

Routine Reha App

Digitale Nachsorge bei Phantomschmerzen und CRPS

routine



Problem



Mondlandung ohne Vorbereitung

Eine Amputation kommt meist überraschend. Für Betroffene ist es ein Drama, denn auf einen Schlag endet ihr Lebensmodell



Überforderung und Kontrollverlust

Es ist schwer einen Überblick zu erlangen, Informationen sind widersprüchlich, Fristen werden verpasst, Hilfsangebote und Ressourcen falsch eingesetzt



Frustration und Kollateralschäden

Die Situation eskaliert. Anpassungsstörungen, wie Sucht oder Depression wirken sich negativ auf Beruf, Beziehung, Familie, Finanzen und die Gesundheit aus

Lösung

Die Routine Reha App ist ein integratives Nachsorgekonzept, zur Steigerung der Trainings-Motivation und der schnelleren Reintegration in die Alltagsroutine



Patient Enablement und Empowerment

Betroffene nehmen eine aktive Rolle im Verarbeitungsprozess ein, weil Ihnen die App Struktur und Halt in der neuen Situation gibt

Wissenschaftlich fundiert

Seit 2012 Forschung & Entwicklung digitaler medizinischer Konzepte. 2018 digitales Medizinprodukt (CE) zur Behandlung von Phantomschmerzen

Betroffene begleiten Betroffene

Peer-Coaching begleitet in ein Leben mit Amputation und gibt Hilfestellung auf dem Weg zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben

Routine Reha App

Nutzer*innen starten mit der Routine Reha App im Eigentaining oder wenn bestehende Therapiemaßnahmen ergänzt werden sollen.

Die Nutzer*innen werden individuell beim Training mit Ergotherapeut*innen und einem Peer Coach unterstützt



