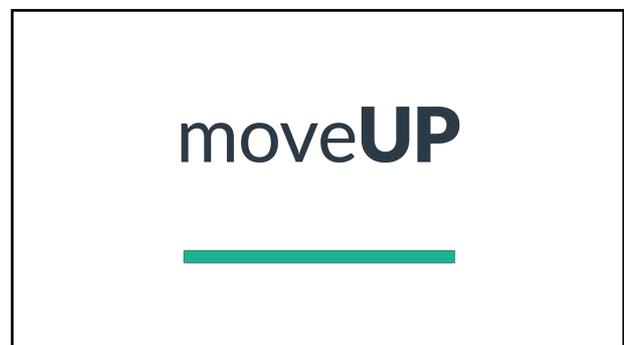
99



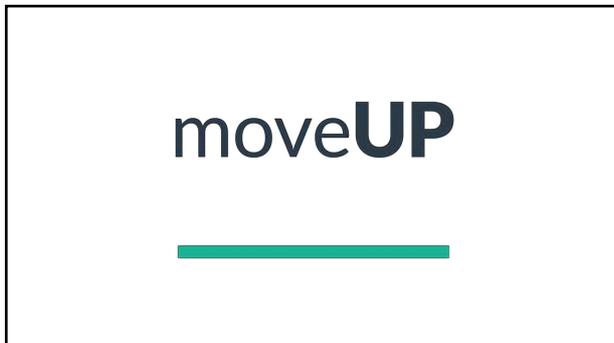
100



101



102



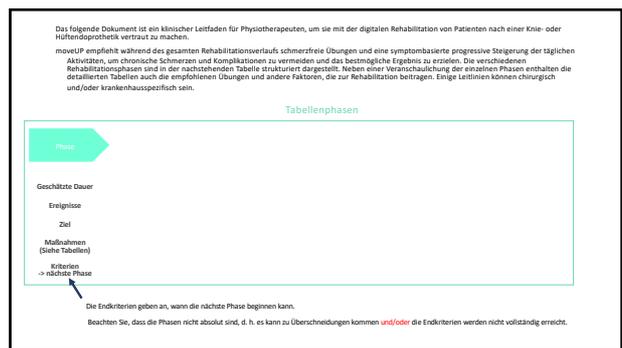
1



2



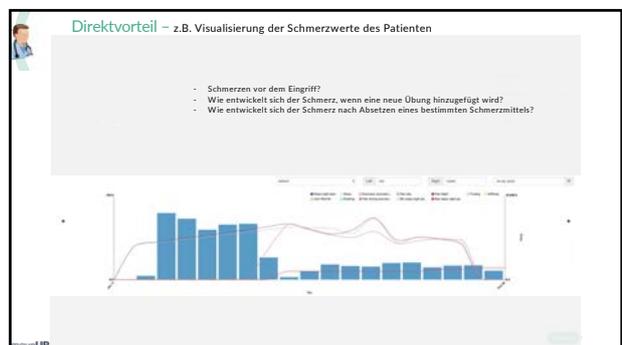
3



4



5



6



### Direktvorteil – z.B. Visualisierung der Patienten-Parameter: Gelenkwärme, Schwellungen

- Vom Patienten berichtete Beschwerden, wie Wärme und Schwellungen am operierten Gelenk, können nützliche Hinweise auf den Heilungsprozess geben.
- Unten sehen Sie einen Rückgang der vom Patienten berichteten Schwellungen (grün).

7

### Direktvorteil – z.B. Einblicke in die Aktivität des Patienten, die per Handgelenk-Aktivitätstracker verfolgt wird

Einblicke in das Aktivitätsniveau vor dem Eingriff

Einblicke in das Aktivitätsniveau nach dem Eingriff

- Welches Aktivitätsniveau erreicht der Patient?
- Steigt der Patient die Aktivität allmählich?
- Hält sich der Patient an das empfohlene Schrittmaximum?
- ...

8

### Direktvorteil – z.B. Einblicke in die Aktivitäten, Medikamenteneinnahme und Verwendung von Krücken

Übersicht der letzten 3 Tage: Aktivitäten, Medikamente, Krücken

- Überprüfen Sie die Einhaltung der verschriebenen Medikamente
- Fragen zu Medikamenten werden an die Ärzte weitergeleitet
- Überprüfen Sie, ob sich der Patient an die Krücken-Empfehlungen hält
- Geben Sie Tipps zum Übergang 2 -> 1 -> 0 Krücken
- Sehen Sie, welche Aktivitäten der Patient bereits wieder aufgenommen hat

Medikation	Medikation	Medikation	Medikation
Aspirin	Paracetamol	Codein	Codein
Codein	Codein	Codein	Codein
Codein	Codein	Codein	Codein
Codein	Codein	Codein	Codein
Codein	Codein	Codein	Codein

9

### Eskalation an Second-Line-Ärzte

Die Markierung wird automatisch zum Patienten-Logbuch hinzugefügt:

- Bild der Wunde
- Alarmierende oder atypische Parameter
- Hohe Schmerzweite und Möglichkeit zur Anpassung der Medikamente
- Nichteinhaltung der Medikamenteneinnahme
- Medikamenten-Fragen
- Zusätzliche Motivation
- ...

10

### Direktvorteil – Verfolgen Sie den Bewegungsumfang Ihres Patienten im Laufe der Zeit

11

### Direktvorteil – Evaluierung bestimmter PROMs

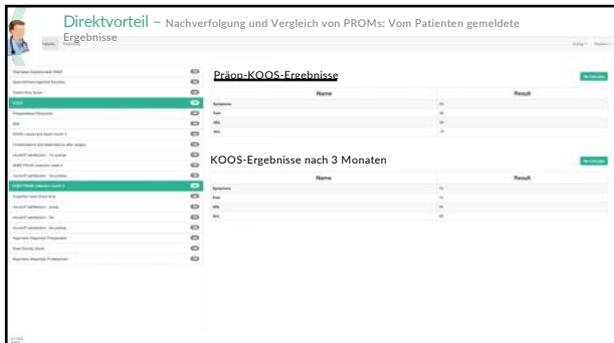
Formula Calculations

Name	Result
...	...

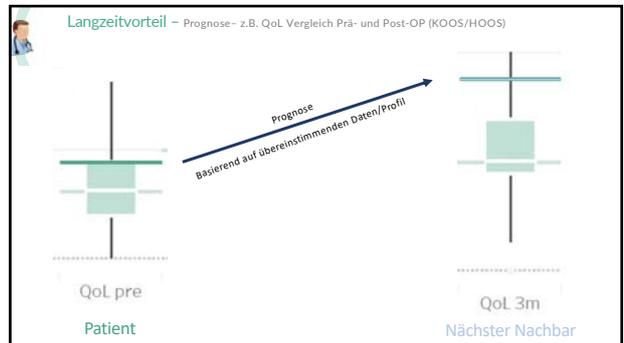
KOOS (NL-FR-EN)

Question	Answer
...	...

12



13



14

# Knie-Endoprothetik

Total  
Uni

15

Vorgang	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Voraussichtliche Dauer</b>	Tag 0-21	Tag 7-60	Tag 35-...
<b>Ereignisse</b>	Operation Krankenhausaufenthalt Entlassung Erste Woche zuhause Entfernung der Klammern	Erste postoperative Beratung 6 Wochen PROM-Auswertung	Zweite postoperative Beratung 3 Monate PROM-Auswertung Rückkehr zur Arbeit Autofahren
<b>Ziel</b>	Schutz des postoperativen Knies Vorbeugung von Komplikationen Schmerz- und Symptomkontrolle Wiedererlangung der Propriozeption Bewegung des Knies innerhalb der Schmerzgrenze	Allmählicher Rückgang der Schmerzen <2/10 Allmähliches Absetzen der Medikamente Wiedererlangung der Ausgangslage ohne Schmerzen ROM 0°/90° - Woche 4 Normalisiertes Gangbild Verbessertes Gleichgewicht/Koordination	ROM 0° - 120° Woche 8 Erreichen des vollen ROM 90° Knien Wiedererlangung der funktionellen Kraft
<b>Maßnahmen (Siehe Tabellen)</b>	Aufklärung & Unterstützung Überwachung beim Umgang mit Krücken Überwachung bei der Medikamenteneinnahme Beratung von schmerzfreien Übungen Kontrolle des Aktivitätsniveaus Überprüfung der Wunde Überprüfung der Mobilität	Aufklärung & Unterstützung Unterstützung beim Übergang von 2 → 1/0 Krücken Anpassung des Übungsplans Überwachung von Schwellungen/Wunden anhand von Bildern Hinzufügen von Nicht-Standardübungen	Anpassung des Übungsplans Sicherstellung des normalen Verlaufs Hinzufügen von Nicht-Standardübungen Abschluss der Rehabilitation
<b>Kriterien -&gt; nächste Phase</b>	Schutz & Aufklärung Schmerz- und Symptomkontrolle	Minimale /keine Schmerzen Minimale Wundergifft im Knie Absetzen von Schmerzmitteln oder gelegentlicher Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten KnieKAT positiv	Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausflüchte moveUP

