

# FPZ DEUTSCHLAND DEN RÜCKEN STÄRKEN

Das Netzwerk der Rückenschmerzexperten

## Rückenschmerzen?

Es gibt ein Therapiekonzept, das wirklich hilft.

Rückenschmerzen gehören zu den gesundheitlichen Beeinträchtigungen, mit denen nahezu jeder im Laufe seines Lebens konfrontiert wird. Sie beeinträchtigen Mobilität, Leistungsfähigkeit, persönliches Wohlbefinden und Lebensqualität.

Wissenschaftliche Studien des Expertennetzwerks „FPZ: DEUTSCHLAND DEN RÜCKEN STÄRKEN“ führten zu der Erkenntnis, dass die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur eine Schlüsselfunktion für die Vorbeugung und Beseitigung von Rückenschmerzen hat. Unter der Leitung von FPZ (Forschungs- und Präventionszentrum) wurde seit 1990 an der Deutschen Sporthochschule Köln ein neues Behandlungsprogramm entwickelt: die „Integrierte Funktionelle Rückenschmerztherapie“ – kurz das „FPZ KONZEPT“.

Das FPZ KONZEPT gilt heute in Wissenschaft, Medizin und Wirtschaft als vorbildlich und richtungsweisend – also als „Formel 1 des Rückentrainings“.

## Das FPZ KONZEPT im Überblick

Das FPZ KONZEPT gliedert sich in drei Maßnahmen, die systematisch aufeinander aufbauen:

1. Die Kraft-Analyse (Dauer: 90 Minuten),
2. Das Aufbauprogramm (10 oder 24 Therapieeinheiten à 60 Minuten), inklusive Abschlussanalyse (Dauer: 90 Minuten)
3. Das weiterführende Programm (regelmäßig eine Therapieeinheit pro 5–10 Tage, Dauer jeweils 60 Minuten)

Auf der Basis, mittels modernster Test-Software erhobener Analysewerte, wird für jeden Patienten ein maßgeschneidertes individuelles Therapieprogramm entwickelt. Regelmäßige Folgeanalysen dokumentieren die Fortschritte und ermöglichen die kontinuierliche Optimierung der Therapie. Alle Therapiemaßnahmen werden unter intensiver individueller Betreuung durch menschlich und fachlich kompetente Trainingstherapeuten mit spezieller Zusatzqualifikation durchgeführt. Dieses einzigartige Betreuungskonzept garantiert ein Maximum an Wirksamkeit und Sicherheit bei einem Minimum an Zeitaufwand.

Ausführliche Informationen finden Sie unter: [www.fpz.de](http://www.fpz.de) und [www.fpz-iv.de](http://www.fpz-iv.de)

## Wirksamkeit des FPZ KONZEPTS

### 1 Einzigartige Wirksamkeit

Das FPZ KONZEPT gilt als „Die Formel 1 des Rückentrainings“. Sie erreichen bereits mit ein bis zwei Therapieeinheiten à 60 Minuten pro Woche in der Aufbauphase optimale Effekte.

### 2 Vorbildliche Sicherheit

Mehr als 95 Prozent der Patienten können das Programm vollständig absolvieren. Das Verletzungsrisiko und die Gefahr, dass Sie die Therapie abbrechen müssen, sind minimal.

### 3 Hochwertige Qualität

Im Rahmen anonymer Befragungen bewerten durchschnittlich 89 Prozent der Teilnehmer die Qualität des FPZ KONZEPTS mit der maximal möglichen Punktzahl.

#### 4 Intensive individuelle Betreuung

Im FPZ KONZEPT werden Sie individuell und fachkompetent betreut. Das garantiert Ihnen ein maßgeschneidertes Training mit optimaler Effizienz.

#### 5 Ideale Rahmenbedingungen

FPZ kultiviert internationale Standards in punkto Dienstleistung. Wir heißen jeden Patienten persönlich willkommen und bieten ihm vorbildliche Bedingungen rund um die Therapie.

#### 6 Von führenden Kassen empfohlen

Führende private (u.a. DKV, GOTHAER, Deutscher Ring) und gesetzliche Krankenkassen (u.a. Barmer GEK, BKK Deutsche Bank, BKK ALP PLUS, Vereinigte BKK, BKK Verbundplus, Energie BKK, Saint Gobain BKK, Vaillant BKK, WMF BKK) ermöglichen Ihnen die kostenfreie Teilnahme am FPZ KONZEPT. Viele weitere Kassen, insbesondere BKK's (z.B. Vereinte IKK, IKK Südwest, BKK Futur, E.ON BKK und einige andere) übernehmen die Kosten ganz oder größtenteils nach individuellem Antrag (Info Stand 11/2011).

Die meisten privaten Krankenkassen und die Beihilfe ermöglichen eine Teilnahme am FPZ KONZEPT durch einen begründeten ärztlichen Antrag auf Medizinische Kräftigungstherapie.

#### Interessiert?

Dann vereinbaren Sie einen Arzt-Termin in unserer Praxis oder wenden Sie sich direkt an das FPZ Rückenzentrum Fürth:

METROPOL active-RÜCKENZENTRUM  
Gustav-Schickedanz-Strasse 7a  
90762 Fürth

Tel 0911-37652840

