

Anwendungsbeobachtung TensionTerminator im betrieblichen Kontext

durchgeführt vom tirol institut für qualität im gesundheitswesen

tirol institut für
qualität im
gesundheitswesen

fh
g



ErgoPhysion

Rahmenbedingungen

- ca. 350 Teilnehmer
- ca 200 persönliche Einschulungen
- 14 Unternehmen

- und COVID19



Durchführung

Mag. Marc-Philipp Crepaz

Tirol Institut für Qualität im Gesundheitswesen

Konzept und Durchführung

Univ.-Prof. Dr. Erich Mur

Research Unit UMIT Tirol physikalische Medizin

Medizinisch-fachliche Begleitung

Ing. Martin Feuerstein

ErgoPhyision – TensionTerminator

Physiotherapeut und Entwickler



Status – Vorher

Einstiegsfrage:

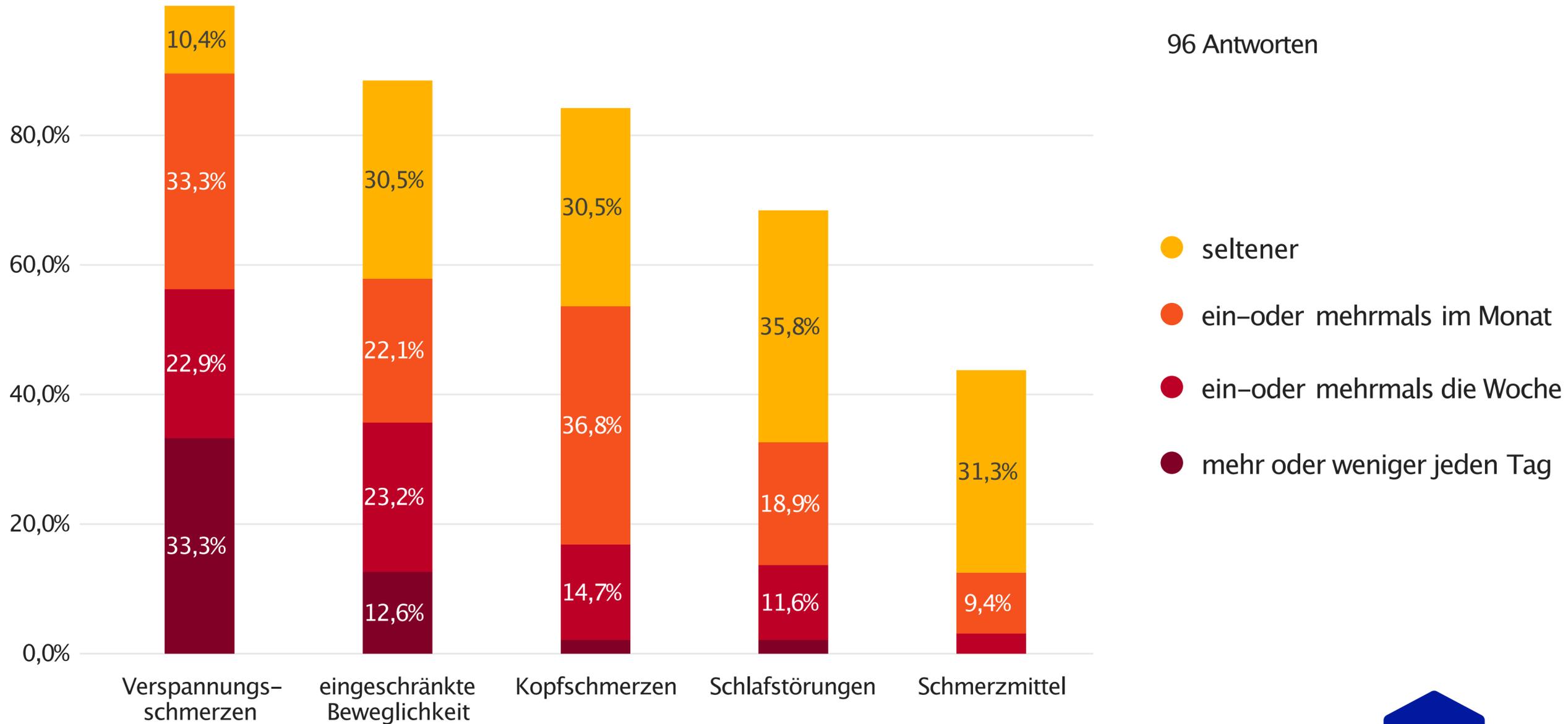
Leiden Sie hin und wieder an Verspannungen oder Schmerzen

99 Antworten

Ja [97%, 96]



