



**Rückenschule**  
Frankfurt

## Gesundheitliche Voraussetzungen

### Kontraindikation

Eine Teilnahme am Präventionskurs ist nicht möglich bei folgenden Kontraindikationen:

#### Orthopädische-traumatologische-rheumatologische-neurologische Problemstellungen

- Psychiatrische Erkrankungen (Psychosen, schwerwiegende Depression, schwerwiegendes Zwangssyndrom)
- Epilepsie
- Protusio, Prolaps sowie Zustand nach Bandscheiben-OP mit akuten neurologischen Ausfallerscheinungen
- Postoperative Phase nach Bandscheiben-OP bis zu 8/9 Wochen bei komplikationslosem Verlauf
- akute entzündliche Prozesse/Schmerzen, Tumore an der Wirbelsäule, nicht verheilte Wirbelkörperfrakturen
- akute Erkrankungen, Fieber, starkes Unwohlsein
- Personen, die nicht in der Lage sind, mindestens 30 Minuten aktiv an den Bewegungsprozessen (Sitzen, Stehen, Liegen und Bewegen) ohne Beschwerdeverschlechterung teil zu nehmen
- schwere depressive Verstimmungen
- akuter Schmerz (Ruhe-, Bewegungs-, Nachtschmerz (entstehend nach Intervention))

#### Internistisch-kardiologische Problemstellungen

- Herz-, Kreislauf- und Atemwegserkrankungen
  - Herzinsuffizienz / Schwäche, Herzinfarkt, Herzmuskelentzündungen, Hoher Blutdruck, Angina pectoris, Asthma bronchiale, chronische Bronchitis, insulinpflichtiger Diabetes, obstruktive Atemwegserkrankung.
- akute Magen- und Darmerkrankungen

Diese Aufzählungen erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit.

Die Teilnahme am Präventionskurs erfolgt auf eigene Gefahr.