16

Vorgang	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Hausübliche Quadrupel-Übung</b> - 3 x 15	05 - 04 15 Min. Durchführungsfördernde Übungen - 0 x 3 Min. Knieübungen - 3 x 10 Isometrische Quadrupel-Übung - 3 x 150 Prüfungen - 3 x 2 Min - 2 Krücken Knieübungen - 3 x 15 Drehübungen Beugen - 3 x 10	Hüft/Knie beugen und strecken im Stehen - 3 x 15 Knie Liebhaltungen wechsellastig - 2 x 1 Min Hüft/Vorbeugung bis Hüft/Vorwölbung - 3 x 10 Hüftbeugung und Knieerhebung Mobilisierungs auf Träger - 3 x 15 Mini-Kniebeugen - 3 x 10 Mittelschweres im Stehen - 3 x 15 Min.	Handgelenke - 3 x 15 Hüftbeugen im Stehen - 3 x 15 Stegsitzen - 3 x 10 Einbeiniger Stand - 3 x 10 Kleiner Ausfallschritt - 3 x 10 Aufschiebtritt nach vorne - 3 x 10 Aufschiebtritt zur Seite - 3 x 10 Bürste - 3 x 10

Knie-Tabelle: Übungen

17

Vorgang	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Aktivität</b>	1. Probe Durchschritt < 4000; - Schrittzmax. 1000/Tag 2. Probe Durchschritt 4000 - 5000; Schrittzmax. 1500/Tag 3. Probe Durchschritt > 9000; - Schrittzmax. 2000/Tag Ab Tag 5: + 100 Schritte/Tag	Allmähliche Steigerung auf 50-100% des präoperativen Schrittdurchschritts	Allmähliche Steigerung auf 75% - 100% oder > des präoperativen Schrittdurchschritts
<b>Medikamente</b>	Schmerzmittel: WHO 1-2 NSAR 2/Tag - 2 Wochen Blutverdünnende Medikamente	Schmerzmittel: WHO 1 NSAR 1/Tag - 2 Wochen	Schmerzmittel absetzen Keine NSAR
<b>Mobilität</b>	Schmerzfreie Mobilisierungsübungen ohne Druck	ROM 0°/90° 4. Woche Fokus auf volle Streckung	ROM 0° - 130° 8. Woche Voller ROM
<b>Krücken</b>	2 Krücken	2 oder 1 Krücke	Keine Krücken
<b>Heimtrainer</b>	Kein Heimtrainer	Heimtrainer ohne Widerstand	Heimtrainer mit Widerstand
<b>Radfahren</b>		kein Radfahren	Radfahren nach Absprache mit Chirg
<b>Autofahren</b>		Autofahren (wenn sich der Patient sicher fühlt) *Prüfen, ob Ausfahrten von Chirgen oder PTZ-Verordnung genehmigt werden muss	

Knie-Tabelle: Aktivität - Medikamente (Siehe Anhang) - ROM - ...

18



Vorgabe	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
Aktivität	Hohe Aktivität 90% präop Ungezielte einseitige Belastung Springen Laufen/Joggen Radfahren Belastende Aktivitäten oder Sport	Hohe Aktivität > 90% präop Springen Laufen/Joggen Hochbelastende Aktivitäten oder Sport	Springen Laufen/Joggen Hochbelastende Aktivitäten oder Sport → Abhängig vom Chirurgen
Übungen	Schmerzauslösende Übungen Starke Widerstandsübungen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Ausführung Schmerzen verursachen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Ausführung Schmerzen verursachen
Mobilität	Erzwungene Beugung/ Streckung	Erzwungene Beugung/ Streckung	Erzwungene Beugung/ Streckung
Kriechen	Keine Kriechen	Keine Kriechen für lange Strecken	
Schmerzen	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen
Schlaf	Ausruhen/schlafen mit gebeugtem Knie (z.B. Kissen unter operiertem Gelenk)	Ausruhen/schlafen mit gebeugtem Knie (z.B. Kissen unter operiertem Gelenk)	Ausruhen/schlafen mit gebeugtem Knie (z.B. Kissen unter operiertem Gelenk)

**DON'Ts** Knie-Tabelle: Don'ts – Kontraindikationen

moveUP

19

### Krankenhausaufenthalt & Schutz nach einer Knieop

In der ersten postoperativen Phase:

- Die Schmerzpflicht liegt auf dem Schutz des postoperativen Kniees und der Aufklärung des Patienten über die verschiedenen Medikamenteneinnahmen, Kriechen, Besitzen, Eis auflegen, sich schonen und das Operieren des Kniegelenks.
- Spiegelkontrollen: Neutreten Sie, Schwellen, Wärme und Schwellungen so schnell wie möglich in den Griff zu bekommen. Anhaltende Schwellungen, Schmerzen und Wärme können die Rehabilitation beeinträchtigen. Daher ist die Kontrolle und Vermeidung dieser Parameter entscheidend.
- Mobilisationsübungen mit geringer Belastung: Motivieren Sie den Patienten, häufig Mobilisationsübungen mit geringer Belastung auszuführen. Regelmäßige Funktionstrainer reduzieren den Bedarf.

**Wie?**

Übungen: Jede der Übungen in der Tabelle, Vorwärts und Rückwärtsgehübungen (Übungen mit hoher Mobilisation), Durchbewegungsübungen (Übungen mit hoher Mobilisation) sind zu vermeiden, bis Sie von Ihrem Chirurgen freigegeben sind. Die Durchführung dieser Übungen ist abhängig von der Art der Knieoperation und dem Grad der Mobilisation. Diese Übungen sind ein wichtiger Bestandteil der Rehabilitation. Die Durchführung dieser Übungen ist abhängig von der Art der Knieoperation und dem Grad der Mobilisation.

**Geht es bei den Übungen um die Förderung und die maximale Gelenkbewegung?**

**Aktivität:** Aktivitätsanforderungen werden in Form eines täglichen, personalisierten Schrittzählens angegeben. (Siehe Tabelle als Referenz)

**Die Nachsorgefunktion:** Damit diese, dem Patienten aufzuklären, zu motivieren, Belästigen anzusprechen, Fragen zu beantworten und therapeutische Maßnahmen zu klären.

**Die Verwendung von Kriechen sollte über Nacht werden:** Kriechen ist wichtig, um Knie zu vermeiden und die Belastung des Kniees zu verringern, damit die Wundheilung Zeit zum Heilen haben.

**Geht es bei den Übungen um die Förderung und die maximale Gelenkbewegung?**

**Die Bewegungskontrolle des Kniees wird durch mechanische Vorrichtungen erreicht:** Die erste Mobilisationsübung erfolgt am 1. Tag, diese erste Überprüfung dient als Referenzpunkt, um Verbesserungen zu verfolgen. Bei der Knieoperation muss sich auf den Bewegungskontrolle (z. B. Kriechen von Bewegungskontrolle), hohe Spannung eines Kniees und Kompression beachten. Die Kriechen einer vollen Streckung ohne Überstreckung hat zu Beginn der Rehabilitation keine Priorität.

**Was passiert, wenn...**

1) Der Patient bekommt eine Schwellung nicht unter Kontrolle? Ist das Knie können berührt werden, um Kriechen zu vermeiden, um die Wundheilung zu fördern, und die Wundheilung zu fördern. Die Wundheilung der Wundheilung zu fördern, um die Wundheilung zu fördern. Die Wundheilung der Wundheilung zu fördern, um die Wundheilung zu fördern.