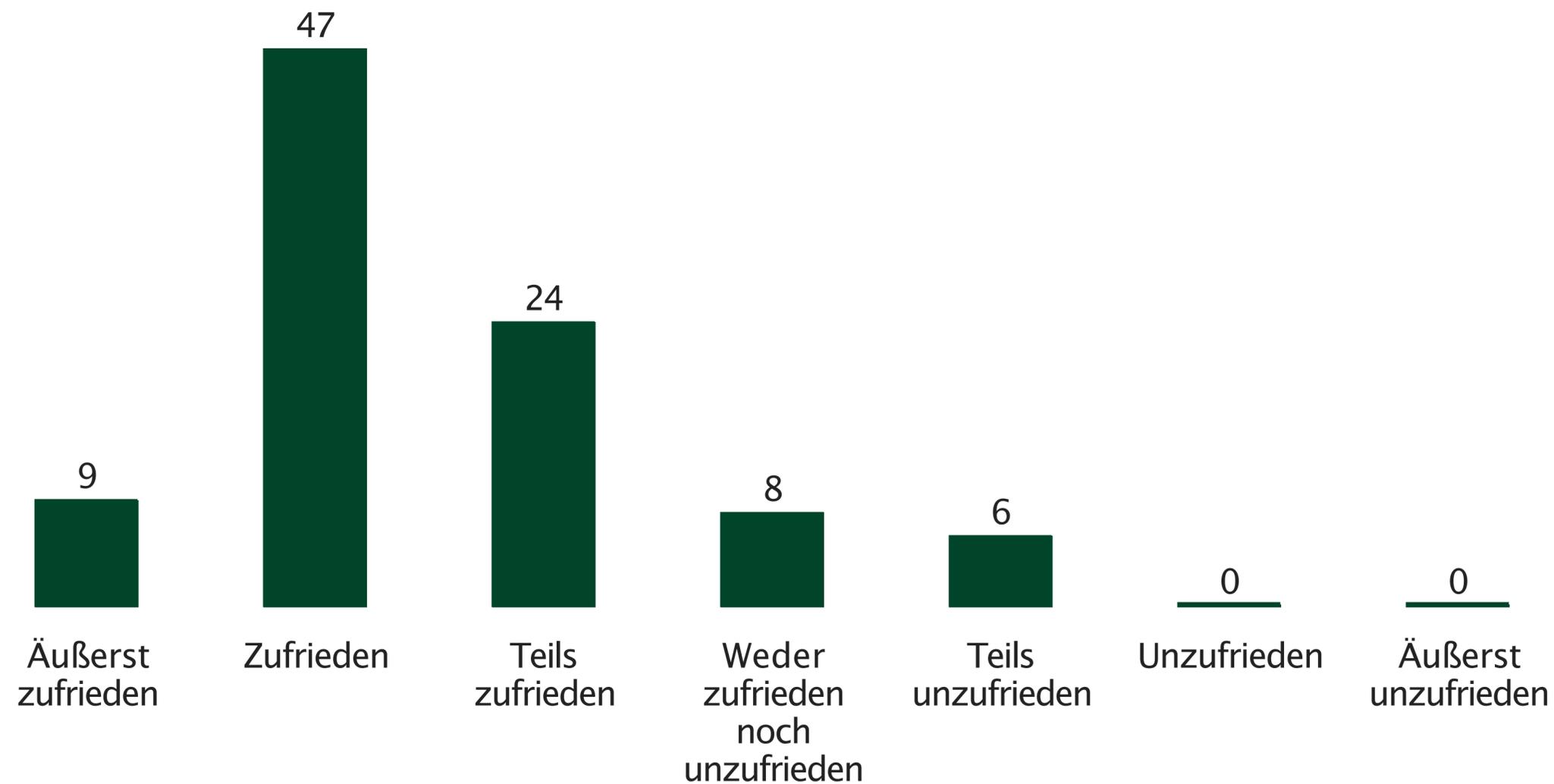
So verspannt sind Ihre Mitarbeiter:innen



Das spiegeln Ihnen Ihre Mitarbeiter:innen

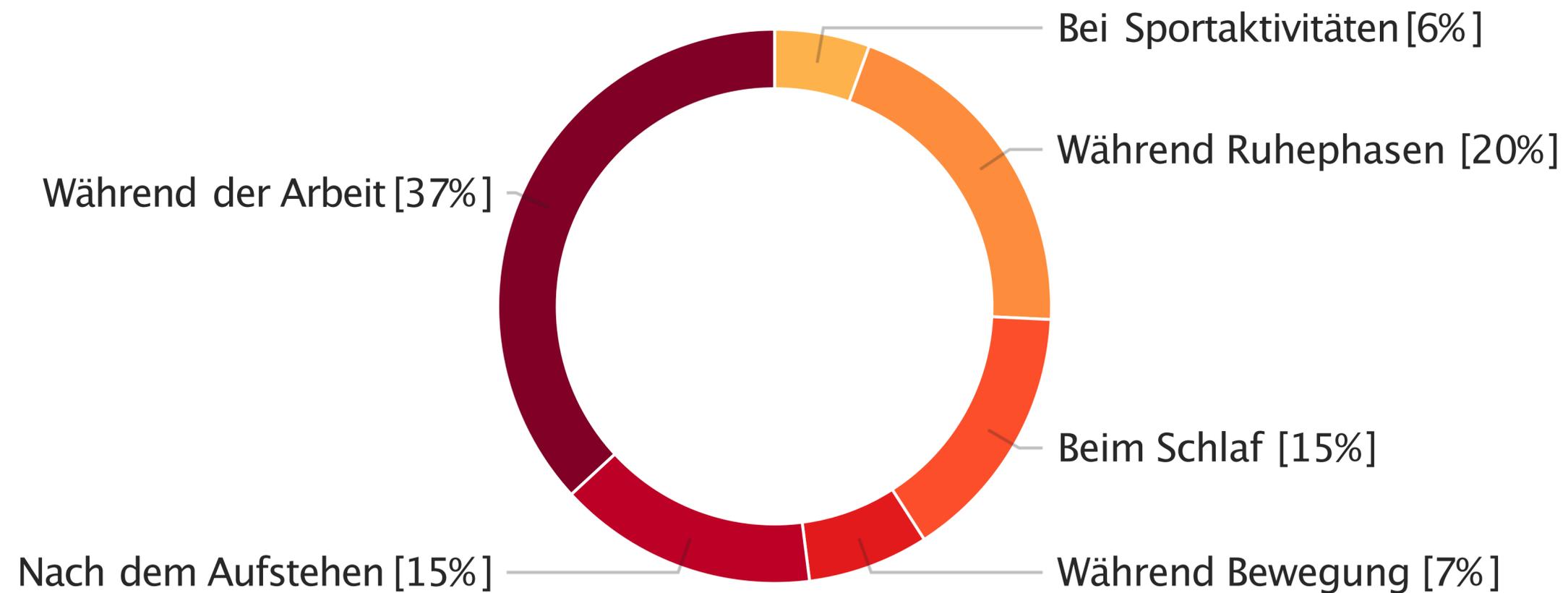
Wie beurteilen Sie Ihr körperliches Wohlbefinden insgesamt?