Lateralisationstraining



Spiegeltherapie



Imaginationstraining



Schmerztagebuch



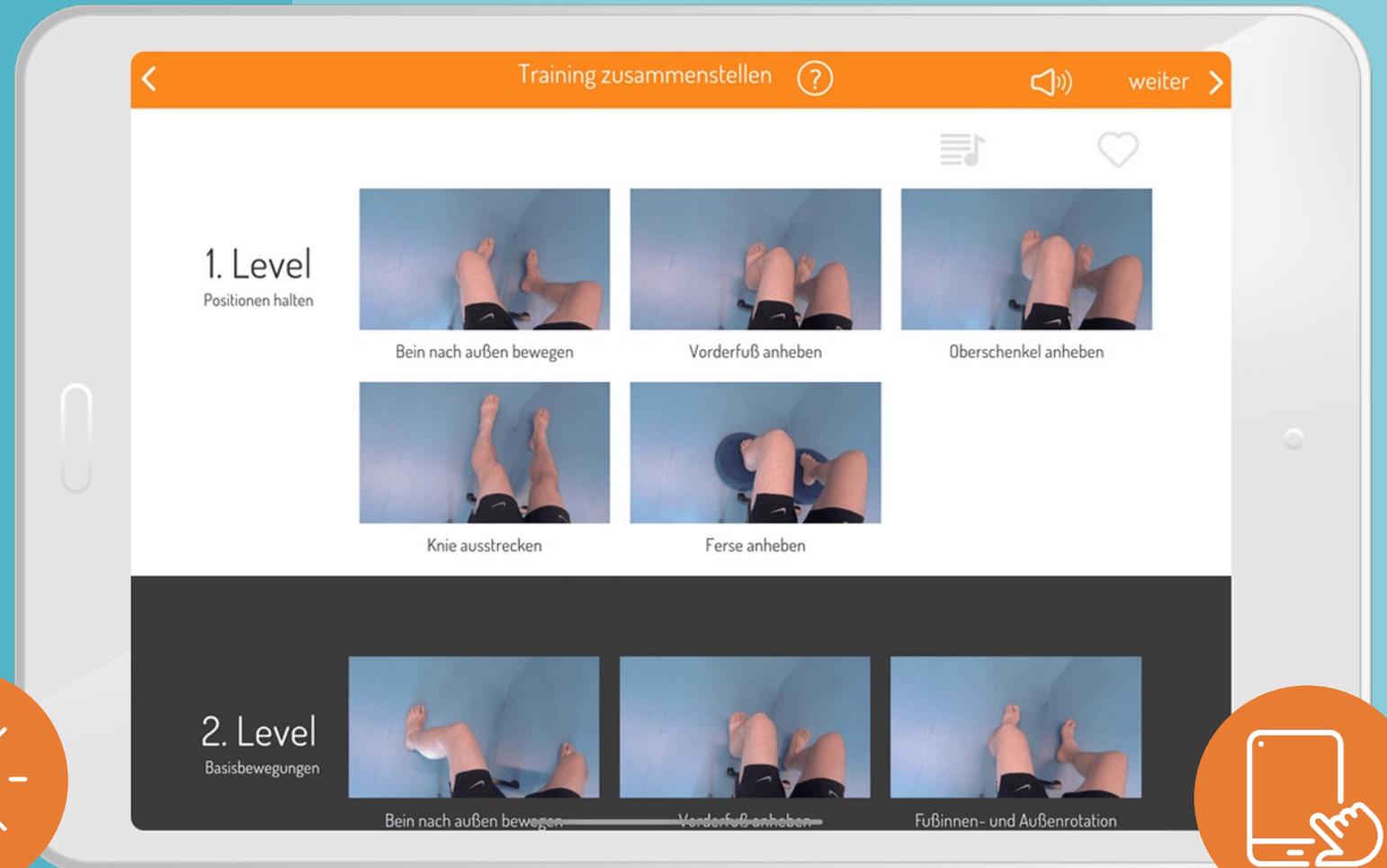
Online Ergotherapie



Virtuelle Spiegeltherapie

Routine Reha App ist

- präventiv
- motivierend
- spielerisch anwendbar
- ortsunabhängig
- zeitunabhängig
- wissenschaftlich fundiert