2) Der Patient möchte eine "Voll-Finger" bei blauen Wunden, Wundheilung, Magenproblemen, Fieber, postoperativer Übelkeit, Brechreiz beim Hausarzt, Mobilisationsanforderungen oder anderen Anzeichen für Komplikationen sollte zu einem Arzt gehen.

3) Die Wundheilung der Wundheilung zu fördern, um die Wundheilung zu fördern. Die Wundheilung der Wundheilung zu fördern, um die Wundheilung zu fördern. Die Wundheilung der Wundheilung zu fördern, um die Wundheilung zu fördern.

20

### Allgemeine Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach der Knieop

Übungen (siehe Tabelle)	Nachrichten	Überprüfung
Standard Schema	Fragen • Weist die OP verlaufen? • Nachricht nach Entlassung • Wechselt mit den Übungen?	Therapie-Compliance
Hohe Aktivität -> Durchblutungsfördernde Übungen nicht länger erforderlich	Rückmeldung • Schmerzen im Griff • Nüchternliche Schwellungen • Wärme, Rötlichkeit, Schwellungen... • Entfernen der Klammern  Fördern • Bewegung • Entfernung der Schmerzmittel • Verwendung von Kriechen • Eis- & Hochlagern • Vermeidung von Schmerzen • Einnahme der verschriebenen Medikamente	BSI Video RCM Frühe RCM/Fortschritte (BF nicht erforderlich) Schwellungen Wärme  Vermeidung von Kriechen Medikamenteneinnahme Tägliche Aktivität und Schrittzähler

Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach der Knieop

moveUP

21

### Schutz nach der Knieop

✓ Schutz & Aufklärung  
 ✓ Schmerz- & Symptomkontrolle

### Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

#### KRITERIEN

- ✓ Der Patient hält sich an die Richtlinien für die postoperative Rehabilitation.
- ✓ Der Patient hat ein Gleichgewicht zwischen geringer Belastung, regelmäßigen, einfachen Übungen und Schonung gefunden, um postoperative Schmerzen und Schwellungen zu reduzieren/im Griff zu behalten.
- ✓ Der Übergang zur nächsten Phase wird empfohlen, wenn der Patient die postoperativen Beschwerden im Griff hat.

Übergangsphase nach Knieop -> Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

22

### Rückkehr zur täglichen Aktivität:

In der zweiten postoperativen Phase:

- Stellen Sie einen kontinuierlichen Rückgang der Symptome und Schmerzen an, während die WMD-Medikation vom Tag 1-2 auf ein Minimum reduziert und gleichzeitig die Belastung durch neue Übungen und eine gesteigerte Aktivität erhöht.
- Unterstützen Sie den Patienten dabei, das richtige Gleichgewicht zwischen Schonung und Aktivität zu finden.

**Wie?**

Übungen: Brufen Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle. Personalisieren Sie die Übungen (variieren oder verstärken) im Übungsschema basierend auf den täglichen Parametern. Es werden in der Regel 3-4 Übungen pro Tag empfohlen. Bei neuen Tagen der Wundheilung sind sicherere Übungen während der gesamten Rehabilitation. Diese sollte auch beim Entfernen von Klammern aus der zweiten Phase und/oder beim Hochlagern neuer Übungen eine positive Einwirkung zu erkennen sein. Die Durchführung der Übungen sollte keine Schmerzen, Wärme und/oder Schwellungen hervorrufen. Es wird weiterhin empfohlen, das Operieren fern zu halten und hochzulagern, um diese Parameter vollständig in den Griff zu bekommen.

**Aktivität:** Aktivitätsanforderungen werden weiter in Form eines täglichen, personalisierten Schrittzählens angegeben.

- Bei einer positiven Entwicklung darf der Patient seine Aktivität um 100-200 Schritte pro Tag steigern.
- Bei einer negativen Entwicklung sollte der Patient sich Aktivitätsniveau beibehalten oder sich mehr Ruhe gönnen (Reduzierung der Aktivität).
- Symptomfragen sollten während der gesamten Rehabilitation beantwortet werden (siehe Tabelle als Referenz).

**Die Nachsorgefunktion:** Damit diese, dem Patienten aufzuklären, zu motivieren, Belästigen anzusprechen, Fragen zu beantworten und therapeutische Maßnahmen zu klären.

**Geht es bei den Übungen um die Förderung und die maximale Gelenkbewegung?** (Siehe Tabelle als Referenz)

**Die Verwendung von Kriechen:** Der Übergang von 1 auf 2 und 2 auf 3 Kriechen sollte gefördert werden, wenn der Patient schmerzfrei ist und sich sicher fühlt.

**Bewegungskontrolle des Kniees:** Es ist wichtig, eine kontinuierliche Verbesserung des aktiven Bewegungskontrollen zu erreichen. Ein Minimum von 90° aktiver Beugung sollte vor Ende der 6. Woche erreicht werden. In den seltenen Fällen, werden Sie sich an den behandelnden Chirurgen. Die volle Streckung wird täglich durch Knieeinigungsübungen erreicht und der Patient erhält Zusatzenhilfe, sich nach dem Gehen und Sitzen auf der Seite Streckung zu kontrollieren. Bei der ersten oder zweiten Woche wird diese Aktivität, in die Schrittzähler einbezogen. Wenn die tägliche Streckungsfähigkeit eine Verbesserung wird in dieser Phase nach der Einstellung des Patienten durch die postoperative Knie-Einstellung erfolgt. Vergleichbar zu prä- und postoperative Ergebnisse und geben Sie dem Patienten Feedback. In den meisten Fällen nicht die Bestätigung eines anderen Verlusts, bis am Ende dieser Phase und die globale Fortschritte zu sehen, aber natürlich sollte der Patient immer noch Verbesserungen erleben. Die meisten Patienten haben bis zu 90° Mobilität nach dem 10. Tag postoperativ.

23

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

Übungen (siehe Tabelle)	Nachrichten	Überprüfung
Anpassung des Übungsschemas: Vorziehen oder Aufheben von Übungen der Phase 2	Fragen • Wie ver die erste postoperative Beratung?  Rückmeldung • Abwechslung der Bewegung und Aktivität • Reduzierung der Schmerzmittel auf die geringste effektive Dosis (mit 1-2 Medikamenten) • Zusicherung und Unterstützung bei Höhen und Tiefen • RCM/Fortschritte • Zielplan 2 -> 1 / Drücken • Auf dem Weg zu hervorragenden Ergebnissen  Fördern • Schriftlicher Aufbau der Basiskraft und ADL ohne Schmerzen • RCM bei täglichen Aktivitäten	• Reaktion auf Anpassungen des Übungsschemas • Wundheilung  PRCM: Präop vs 6. Woche  Knie RCM (BF vor der 4. Woche) Gangstabil

Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

moveUP

24



Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

 ✓ Minimale Schmerzen  
 ✓ Keine oder nur begrenzt Schmerzmittel
 
Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

### KRITERIEN

- ✓ Minimale / keine Schmerzen
- ✓ Minimales Wärmegefühl im Knie
- ✓ Keine Schmerzmittel oder nur gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten
- ✓ Keine NSAR
- ✓ Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte...

Übergangsphase Rückkehr zu Alltagsaktivitäten -> Rückkehr zu aktivem Lebensstil

25

### Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

In der dritten postoperativen Phase:

- Schwerpunkt auf funktionelle Kräftigungen.

**Übergang:** Beachten Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle. Folgen Sie die Übungen nach und nach. Nach 10 bis 15 Minuten sollten Sie sich dabei präsentieren auf die Parameter des Patienten in der Größe oder Farbe. Vergleichen Sie nicht, die Übungen aus dem vorherigen Phase zu vermeiden. In einem maximal 6 Übungen pro Tag empfohlen.

**Vorher:** Sie mit den funktionellen Kräftigungen beginnen, müssen Schmerzen, Wärme und Schwellung stark und minimal sein. Die Medikamente sind zu diesem Zeitpunkt eingeschickt oder abgesetzt. Während und nach den funktionellen Kräftigungen sollte diese Parameter weiter stark und/oder minimal bleiben, da keine weiteren Kräftigungen bestehen, die diesen Parameter zu erhöhen. Während dieser Phase kann die Kühlung am Ende eines langen Tages immer noch hilfreich sein.