94 Antworten

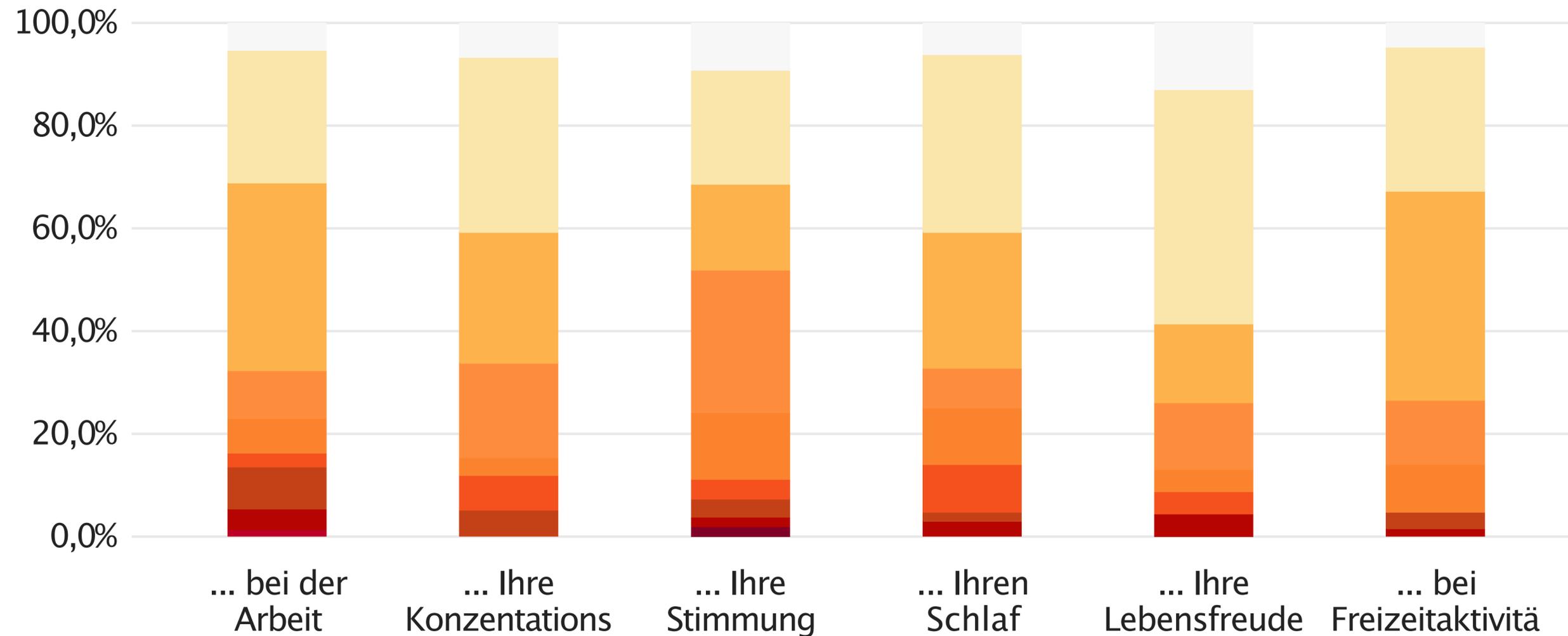


ErgoPhysion

Wann treten die Schmerzen auf?