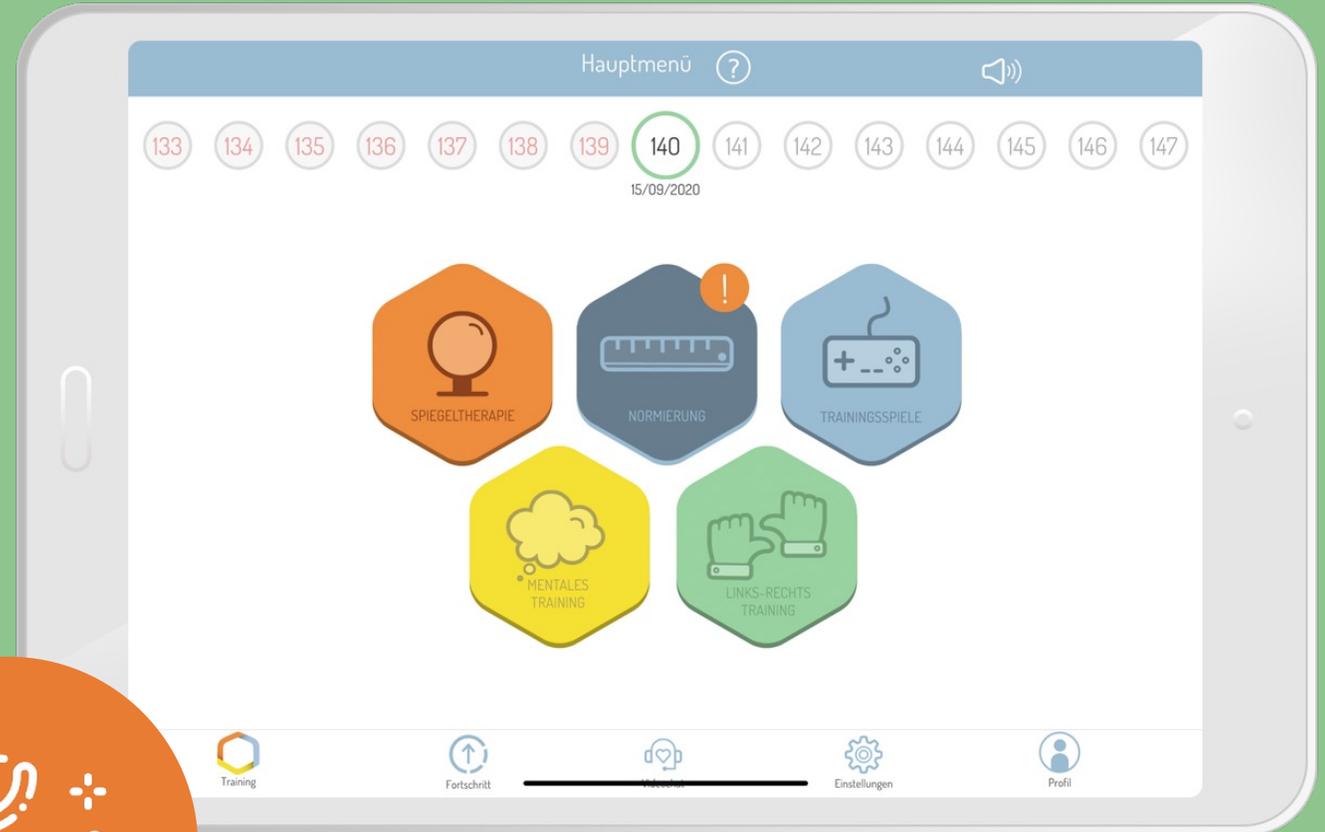




Die Routine Reha App live

Routine Reha App ist

eine BLENDED CARE Lösung,
die digitale und analoge
Inhalte sinnhaft in die
Rehabilitation von Menschen
nach einer Amputation
integriert



