

Suche Erfahrungen mit Kuraufenthalt bzw. verminderte Dienstfähigkeit Bawü

Beitrag von „alice0507“ vom 1. Juni 2015 11:08

Hallo liebe Foris,

ich bin seit 7 Jahren Lehrerin in Bawü und meine körperlichen Beschwerden nehmen leider in letzter Zeit so zu, dass ich befürchte, bald nicht mehrv in diesem Umfang (24/27 Stunden) arbeiten zu können.

Jetzt interessiert mich, wie ihr vorgegangen seid.

Erst einmal Kur beantragen? Dann würde ich mich über Klinikempfehlungen freuen für orthopädische Probleme.

Ich habe zunehmend mit allen Gelenken Probleme und kann nur unter Schmerzen laufen. Mein Kiefergelenk, Zehengelenke, Kniegelenke sind schon kaputt, Wirbelsäule stöändige Blockaden. Jetzt steht feste Zahnpange an, um Kiefergelenkssymptomatik zu verbessern (CMD).

Eine Überlegung von mir ist auch, dass ich vlt länger in dem Beruf, den ich sehr gern habe, arbeiten kann, wenn ich weniger arbeite, also verminderte Dienstfähigkeit. Wie beantrage ich das? Hat das auch Nachteile?

Viiieeele Fragen...

Bin auch die Haupt- bzw. Alleinverdienerin in unsrer Familie mit 4 Personen und drei Vierbeinern.

Würde mich freuen, wenn jemand in einer ähnlichen Lage mir Tipps geben könnte oder von seinen Erfahrungen, seinem Weg erzählen könnte.

Beitrag von „Meike.“ vom 1. Juni 2015 21:33

Eine extrem gelenkschmerzgeplagte Bekannte von mir hat mal hier <http://avicenna-klinik.com/> geholfen bekommen, ich weiß aber nicht, ob das ne Kur war oder einfach eine längere stationäre Behadlung, es hat auf jeden Fall nach jahrelanger Rumquälerei geholfen.

Beitrag von „alias“ vom 2. Juni 2015 13:58

Hallo,
hat man dich auf [Lyme-Borreliose](#) untersucht? Ba-Wü ist durchseuchtes Zeckengebiet.

Beitrag von „ellah“ vom 2. Juni 2015 19:28

Ich fühle mit dir! Meinst du mit "Spange" wirklich eine solche oder eher eine Schiene? Ich trage eine Aufbiss-Schiene (theoretisch den ganzen Tag lang), welche mittels spezieller Messung genau an meinen Kiefer und die Kieferposition angepasst ist. Das hilft mir schonmal etwas. Außerdem Yoga und Manuelle Therapie, wobei du letzteres ja schon machst. An welchen Tagen ist die CMD besser? Merkst du einen Unterschied bei größerem Stress? Denn nur dann würde ja eine Reduzierung überhaupt etwas bringen....

Beitrag von „MarlboroMan84“ vom 2. Juni 2015 21:50

Hast du denn schon eine Diagnose für deine Probleme oder ist das eher ein Symptom (z.B. von Übergewicht)?

Beitrag von „alice0507“ vom 3. Juni 2015 11:11

Vielen Dank für eure Antworten! Freut mich total, Zuspruch zu bekommen.

Borreliose wurde auch verdächtigt, ist es aber nicht.

Auch kein Übergewicht, 63kg bei 176 cm.

Es sind degenerative Veränderungen, Arthrose, durch zu starke Abnutzung. (Habe Gelenke wie eine 60jährige laut Orthopäde, bin aber Anfang 40)

Dazu ständige Wirbelblockaden und extreme Muskelverspannungen durch die instabile Wirbelsäule ("Gleitwirbel") und zwei Bandscheibenvorfälle in der HWS.

Bin einmal pro Woche beim Osteopathen - dann habe ich Besserung für ein, zwei Tage...

Sonst immer am Cremen und Salben und Schmerzmittel schlucken...

Als Ursache wurde mir jetzt von einem sehr guten Kieferortho "Hypermobilität" genannt (angeboren) - und plötzlich macht alles Sinn.

Das konnte mir bisher keiner sagen - jeder "doktort" nur auf seinem Fachgebiet herum und behandelt "sein" Körperteil.

Der Kieferorthop. schaute mich an und meinte nur:

Sie haben auch mit allen anderen Gelenken Probleme, oder?

Sie haben eine angeborene Hypermobilität!