Wie groß ist die Beeinträchtigung

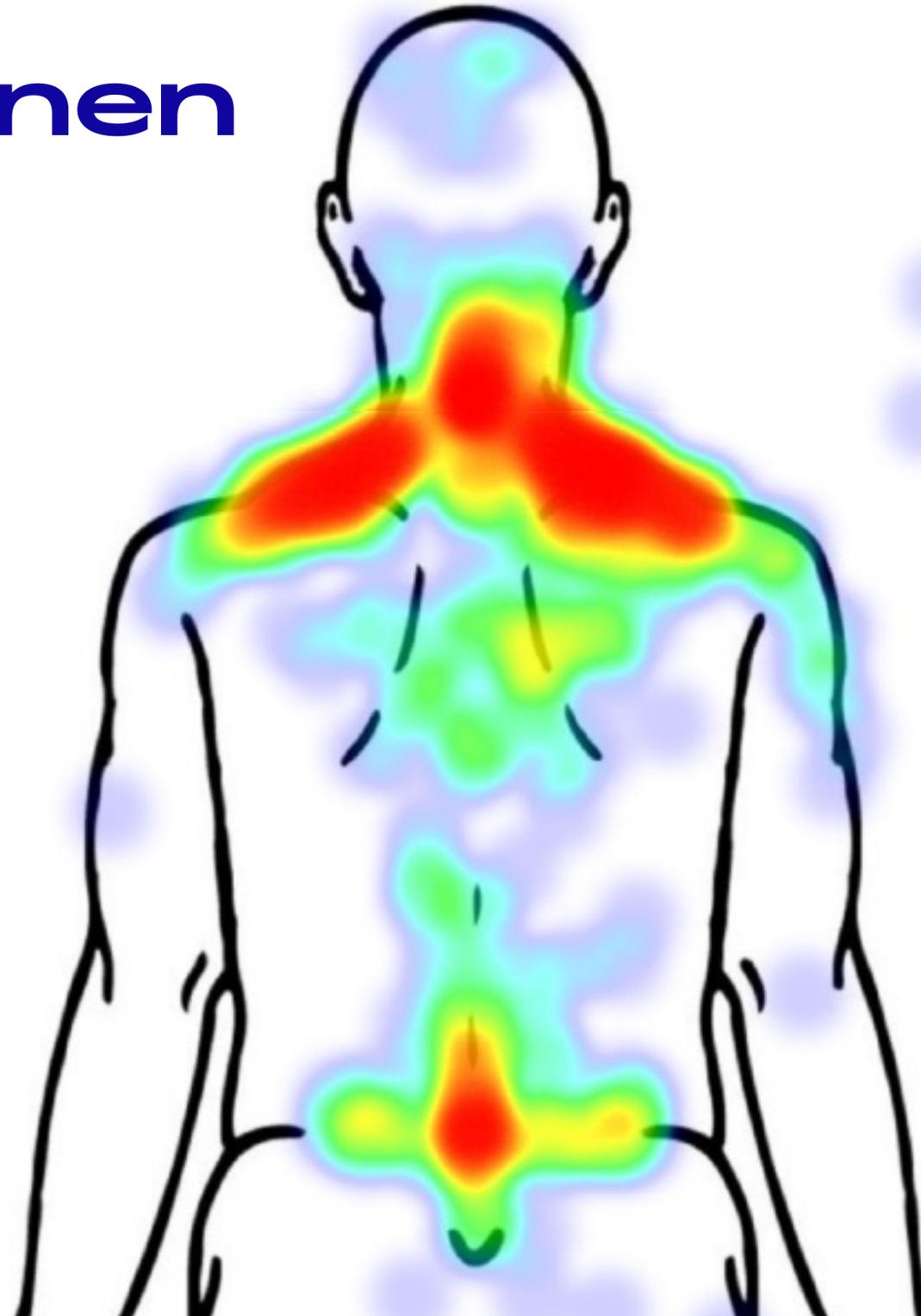


■ keine Beeinträchtigung, ■ extremste Beeinträchtigung

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

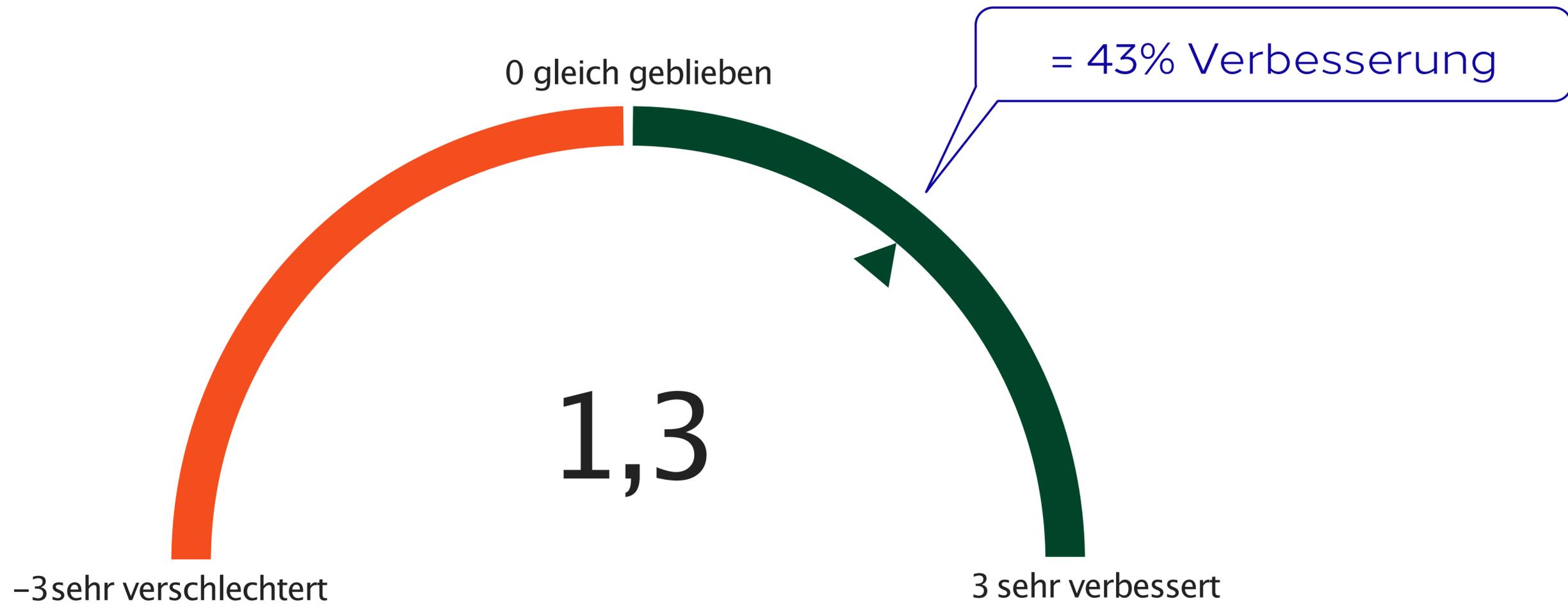