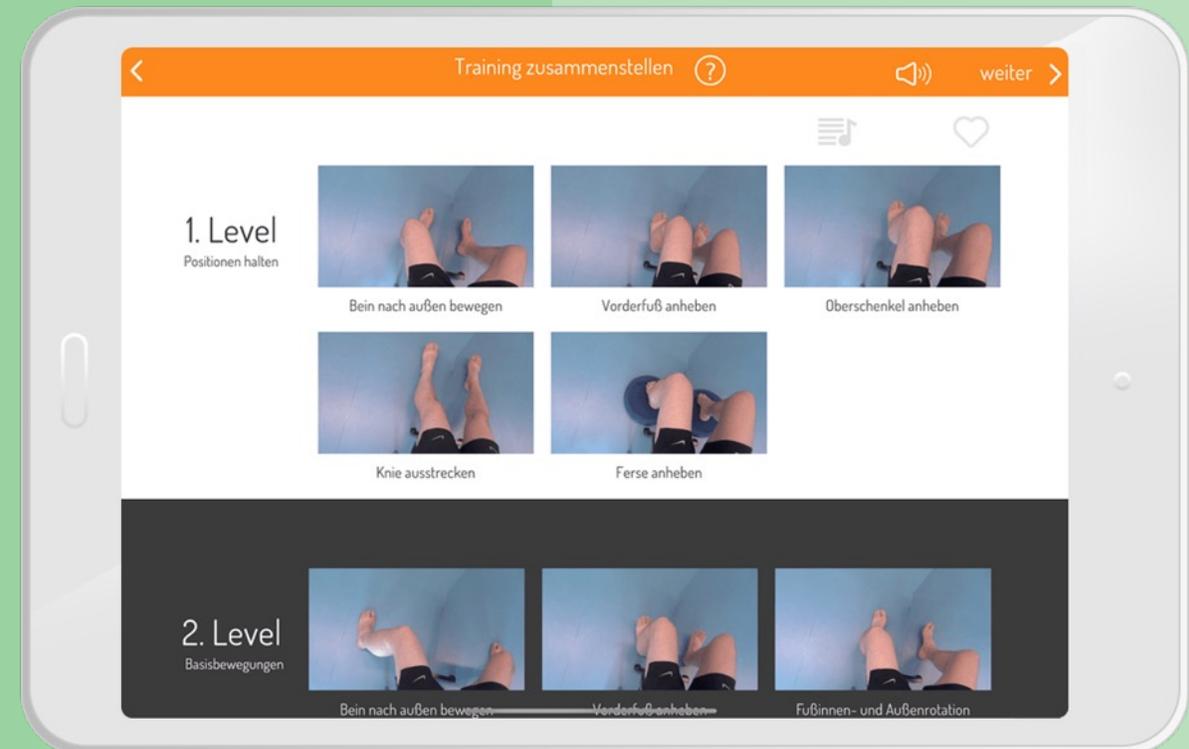
Benefit der Nutzer:innen

- Sukzessive Umsetzung eines neuen, adaptierten Lebensstils mithilfe eines Peer-Coaches
- Kreation und Anpassung von Lebenszielen sowie Kontinuität bei der Zielverfolgung
- Verbesserung der Körperintegrität (körperliche Unversehrtheit)