**Aktivität:** Fördern Sie die allmähliche Steigerung der Aktivität. Geben Sie Empfehlungen zu körperlicher Aktivität im Allgemeinen.

**Die Nachsorgefunktion:** In dieser Phase ist oft eine Beteiligung des normalen Verlaufs erforderlich. Was Sie darauf hin, dass die meisten Patienten bis zu 3 Jahr nach der Operation eine positive Entwicklung bestehen.

**Gangbild:** In der Videosanalyse werden der Fortschritt und die neurow Funktion überprüft, inkl. Überprüfung auf Überkompensation.

**Bewegungsfähigkeit:** Nachdem die Schwellungen und Schmerzen auf ein Minimum reduziert sind, sollte sich die Beweglichkeit etwa in Woche 8-10 auf 0-110° entwickelt haben. Beachten Sie, dass der erreichte Bewegungsradius von dem Grad der Flexion vor der Operation abhängt.

**Schritte:** Sie die Rehabilitation ab, indem Sie überprüfen, ob alle Erwartungen erfüllt wurden. Sie können die Zufriedenheit des Patienten und das Ergebnis bei der RCM Erhebung nach 3 Monaten überprüfen.

26

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
Anpassung des Übungsschemas: Vorzeichen oder Aufzeichen von bestimmten Übungen	<b>Fragen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die 3-Monats-Beratung?</li> <li>• Wie weit sind Sie von Ihren Zielen/Erwartungen entfernt?</li> <li>• Gibt es Bewegungen/Situationen, die noch schwierig/schmerzhaft sind?</li> </ul>	Reaktion bei höherer Belastung
Funktionelle Kraft	<b>Rückmeldung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Richtiger Zeitpunkt 1 -&gt; 0 Krücken</li> <li>• RZK bis nach 3 Monaten</li> </ul>	RCM Videos Gangbild Videos Patientenzufriedenheit
	<b>Fördern</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückkehr zur Arbeit</li> <li>• Vollständige Knie-Heilung</li> </ul>	
		Funktioneller RCM (L107 + volle Streckung) Normales Gangmuster

Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

27

### ANSATZ Knie-Endoprothetik

**Prep** | **Tag 0** | **Tag 1-21** | **Tag 35** | **Tag 45** | **Tag 60** | **Tag 90** | **Tag 120**

- Prep:** Kniekniebauaufenthalt, Unternehmbarkeit nach Knieoperation
- Tag 0:** Operation - Kniekniebauaufenthalt: Tag 0 bis Tag 4-5
  - An Bedarf und Patientenprofil angepasst
  - Kniekniebauaufenthalt (Stund und Stunde)
  - Hüftlagerung und Durchblutung
- Tag 0 bis Tag 21:** Symptomkontrolle, Propriozeption und Mobilität: Tag 0 bis Tag 21
  - Rückgang von Schwellungen und Schmerzen, volle Streckung, 90° Bewegung
  - Erste Woche zuhause
  - Propriozeption: Qualitäts-Übung
- Tag 7 bis Tag 60:** Belastung und Mobilität: Tag 7 bis Tag 60
  - Vermeidung von Unter- und Überbelastung und Aufbau der ACL
  - Biss-Mobilität, Flexion, direkte Bewegung, Streckhaltung
  - Bisskraft: Solches Zehenklappen/Mini-Kniebeugen...
- Tag 35:** Funktionelle Kraft: ab Tag 35
  - Niedrige bis höhere Belastung
  - Funktionelle Kraft: ab Tag 35
- Tag 45:** Funktionelle Kraft: ab Tag 45
  - Funktionelle Kraft: ab Tag 45
- Tag 60:** Rückkehr zu Alltagsaktivitäten
- Tag 90:** Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

28

### Hüftendoprothetik



Anteriorer Ansatz  
 • DAA  
 • ALA  
 Posteriorer Ansatz

29

Verfahren	Kniekniebauaufenthalt Unmittelbar nach Hüftoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Geschätzte Dauer</b>	Day 0 - 21	Tag 10 - 60	Tag 35 - ...
<b>Ereignisse</b>	Operation Kniekniebauaufenthalt Entlassung Entfernung der Klammern	Erste postoperative Beratung --	Zweite postoperative Beratung Rückkehr zur Arbeit Autofahren --
<b>Ziel</b>	Schutz der postoperativen Hüfte Vorbeugung von Komplikationen Schmerz- und Symptomkontrolle Wiedererlangung der Propriozeption	Allmählicher Rückgang der Schmerzen <2/10 Allmähliches Absetzen der Medikamente Wiedererlangung der Ausgangskraft Normalisiertes Gangbild Verhinderung/Minimierung von Leistschmerzen Grundlegendes Gleichgewicht/Koordination	Voller RCM 0 Krücken Funktionelle Kraft
<b>Maßnahmen (Siehe Tabellen)</b>	Aufklärung & Unterstützung Überwachung beim Umgang mit Krücken Überwachung bei der Medikamenteneinnahme Bereitstellung von schmerzhafte Übungen Kontrolle des Aktivitätsniveaus Überprüfung der Wunde Überprüfung des Gangs	Aufklärung & Unterstützung Unterstützung beim Übergang von 2 -> 1/0 Krücken Anpassung des Übungsplans	
<b>Kriterien -&gt; nächste Phase</b>	Schmerz- & Symptomkontrolle Schutz & Aufklärung	Minimale / Keine Schmerzen Absetzen von Schmerzmitteln oder gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten	Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte...

Phasen Hüfte

30



Tabelle HÜFT-ANSATZ: Unterschiede Anterior - Posterior

31

### Unterschiede in der chirurgischen Vorgehensweise

#### Anteriores Protokoll

1 Anfälliger für Hüftbeuger-Reizungen

- Vermeiden Sie Streckungen über 90 Grad
- Vermeiden Sie Außenrotationen über 90 Grad

**Tägliches Übungsschema bei anterioem Ansatz:**

Weniger Fokus auf Hüftbeuge-Übungen während der akuten Phase, z.B.:

- Dreifache Beugung (mit Unterstützung) 3x1: d7-d11-d15-d19 - ...
- Hüftbeugung bis Streckung 3x1: d9-d13-d17-d21 - ...

Mehr Fokus auf Abduktoren- und Gesäßmuskul-Übungen, z.B.:

- Seitliches Zehenklappen (3x15): d5-d7-d9
- Abduktion (3x15): d11-d13-d15 - ...
- Mini-Kniebeugen (3x10): d10-d12-d14 - ...

#### Posteriores Protokoll

1 Anfälliger für Abduktoren-Schwäche und/oder Reizungen

- Vermeiden Sie die Hüftbeugung über 90 Grad
- Vermeiden Sie die Innenrotation über die Neutralstellung
- Vermeiden Sie die Aduktion über die Neutralstellung

**Tägliches Übungsschema bei posterioem Ansatz:**

Mehr Fokus auf Hüftbeuge-Übungen, z.B.:

- Dreifache Beugung (ohne Unterstützung) 3x10: d5-d7-d9-d11 - ...
- Hüftbeugung bis Streckung 3x10: d6-d8-d10-d12 - ...

Weniger Fokus auf Abduktoren- und Gesäßmuskul-Übungen, z.B.:

- Seitliches Zehenklappen (3x10): d7-d11-d13
- Abduktion (3x10): d15-d17-d19 - ...
- Mini-Kniebeugen (3x10): d14-d16-d18 - ...