Schmerz-zonen Heat-map



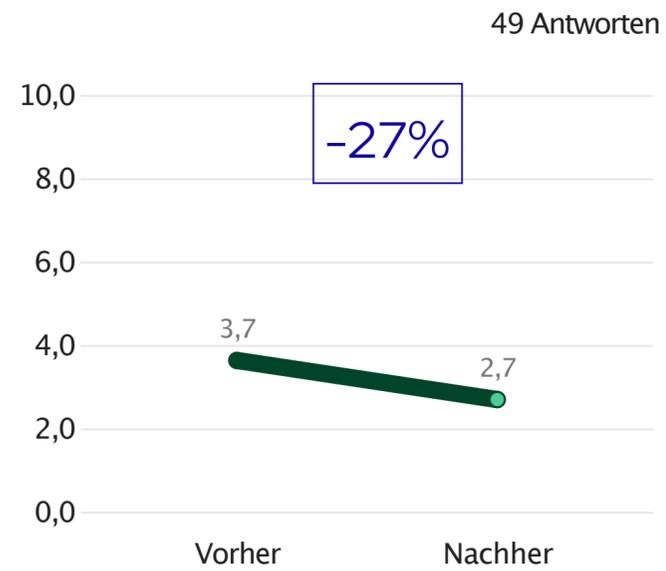
**Ergebnis nach
4-wöchiger Anwendung
des TensionTerminator**

Wie hat sich Ihr körperliches Wohlbefinden durch die Selbstanwendung des TensionTerminator verändert?