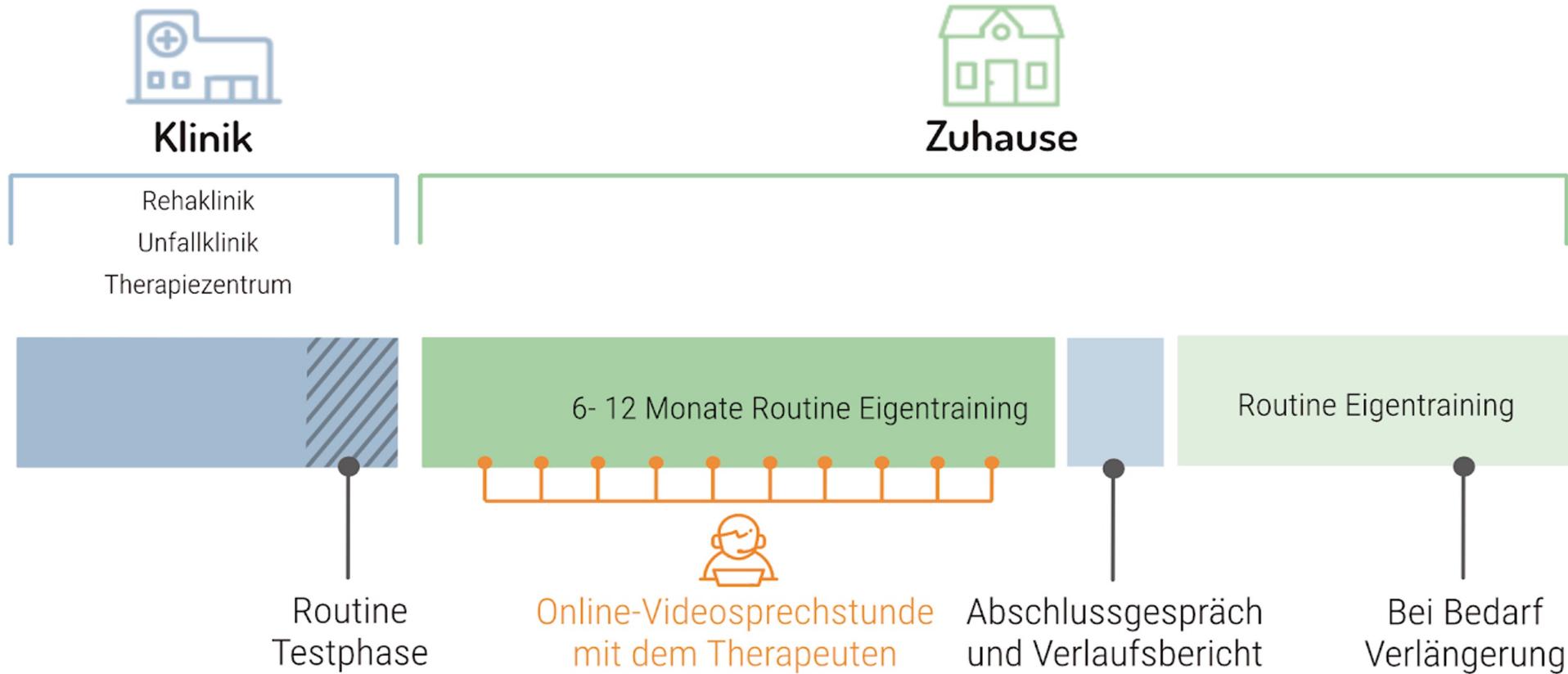


Spiegeltherapie

- ist eine von Vilayanur S. Ramachandran entwickelte Imaginationstherapie gegen Phantomschmerzen
- ersetzt über die Augen zum Teil die fehlenden Eingangssignale aus dem amputierten Arm oder Bein. Das Schmerzsignal als Ersatzinformation wird dadurch überflüssig.



Versorgung



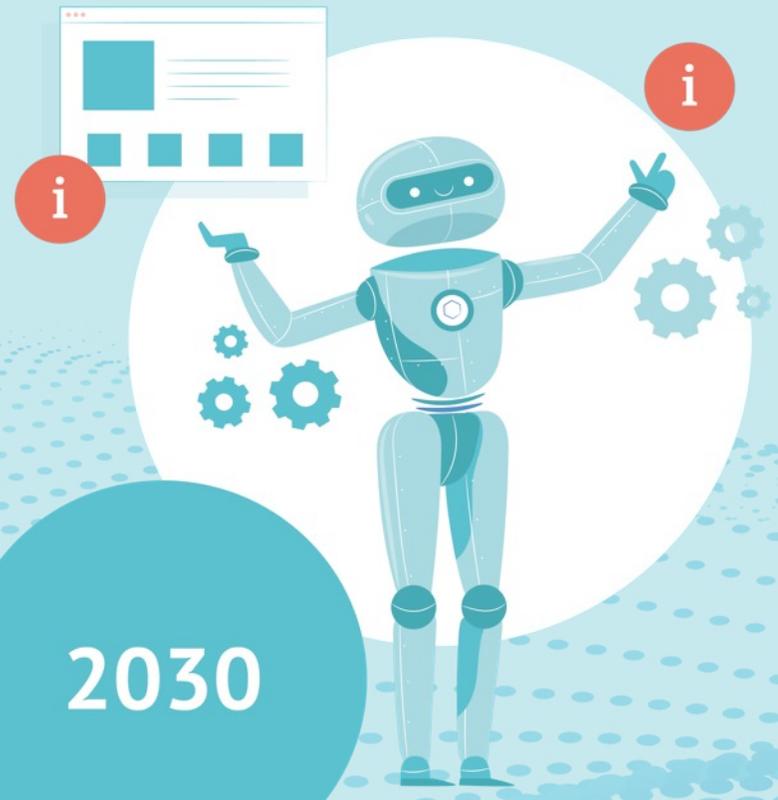
Mission

Menschen mit Behinderung sind stolz auf ihre Identität als solche Menschen

Der Austausch mit anderen Betroffenen ermöglicht Menschen mit Behinderung ein Gefühl der Ganzheit zu empfinden



Ausblick



2030

Die Integration von Online-Interventionen in die reguläre Rehabilitation trägt zum Erhalt des persönlichen Kontakts zwischen Patient*in und Therapeut*in, sowie zu einer aktiveren Einbindung der Patient*innen in den Therapieprozess bei.



Dr. Thomas Frey

Peer Coach



thomas.frey@fitmithandicap.de



+49 171 4026866

<https://thomas-a-frey.de>



<https://routine.health/peer-to-peer>