Habe mich dann  schlau gemacht und genau meine Problematik beschrieben gefunden - von Kindesbeinen an

groß und schlank und trotzdem immer unsportlich, immer die langsamste, die schwächste, Fußfehlstellungen, ständig am Umknicken, an vielen Gelenken Verbände, Bandagen, Skoliose, von klein auf in der Krankengymnastik....

ellah: ich soll eine richtige Zahnschlinge mit Brackets bekommen (Damon-System)

Zur Zeit habe ich einen Aquasplint (Aqualizer) von Dr.Sabbagh - und schlaf wieder ohne Kieferschmerzen durch und wache einigermaßen erholt und entspannt auf - seit vielen Jahren erstmals wieder!!!!

Kann ich nur empfehlen! UNd kostet nicht 1000€ wie meine letzte Schiene, sondern ca. 150 - 200 €!

Yoga und MT hilft mir auch sehr! Mache ich auch beides.

Klar ist alles schlimmer, wenn es in der Schule "rund" geht, aber ich denke, das ist völlig normal. Aber in den Ferien bin ich eben leider auch nicht beschwerdefrei...

Problematisch ist einfach, dass ich relativ viel Erholungszeit brauche (Mittagschlaf, auf dem Sofaliegen und entspannen, und eben auch viele Termine pro Woche habe - und das ist oft schwer mit der Schule zu vereinbaren:

MT, Osteo, Kieferortho, Naturheilp., Orthop., Yoga und viel Schlaf gegen die Schmerzen..

Also, freue mich weiter über eure Tipps für Kliniken und/oder Erfahrungen!

Beitrag von „MarlboroMan84“ vom 3. Juni 2015 20:49

Mit Osteopathen, Naturheilpraktikern & Co. wäre ich vorsichtig. Das sind alles medizinische Laien und pseudowissenschaftliche Verfahren ohne medizinischen Wirknachweis. Die machen häufig mehr kaputt als sie helfen. Ein Beispiel:

Zitat

Laut der deutschen Krankenversicherung AOK konnten bisher keine wissenschaftlichen Nachweise der Wirksamkeit der Osteopathie erbracht werden

<https://www.psiram.com/ge/index.php/Osteopathie>

Und ja, dass du vermeinst Besserung zu empfinden, glaube ich dir. Das ist der sog. Placeboeffekt. Durch die teilweise doch recht ruppigen Eingriffe geht da auf Dauer aber mehr kaputt bzw. du hast Folgeschäden.

Beitrag von „Super-Lion“ vom 4. Juni 2015 08:44

Komisch, dass die AOK inzwischen Osteopathie-Behandlungen bezahlt.

Wer heilt, hat recht.

Gruß
Super-Lion

Beitrag von „MarlboroMan84“ vom 4. Juni 2015 11:26

Zitat von Super-Lion

Komisch, dass die AOK inzwischen Osteopathie-Behandlungen bezahlt.

Nein, das ist ganz und gar nicht komisch, sondern das ist schlichtweg "Werbung". Die AOKen haben mit massiver Überalterung ihrer Kundschaft zu tun, da sich die Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen in den meisten Fällen gleichen, ist es schwer hier neue Kundschaft zu finden. Inzwischen haben sich einige Krankenkassen darauf spezialisiert solche esoterischen Methoden zu bezahlen (vorneweg die TKK). Das hat aber den einfachen Grund, dass statistisch gesehen die gut ausgebildete Mittelschicht, hier insbesondere Frauen, auf diese Verfahren stehen. Die sind in der Regel jung und haben einen guten Gesundheitszustand. Also ein Glücksgriff für eine Krankenkasse. Und um die zu locken, werden gerne ein paar Euro für unwirksame Verfahren investiert. Dass eine Leistung von der Krankenkasse übernommen wird, bedeutet nicht zwangsläufig, dass sie auch eine Wirkung hat. Andersherum genauso, wenn eine

<https://www.lehrerforen.de/thread/40741-suche-erfahrungen-mit-kuraufenthalt-bzw-verminderte-dienstf%C3%A4higkeit-baw%C3%BC/>

Leistung nicht bezahlt wird, bedeutet das nicht, dass sie unwirksam ist.

Zitat von Super-Lion

Wer heilt, hat recht.

Schöner Spruch, passt hier auch sehr gut, da Osteopathie nicht "heilt" sondern nur eine Placebobehandlung der Symptome vornimmt. Die eigentlich Ursache wird damit nicht im Ansatz angegangen.

Und von Heilpraktikern würde ich generell die Finger lassen. Mit Hauptschulabschluss und Erreichen des Mindestalters hat man die Voraussetzungen für die Überprüfung beim Gesundheitsamt vorliegen, die man mit wenigen Wochenenden Selbststudium problemlos schafft. Das sind medizinische Laien, hier existiert keinerlei geregelte oder verpflichtende Ausbildung. Hier mal ein Beispiel für die "Arbeit" dieser Leute:
<http://www.spiegel.de/gesundheit/ern...-a-1014713.html>