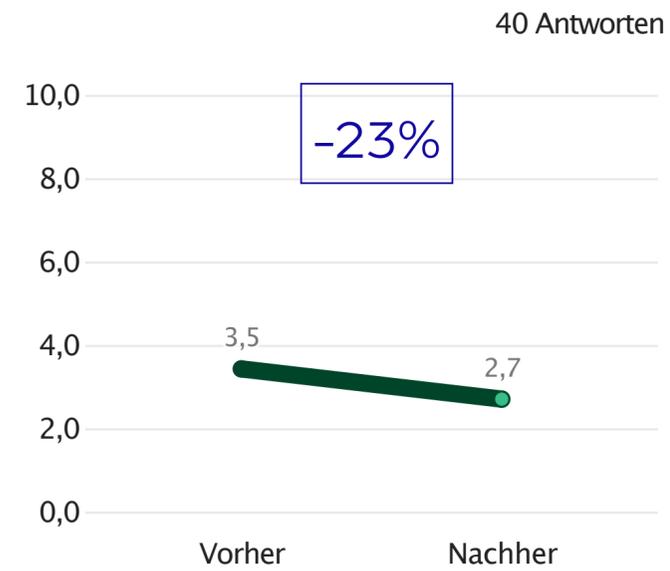


Schmerzintensität

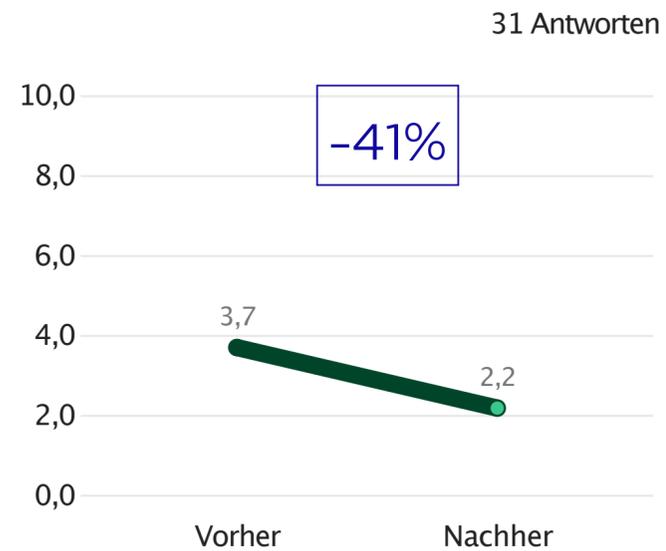
Nackенbereich



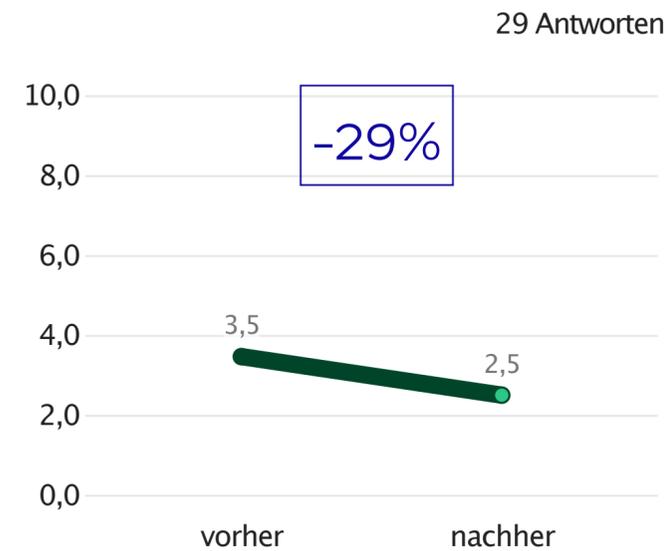
Schultergürtel – Armbereich



oberen Rückenbereich



unteren Rückenbereich



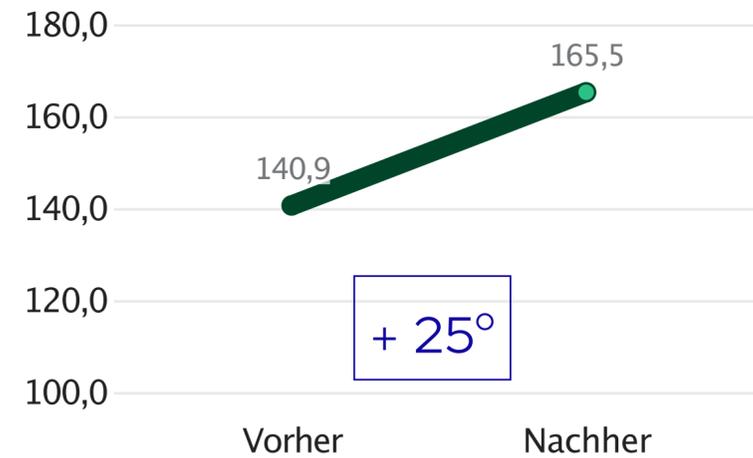
Beweglichkeitsmessung

Halswirbelsäule Summe L+R