32

Vorgehen	Krankenhausaufenthalt Überrittbar nach Hüftoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Altektivität</b>	1. Präop Durchschritt < 4000 Schritte/Tag 2. Präop Durchschritt 4000 - 9000 Schritte/Tag 3. Präop Durchschritt > 9000 Schritte/Tag Ab Tag 5: = 100 Schritte/Tag	Allmähliche Steigerung auf 50-100m des präoperativen Schritt-Durchschritts <b>Positive Entwicklung</b> *100-200 Schritte/Tag <b>Neutrale Entwicklung</b> a. Schrittlänge beibehalten b. Schrittlänge senken	Allmähliche Steigerung auf 75% -100% oder > des präoperativen Schritt-Durchschritts <b>Positive Entwicklung</b> *100-200 Schritte/Tag <b>Neutrale Entwicklung</b> a. Schrittlänge beibehalten b. Schrittlänge senken
<b>Medikamente</b>	Schmerzmittel WHO 1 - 2 NSAR 2/Tag - 2 Wochen Blutverdünnende Medikamente	Schmerzmittel WHO 1 NSAR 1/Tag - 2 Wochen	Schmerzmittel absetzen Keine NSAR
<b>Mobilität</b>	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck
<b>Krücken</b>	2 Krücken	2 oder 1 Krücke	Keine Krücken
<b>Heimtrainer</b>	Kein Heimtrainer	Heimtrainer ohne Widerstand	Heimtrainer mit Widerstand
<b>Radfahren</b>			Radfahren nach Absprache mit Chirg
<b>Autofahren</b>		Autofahren (wenn sich der Patient sicher fühlt) *Prüfen, ob Autofahren vom Chirgen oder Kfz-Werkstätten genehmigt werden muss	

33

Vorgehen	Krankenhausaufenthalt Überrittbar nach Hüftop	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Aktivität</b>	Hohe Aktivität >50% präop Radfahren	Hohe Aktivität >100% präop Radfahren	Springen Laufen/Joggen Hochbelastende Aktivitäten oder Sport -> Abhängig vom Chirgen
<b>Übungen</b>	Schmerzauslösende Übungen Starke Widerstandsübungen Beinheben mit grossem Bein (BR)	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Auslösung Schmerzen verursachen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Auslösung Schmerzen verursachen
<b>Mobilität</b>	a. Übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Endrotation - Neutral Aduktion > Mittellinie	a. Übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Endrotation - Neutral Aduktion > Mittellinie	a. Schmerzhaft übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Endrotation - Neutral Aduktion > Mittellinie
<b>Krücken</b>	Keine Krücken	Keine Verwendung von Krücken bei dysfunktionalem (Pfeilmark) Gehgänger oder für lange Strecken	Keine Verwendung von Krücken bei dysfunktionalem (Pfeilmark) Gehgänger
<b>Schmerz</b>	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen Schlafen auf nicht-operierter und/oder operierter Seite (je nach Chirg)	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen Schlafen auf nicht-operierter und/oder operierter Seite (je nach Chirg)	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen

Table hip: Don'ts - Contra-indications

34

### Krankenhausaufenthalt & Schutz nach einer Hüftop

In der ersten postoperativen Phase:

- Der Schwerpunkt liegt auf dem Schutz der postoperativen Hüfte und der Aufklärung des Patienten. Der Patient sollte die verschriebenen Medikamente einnehmen, Krücken benutzen, Eis auflegen und sich ausruhen
- Symptomkontrolle: Versuchen Sie, Schmerzen, Wärme und Schwellungen so schnell wie möglich in den Griff zu bekommen.
- Mobilisationsübungen mit geringer Belastung: Mobilisieren Sie den Patienten, häufig Mobilisationsübungen mit geringer/geringer Belastung auszuführen, regelmäßige Positionswechsel reduzieren Risiken.
- Achtung!
  - Vermeiden Sie das Sitzen (maximal 30 Minuten)
  - Vermeiden Sie das Liegen (maximal 2 Stunden)

**Was?**

Übungen: Siehe die Übungen in der Tabelle. Vorweg sind Durchblutungsfördernde Übungen und leichte Mobilisationsübungen. Durchblutungsfördernde Übungen helfen, postoperative Flüssigkeitsansammlungen abzubauen und Thrombosen vorzubeugen. Die Übungen zielen darauf ab, die Muskulatur zu stärken und die Übergangsbewegungen zu erleichtern. In der ersten Phase sind die Übungen, die Schmerzen, Schwellungen, Steifheit und Wärme hervorrufen, müssen vermieden werden, nach während einer persönlichen Übung/ Aktivitäts-Übersicht werden in Form eines täglichen, personalisierten Schrittmachers angegeben (siehe Tabelle).

Die Rückkehr zum aktiven Leben ist ein Prozess, der Zeit braucht, um zu verstehen, was Sie tun können und was Sie vermeiden sollten. Die meisten Patienten werden innerhalb von 2 bis 3 Wochen nach Hause entlassen.

**Gangbild:** Bei der Vorbereitung werden die Fertigkeit und die neutrale Fußstellung überprüft.

Wichtig ist, wenn:

- 1) Der Patient bekommt einen Schmerz nicht oder nur kurzzeitig? Hat ein Arzt einen Bescheid gegeben, um ein Rezept für Medikamente zu geben. Das meiste Hüft-Patienten wird empfohlen, ein WHO Schmerzmittel einnehmen, wenn Schmerzen auftreten.
- 2) Der Patient meldet eine "rote Flagge"? Bei blauen Wunden, Wundabzügen, Magenschmerzen, Fieber, postoperativer Übelkeit, Besuch beim Hausarzt, Medikamentenverfälschungen oder anderen Anzeichen für Komplikationen sollten Sie sofort zum Arzt gehen.

Die Fähigkeit der Rehabilitation ist ein Prozess, der Zeit braucht, um zu verstehen, was Sie tun können und was Sie vermeiden sollten. Die meisten Patienten werden innerhalb von 2 bis 3 Wochen nach dem Eingriff entlassen. Sie sind auf die Fähigkeit der Patienten, die Krücken mit einem Pfleger abgeben zu können. In der ersten Phase sollte der Patient die Krücken bis zu einem Tag (mit Genehmigung) verwenden, um die Übung, wenn möglich, selbst zu tun. Manche Patienten werden gebeten, in einem Fall einen Pfleger einzufordern. Der Patient kann dazwischen, vorher oder nicht den Bedarf schätzen.

35

### Allgemeine Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach Hüftop

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
Standard Schema	Fragen	Therapie-Compliance
Hohe Aktivität - durchblutungsfördernde Übungen nicht länger erforderlich	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ist die OP verlaufen?</li> <li>• Nachricht nach Entlassung</li> <li>• Entlasten der Krücken</li> <li>• Wie hat es mit den Übungen?</li> </ul>	
	Rückmeldung	Hintrag-Bild Schwellungen Wärme
	Fürstern	Verwendung von Krücken Medikamenteneinnahme Tägliche Aktivität- und Schrittzähler
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmerzen im Giff</li> <li>• Negative Schwellungen</li> <li>• Wärme, Steifheit, Schwellungen...</li> <li>• Übergang von 2 zu 1 Krücke: sicher und schmerzfrei?</li> </ul>	

Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach Hüftop

36



Schutz nach der Hüftop → ✓ Schutz & Aufklärung  
✓ Schmerz- &  
Symptomkontrolle → Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

### KRITERIEN

- ✓ Der Patient hält sich an die Richtlinien für die postoperative Rehabilitation.
- ✓ Der Patient hat ein Gleichgewicht zwischen geringer Belastung, regelmäßigen, einfachen Übungen und Schonung gefunden, um postoperative Schmerzen und Schwellungen zu reduzieren/im Griff zu behalten.
- ✓ Der Übergang zur nächsten Phase wird empfohlen, wenn der Patient die postoperativen Beschwerden im Griff hat.

Übergangsphase nach Hüftop → Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

37

### Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

In der zweiten postoperativen Phase:

- Besuchen Sie einen kontinuierlichen Rückgang der Symptome und Schmerzen an, während Sie die WHO-Medikamente vom Typ 1-3 auf ein Minimum reduzieren und gleichzeitig die Belastung durch neue Übungen und eine geringere Aktivität erhöhen.
- **WICHTIG:** Es ist ein klares Überdosis über die Entwicklung des Patienten in der ersten postoperativen Phase haben, können Sie den Patienten dabei unterstützen, das richtige Gleichgewicht zwischen Ruhe und Aktivität zu finden.

**Achtung:**

- Anteriorer Ansatz (APHA): Siehe Hinweise in Tabelle
- Posteriorer Ansatz (PPHA): Siehe Hinweise in Tabelle

**Wart:**

Übungen: Besuchen Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle. Personalisieren Sie die Übungen (zeitlich oder vergrößert) im Übungsschema basierend auf den täglichen Parametern. Bei mangelndem Nutzen wird auf kontrollierte und schmerzfreie Übungen während der gesamten Rehabilitation. Dabei sollte auch beim Erhitzen von Übungen aus der vorherigen Phase umföhrer beim vorliegenden neuer Übungen eine positive Entwicklung zu erkennen sein. Die Quantifizierung der Übungen sollte keine Schmerzen, Müdigkeit und/oder Schwellungen hervorruft. Kalten und Hochlagen werden weiter empfohlen, um diese Parameter vollständig in den Griff zu bekommen.