Mittelwertvergleich Vorher/Nachher –mehr ist besser

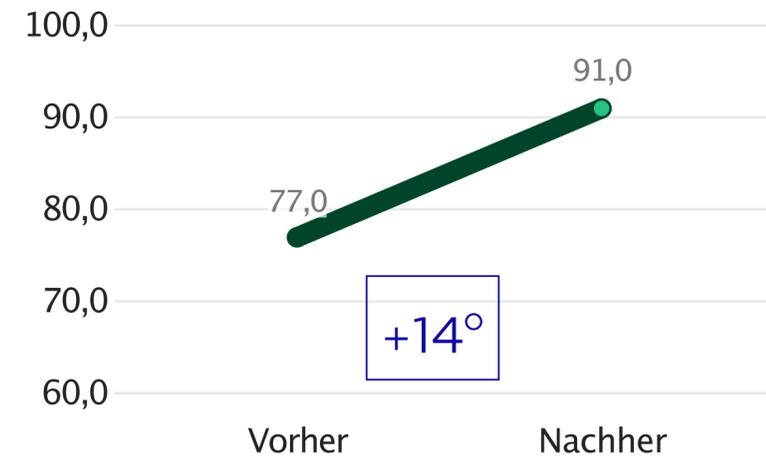
Rotation

48 Antworten



Seitenneigung

48 Antworten

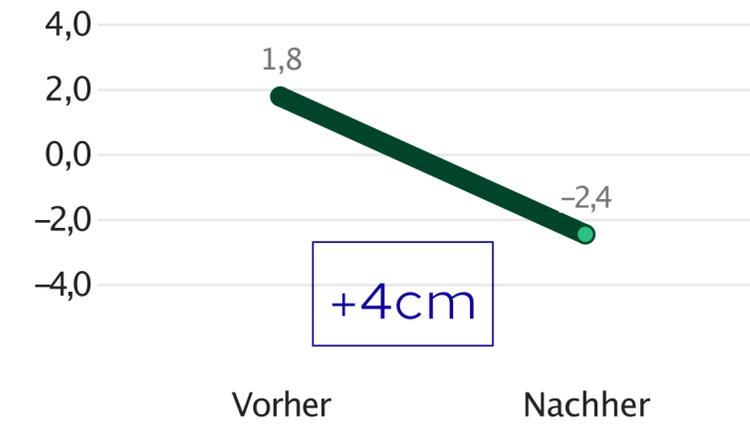


Schultergürtel Summe L+R

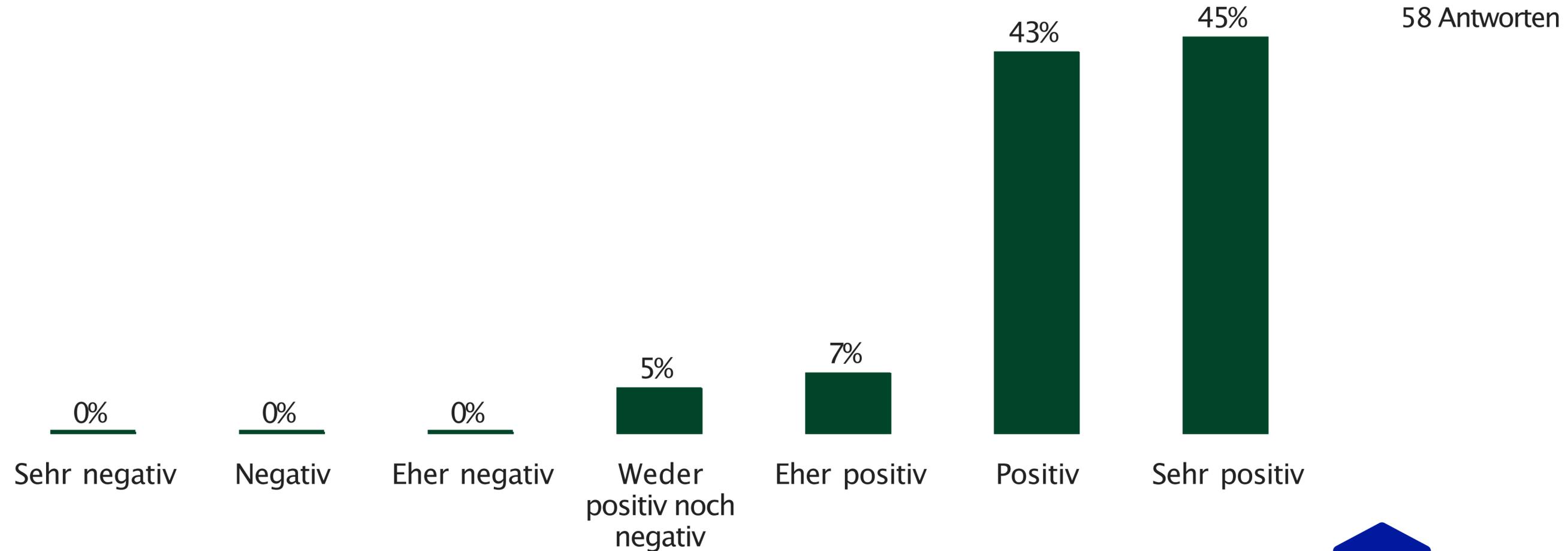
Mittelwertvergleich Vorher/Nachher –weniger ist besser

Kreuzgriff

34 Antworten

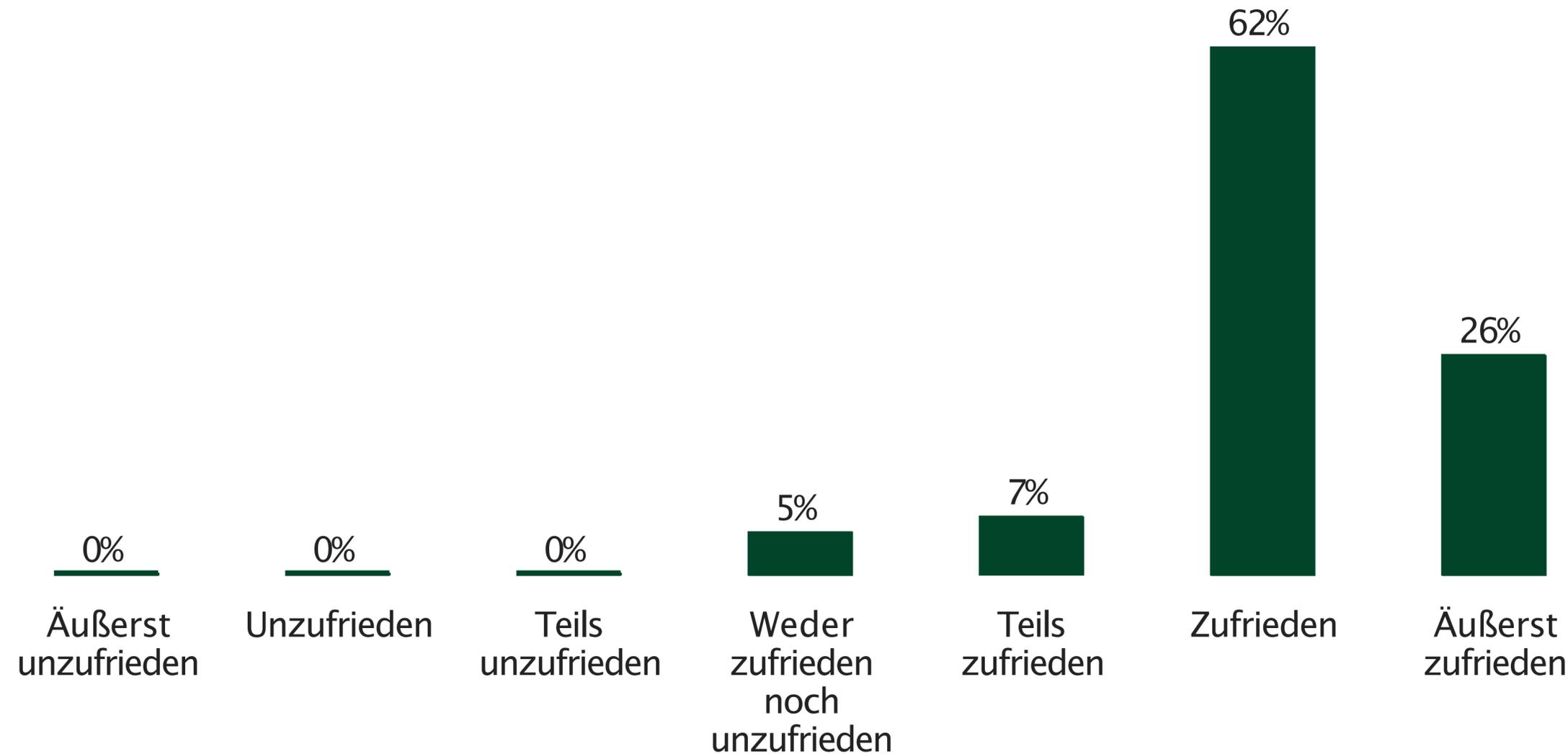


Wie beurteilen Sie die Möglichkeit der Nutzung des TensionTerminators am Arbeitsplatz?



Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit der Wirkung des TensionTerminators?

58 Antworten



Persönliche Rückmeldungen

Tolles Gerät –einfache Handhabung Wäre fein, wenn wir im KB Hall eines dauerhaft bekommen würden

Ich glaube, dass der Tension Terminator das allgemeine körperliche Wohlbefinden sehr steigern kann. Es fehlt meistens an der Zeit, dass man ihn richtig anwenden kann. Aber ansonsten ein tolles Gerät.

Sehr einfach und durchdachtes Gerät –einfach in der Anwendung –Hilfreich bei Schmerzen. Jedoch wie vorhin genannt –der Standort im KB Hall sollte vom 3. in den 2. Stock verlegt werden wenn möglich.

Habe den Tension Terminator jeden Tag verwendet, vor allem als die Verspannung mich daran erinnert hat. Wirkt sehr gut. Würde mich freuen, wenn der Tension Terminator längerfristig bei uns im Büro bleibt.

Ich war sehr überrascht darüber, wie gut die Ergebnisse sind, die ich trotz sehr kurzen Einheiten erzielen konnte.

Es ist wirklich sehr hilfreich um Verspannungen zu lösen. Außerdem lernt der Körper schneller die Verspannung loszulassen, mittlerweile braucht es nicht mehr so lange um gewisse Stellen zu lösen...

Die Idee mit einer Erinnerung, die einen an eine regelmäßige Anwendung des Terminators erinnert, finde ich super. Im stressigen Alltag vergisst man oft den Terminator anzuwenden.

Ich konnte schon bei der (leider) geringen Anwendungsanzahl feststellen, dass mein Rücken und mein Nacken nicht mehr so verspannt sind und sich meine Kopfschmerzen gebessert haben. Bei regelmäßiger Anwendung kann ich mir gut vorstellen, dass sich dies sehr positiv auswirkt.



Keep on rolling

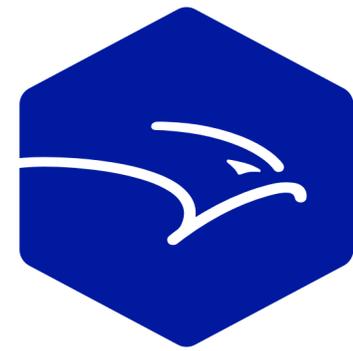
Wir wünschen ein entspanntes Team

Martin Feuerstein

Richardsweg 7
6020 Innsbruck
Austria

+43 699 10 222 520
martin@ergophysion.com
www.ergophysion.com





ErgoPhysion

visionäre Fusion aus Ergonomie und Physiotherapie

tirol institut für
qualität im
gesundheitswesen

fhg

tirol institut für qualität im gesundheitswesen – TiQGG

Leistungsfelder

- Umsetzung von Qualitätssicherungsprozessen
- Implementierung von Risiko- und Qualitätsmanagementsystemen
- Evaluierungen von Prozess- und Produktinnovationen, Projekten, QM/QS Systemen, Kundenkontaktpunkte
- Risikoanalysen und -absicherung
- Konzeption und Begleitung von Veränderungsprozessen
- Kommunikationsstrategien und -prozesse
- Führungs- und MitarbeiterInnenentwicklungssysteme
- Entwicklung/Durchführung von Aus- und Weiterbildungsprogrammen
- Digitalisierungsstrategien im Gesundheits- und Pflegebereich

Typisch TiQG

Unsere Leistungen sind ...

- anwendungsorientiert
- versorgungsorientiert
- ressourcenorientiert
- sicherheitsorientiert
- nachhaltig und zukunftsorientiert
- dem Prinzip der Wirtschaftlichkeit verpflichtet

Interdisziplinäres Team

Interprofessionell vernetzt



Das TiQG ist eine Transfereinrichtung der fh gesundheit –
eine Einrichtung des Landes Tirol

**Die Leistungen unterliegen dem Prinzip der
Gemeinnützigkeit**

Kontakt

Tirol Institut für Qualität im Gesundheitswesen

Eva Maria Jabinger, MMSc. BSc.

fh gesundheit

fhg – Zentrum für Gesundheitsberufe Tirol GmbH

Innrain 98, 6020 Innsbruck, AT

T +43 512 5322-76777

eva.jabinger@fhg-tirol.ac.at

www.fhg-tirol.ac.at/tiqg

tirol institut für
qualität im
gesundheitswesen

fhg

wir bilden zukunft

Qualität im Gesundheitswesen