**Anteriorer Ansatz: Fokus auf Hüftstabilität, weniger Fokus auf weitere Regeln**

- Leistungsübungen können häufig nach Vollqualifikationsprüfung auf, umsetzen Sie vorübergehend einengen.
- Bei einer positiven Entwicklung darf der Patient seine Aktivität um 300-500 Schritte pro Tag steigern.
- Bei einer negativen Entwicklung sollte der Patient sein Aktivitätsniveau beibehalten oder sich mehr Ruhe gönnen (Reduzierung der Aktivität).
- Sportänderungen sollten während der gesamten Rehabilitation vermieden werden (siehe Tabelle zu Referenz).

**Die Nachsorgefunktion** wird nach wie vor häufig genutzt, um den Patienten zu motivieren, Bedenken auszuräumen und Fragen zu beantworten.

**Verwendung von Krücken:** Der Übergang von 2 auf 1 und 1 auf keine Krücken sollte gefördert werden, wenn der Patient schmerzfrei ist und sich sicher fühlt.

**Gangbild:** Bei der Videoanalyse werden der Fernegang und die neutrale Fußstellung überprüft, inkl. Überprüfung auf Abduktorenkraft und Überkompensation.

**Neben der täglichen Dauererfassung und -visualisierung wird in dieser Phase auch die Entwicklung des Patienten durch die postoperative PROM-Erfassung verfolgt. Vergleichen Sie prä- und postoperative Ergebnisse und geben Sie dem Patienten Feedback. In dem meisten Fällen reicht die Bestätigung eines normalen Fortschritts aus. Die meisten Patienten nehmen bis zu zwei Monaten nach dem Eingriff Verbesserungen wahr.**

38

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<p>Anpassung des Übungsschemas: Vorziehen oder Aufschieben von Übungen der Phase 2</p> <p>Beisatz: Propriozeption Mobilisierung</p> <p>Übungen, die Schmerzen, Steifheit und Schwellungen verursachen, sollten aufgeschoben werden.</p>	<p>Questions</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die erste postoperative Beratung?</li> </ul> <p>Rückmeldung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allmähliche Steigerung der Bewegung und Aktivität</li> <li>• Reduzierung der Schmerzmittel auf die gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten vor dem Übergang zur nächsten Übergangsphase</li> <li>• Zuschreibung und Unterstützung bei Höhen und Tiefen PROM Ergebnisse</li> <li>• Zeitplan 2 &gt; 1 / 0 Krücken</li> <li>• Auf dem Weg zu hervorragenden Ergebnissen</li> </ul> <p>Fördern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schrittweiser Aufbau der Beisatzkraft und ACL ohne Schmerzmittel</li> <li>• ROM bei täglichen Aktivitäten</li> </ul>	<p>Reaktion auf Anpassungen des Übungsschemas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wunde</li> <li>• Allmähliche Steigerung der Aktivität/ Belastung mit Abnahme der Symptome und Schmerzen</li> </ul> <p>PROM: prä-op vs Woche 6</p> <p>Gangmuster</p>

Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten moveUP

39

Rückkehr zu Alltagsaktivitäten → ✓ Minimale Schmerzen  
✓ Keine oder nur begrenzt Schmerzmittel → Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

### KRITERIEN

- ✓ Minimale / keine Schmerzen
- ✓ Minimale Steifheit & Schwellungen der Hüfte
- ✓ Keine Schmerzmittel oder nur gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten
- ✓ Keine NSAR
- ✓ Für einige Punkt oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte...

Übergangsphase Rückkehr zu Alltagsaktivitäten → Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

40

### Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

In der dritten postoperativen Phase:

- Schwerpunkt auf funktionelle Kraftübungen.

Übungen: Besuchen Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle. Besuchen Sie sich dabei genauer auf die Parameter des Patienten in der Grafik oder Tabelle.

Bevor Sie mit den funktionellen Kraftübungen beginnen, müssen Schmerzen, Wärme und Schwellung stabil und minimal sein. Die Medikamente sind zu diesem Zeitpunkt eingeschränkt oder abgesetzt. Während und nach den funktionellen Kraftübungen sollten diese Parameter weiter stabil und/oder minimal bleiben. Es sollte keine Notwendigkeit bestehen, die Medikamenteneinnahme zu erhöhen.

Während dieser Phase kann die Kühlung am Ende eines langen Tages immer noch hilfreich sein.

**Aktivität:** Fördern Sie die allmähliche Steigerung der Aktivität.

**Die Nachsorgefunktion:** In dieser Phase ist oft eine Bestätigung des normalen Verlaufs erforderlich. Weisen Sie darauf hin, dass die meisten Patienten bis zu 2 Jahr nach der Operation eine positive Entwicklung beobachten.

**Gangbild:** Bei der Videoanalyse werden der Fernegang und die neutrale Fußstellung überprüft, inkl. Überprüfung auf Abduktorenkraft und Überkompensation.

**Schließen Sie die Rehabilitation ab,** indem Sie überprüfen, ob alle Erwartungen erfüllt wurden. Sie können die Zufriedenheit des Patienten und das Ergebnis bei der PROM-Erfassung nach 3 Monaten überprüfen.

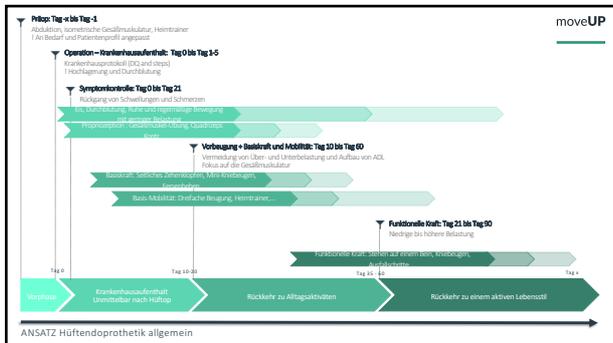
41

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

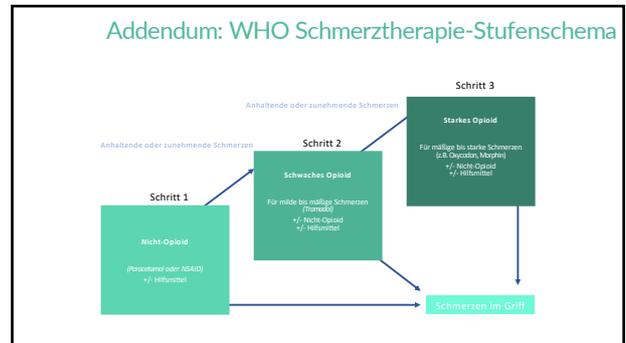
Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<p>Funktioneller Kraftaufbau</p>	<p>Fragen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die letzte Beratung?</li> <li>• Wie weit sind Sie von Ihren Zielen/Erwartungen entfernt?</li> <li>• Gibt es Bewegungen/Aktivitäten, die noch schwierig/schmerzhaft sind?</li> </ul> <p>Rückmeldung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Richtiger Zeitpunkt 1 &gt; 0 Krücken</li> <li>• PROM nach 3 Monaten</li> </ul> <p>Fördern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückkehr zur Arbeit</li> <li>• Vollständige ACL-Aufnahme</li> </ul>	<p>Gangbild Videos Patientenzufriedenheit</p> <p>Funktioneller ROM Normaler Gangmuster</p>

Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil moveUP

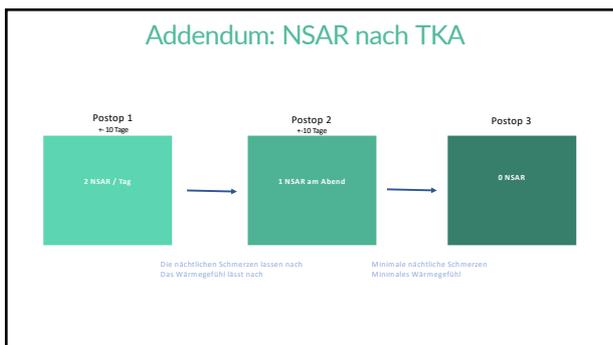
42



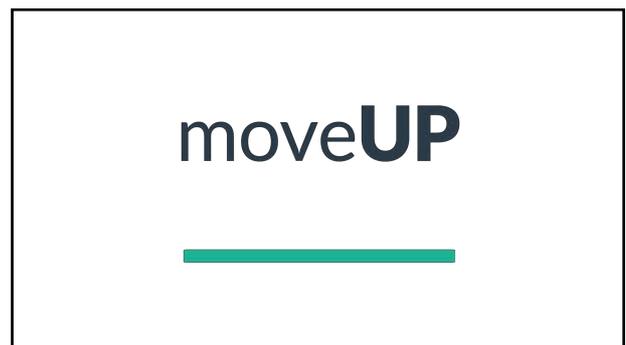
43



44



45



46

# Erstellen Sie einen neuen Patienten im Onboarding-Bereich

- Besuchen Sie: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care> (<https://patient-onboarding-admin.moveup.care/>)
- Geben Sie Ihre moveUP-Anmeldedaten ein und klicken Sie auf „Login“
- Klicken Sie auf „New Patient“ (neuer Patient)

The screenshot shows the 'Patient Onboarding Dashboard' with a navigation bar at the top containing 'Dashboard' and 'Patients'. On the right, there are links for 'Support' and 'Account'. The main heading is 'Patient Onboarding Dashboard' followed by 'Welcome, Ellen'. A warning banner at the top states: 'We're working with sensitive medical data. That's why you should enable two factor authentication. Two factor authentication secures your account better. Enable it in your account settings.' Below this, there are five data cards: '227 moveUP candidates' with a '+ New patient' button (indicated by a red arrow), '3706 patients active', '13 patients reminded', '0 candidates not interested', and '0 filled in anamnesis questionnaire'.

## Füllen Sie die Patientendaten aus

- Füllen Sie die Patientendaten aus

# Edit patient

Basic  Advanced

## Managing Organization \*

AZ Alma Eeklo



Organization that is the custodian of the patient record

## Name \*

A name associated with the patient

### Given names \*

Ellen

Given names (not always 'first'). Includes middle names

### Family name \*

Tset

Family name (often called 'Surname')

+ Add Name

## Contact Point \*

A contact detail for the individual

### System \*

Email



### Details \*

ellen+patient@moveup.care

The actual contact point details. Email address, phone number, etc.

+ Add Contact Point

- Klicken Sie auf „Speichern“

Back to list

Save

## Weisen Sie dem Patienten einen Pflegeplan zu

- Die Registerkarte „Edit Care Plan“ (Pflegeplan bearbeiten) öffnet sich nach der Eingabe der Patientendaten automatisch.
- Wenn noch keine Pflegepläne aktiv sind, klicken Sie auf „Start new care plan“ (neuen Pflegeplan starten) oder auf die erforderliche Behandlung oder Intervention, um einen neuen Pflegeplan zu starten.

# Edit care plans for Ellen Test

## Patient's care plans

Start a care plan to add intervention and treatment for this patient

**+ Start new care plan**



## Algemeen Stedelijk Ziekenhuis Aalst Interventions

Search...

Hip left - revision Hip left - total Hip right - revision Hip right - total

## moveUP Treatments

Search...

THA Anterior Therapy THA Bilateral Therapy THA General Therapy THA Sanofi General Therapy

THA Sanofi Safe Recovery Unknown procedure date

- Ziehen Sie eine Intervention per Drag & Drop in den Pflegeplan
- Ziehen Sie eine Behandlung per Drag & Drop in den Pflegeplan (dies ist erforderlich)
- Ziehen Sie ggf. eine Studie per Drag & Drop
- Ziehen Sie die Teilnehmer des Pflorgeteams per Drag & Drop

# Edit care plans for Ellen Test

## Patient's care plan

▼

Add intervention, treatment or study. Click or drag 'n drop items to add.

Activated care plan (move care plan to active list in medical dashboard)

**+ Start new care plan** **Save**



## AZ Alma Eeklo Interventions

Search...

Achilles Left Achilles Right Bilateral total hip arthroplasty Bilateral total knee arthroplasty

Hip left - resurfacing Hip left - revision Hip left - total Hip right - resurfacing Hip right - revision

Hip right - total Knee Right - total Knee left - revision Knee left - total Knee left - uni

Knee right - revision Knee right - uni

## moveUP Treatments

Search...

THA Anterior Therapy THA Bilateral Therapy THA General Therapy TKA Bilateral Therapy

TKA General Therapy Unknown procedure date

## AZ Alma Eeklo Studies

Search...

Convention

## AZ Alma Eeklo Care Team Participants

Search...

B.Clinic Belgium Orthopedics care team

- Füllen Sie das Eingriffsdatum (Operationsdatum) und den Arzt (Chirurgen) aus
- Wenn Sie kein Datum angeben, wird automatisch das heutige Datum als Behandlungsbeginn ausgewählt
- Klicken Sie auf „Speichern“

## Edit care plans for Ellen Test

### Patient's care plan

▼ Knee Right - total, TKA General Therapy

Intervention: Knee Right - total

Date  1

Doctor  2

---

Treatment: TKA General Therapy

Start Date

Code

HCP

Activated care plan (move care plan to active list in medical dashboard)

+ Start new care plan

3

### AZ Alma Eeklo Interventions

Bilateral total hip arthroplasty    Bilateral total knee arthroplasty    Hip left - resurfacing

Hip left - revision    Hip left - total    Hip right - resurfacing    Hip right - revision    Hip right - total

Knee Right - total    Knee left - revision    Knee left - total    Knee left - uni    Knee right - revision

Knee right - uni

### moveUP Treatments

THA Anterior Therapy    THA Bilateral Therapy    THA General Therapy    TKA Bilateral Therapy

TKA General Therapy    Unknown procedure date

### AZ Alma Eeklo studies

Convention

## E-Mails an Patienten senden

- Sobald ein Pflegeplan gespeichert ist, klicken Sie auf die Schaltfläche „Next“ (Weiter).

B.Clinic Belgium Orthopedics care team is part of the care team

profile.firstname g47clmeoja profile.lastname jgf6d95u4v  
/ Daphné Piron  
Dieter Kreynen Dieter Kreynen  
Rehabilitation specialist Femke Smeets  
Rehabilitation specialist Gaëtan Haenecour  
Hugo Ghazi  
Joren Christiaens  
Lize Paridaens  
Kine Lut Van De Wiele  
profile.firstname ruh33v183 profile.lastname 6gz0y3l86m  
Stefaan Van Onsem  
Kiné Valerie Timmermans  
Margot Verhaeghe

Stefaan Van Onsem as surgeon is part of the care team

Stefaan Van Onsem

Activated care plan (move care plan to active list in medical dashboard)

+ Start new care plan

Save Next

You saved a care plan. Click ↑ Next ↑ to send emails to the patient.

### AZ Alma Eeklo Studies

Search...

Convention

### AZ Alma Eeklo studies

Search...

B.Clinic Belgium Orthopedics care team

Dokter profile.firstname ma0ho5n81q profile.lastname 0r6b0vy4dn as surgeon

Dokter profile.firstname qflrarwajh profile.lastname r2r1bn1e5p as surgeon Hip & Knee team AZ Alma

Stefaan Van Onsem as surgeon profile.firstname 8khiz9gxmh profile.lastname s7astpz8fnk as surgeon

profile.firstname rrrrebc13sp profile.lastname uro9tzuqap as surgeon

- Sie sehen eine Vorlage der E-Mails, die an den Patienten gesendet werden
- Klicken Sie auf „Send select emails“ (Ausgewählte E-Mails senden), um die E-Mails an den Patienten zu senden

moveUP

Bede heel/vervoer {{ lastname }}.  
u bent ingelicht voor een speciale aan- en afvoer bij uw arts. ({{ organizationName }}) in het ({{ hosp\_spec\_start\_NL }}) ziekenhuis.  
(u bent thuis heeft u bij) moveUP aangemaakt ({{ hosp\_spec\_start\_NL }}).

Hoe werkt moveUP?

Het moveUP revalidatie systeem is nu beschikbaar. Het moveUP revalidatiesysteem bestaat uit verschillende onderdelen die u helpen bij het opstellen van een revalidatieplan dat is afgestemd op uw situatie. Het is belangrijk dat u alle informatie, aanwijzingen en advies op tijd krijgt.

België, hier voor 00 seconden



#### Email variables

{{ firstname }}	Ellen
{{ lastname }}	Test
{{ code }}	b82w84z2
{{ registrationlink }}	moveup://registrationcode/b82w84z2
{{ organizationName }}	AZ Alma Eeklo
{{ surgeonName }}	profile.firstname 310z042tit profile.lastname 9yf9gpof98
{{ hosp_spec_start_NL }}	. Op vraag van uw ziekenhuis neemt u deel aan een nationale studie van het Kenniscentrum Gezondheidszorg (KCE). Deze studie is in kader van uw revalidatie die digitaal ondersteund zal worden met de moveUP applicatie
{{ organizationName }}	AZ Alma
{{ bodyStructure }}	heupprothese

Back to care plan edit **Send selected emails**

- Sie sehen kurz die Nachricht „Mails were send“ (Mails wurden gesendet), damit Sie wissen, dass die E-Mails erfolgreich gesendet wurden.

Back to care plan edit

Send selected emails

Mails were sent

## Wie geht es weiter?

Der Patient erhält eine E-Mail mit

1. **Anweisungen zur Installation von moveUP** – dies umfasst eine kurze Einführung, einen Informationslink zu Preisen (<https://support.orthopedics.moveup.care/de/knowledge-base/wieviel-kostet-moveup-werden-die-kosten-von-meiner-versicherung-erstattet/>) und Anweisungen zur Installation von moveUP (<https://support.orthopedics.moveup.care/de/knowledge-base/moveup-app-installieren/>) inkl. Anmeldedaten sowie einen Link zur Kurzanleitung (<https://support.orthopedics.moveup.care/de/knowledge-base/kurzanleitung/>)
2. **Link zum Bestellen des Aktivitätstracker** und Abo-Bestätigung – sowie ein Bestellformular für den Aktivitätstracker

Complete



# moveUP



1

## So beenden Sie die Behandlung eines Patienten in moveUP

2

1. Wenn Ihr Patient moveUP nicht länger verwendet, rufen Sie den "Care Plan" (Pflegeplan) des Patienten auf
2. Klicken Sie in der Registerkarte "Care Plan" oben rechts auf "Stop active follow up" (Aktive Behandlung beenden)



3

3. Es erscheint das folgende Popup-Fenster



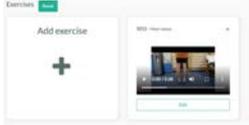
4

4. Sie können eine Nachricht konfigurieren, die an die moveUP-App des Patienten gesendet wird.
5. Sie können eine E-Mail (falls konfiguriert) auswählen, die an den Patienten gesendet wird.
6. Wenn Sie nicht möchten, dass eine Nachricht oder eine E-Mail gesendet wird, können Sie diese Option deaktivieren.
7. Wenn Sie die aktive Nachsorge beenden möchten, klicken Sie auf "Stop".

5

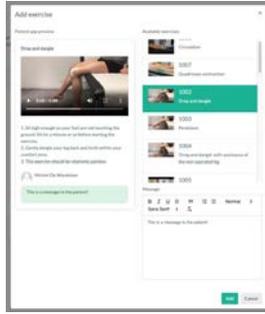
Sobald die aktive Nachsorge eingestellt wurde, sind die Änderungen sofort auf der Übungsseite des Patienten ersichtlich. Wir möchten, dass der Patient weiterhin Zugang zu den Übungen hat, die er während seiner Rehabilitation durchgeführt hat, daher sieht der Patient standardmäßig eine Übersicht dieser Übungen.

6

Um sicherzustellen, dass der Patient eine positive Erfahrung hat, ist es möglich, die Übungen, die der Patient sieht, zu personalisieren. Es ist auch möglich, eine Nachricht in Bezug auf eine spezielle Übung hinzuzufügen.

7



Sie können Übungen zu der Liste hinzufügen und sie mit einer Nachricht an den Patienten personalisieren

8



Auf der Übungsseite haben wir auch die Möglichkeit hinzugefügt, eine Nachricht einzufügen, die der Patient auf der Übungsseite der moveUP App angezeigt bekommt. Sie wird mit dem Namen des Pflegeteams unterzeichnet. So ist es möglich, die Nachricht für jeden einzelnen Patienten zu personalisieren, ihm Tipps zu geben, ihn zu motivieren, die Übungen weiter zu machen, ihm für seine Teilnahme zu danken, und mehr...

All exercises that have been suggested during your moveUP journey are added below.

Try to remain active! Consistently exercising will help to achieve better results.

- Your careteam

9

Füllen Sie das Abbruchformular aus

10

Wenn Ihr Patient moveUP nicht länger verwendet, müssen Sie das folgende Formular ausfüllen:

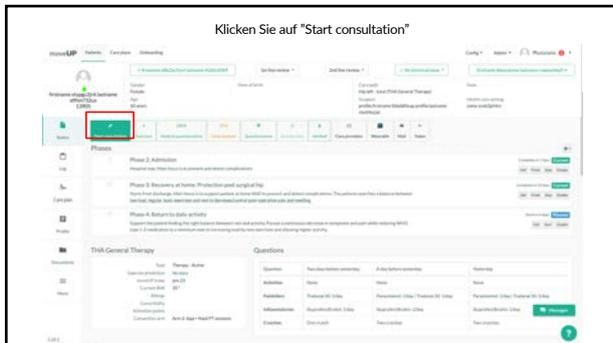


11

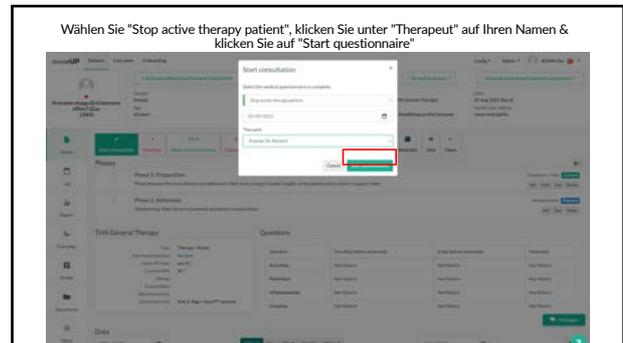
Navigieren Sie zur Registerkarte "Status" des jeweiligen Patienten



12



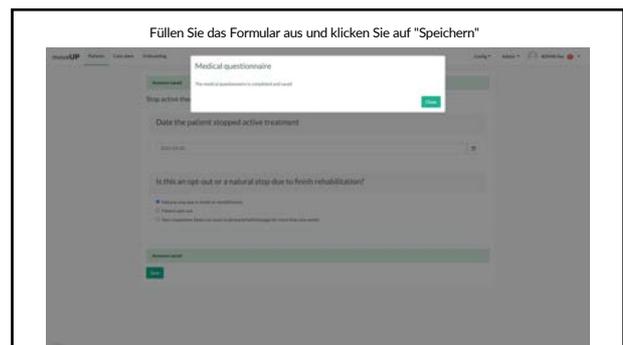
13



14



15



16

Falls der Patient an der Konventionsstudie teilnimmt

RIZIV/INAMI sollten innerhalb von 2 Wochen nach dem Ausstieg des Patienten informiert werden.  
Klicken Sie hier, um weitere Informationen über die administrativen Verpflichtungen während der Telerehabilitations-Studie zu lesen.

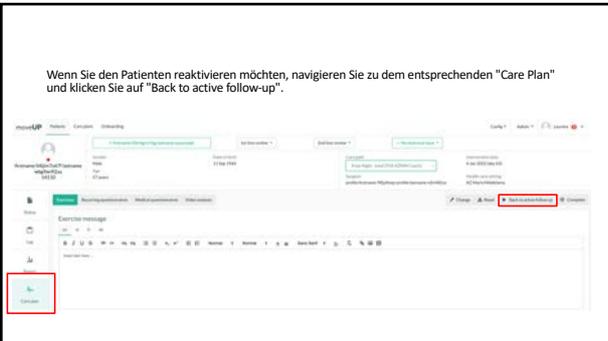
17

Patienten reaktivieren

18



Wenn Sie den Patienten reaktivieren möchten, navigieren Sie zu dem entsprechenden "Care Plan" und klicken Sie auf "Back to active follow-up".



19

moveUP



20