

physio 8 | fitness 8 | diagnostik 8

bewegen stabilisieren funktionieren
activer renforcer exercer



Schutzmaßnahmen / Schutzkonzept COVID-19 Start Physiotherapie am 27.4.2020 Adaptationen ab dem 8.6.2020

Erstellt 18.3.2020

Ergänzt und erweitert am 18.4.2020

Adaptiert für den 27.4.2020

Ergänzt und erweitert für fitness8 11.5.2020

Ergänzt und erweitert am 8.6.2020

Gregor Christen Inhaber

Gregor Christen Inhaber

Gregor Christen Inhaber

Gregor Christen Inhaber

Gregor Christen Inhaber

Inhalt

Allgemeine Hygiene und Verhaltensregeln BAG.....	...2
Informations Broschüre BAG Verhaltensregeln.....	2
Umsetzung im Wartebereich und Sekretariat physio8 fitness8 diagnostik8.....	3
Patientenaufnahme Triage und Schutzmaßnahmen im Wartebereich.....	3
Schutzmaterial Mitarbeitende.....	4
Medizinische Trainingstherapie (MTT)	4
Gruppentherapie.....	5
Behandlung besonders gefährdeter Personen.....	5
Behandlung im Alters-und Pflegeheim.....	5
Schutzkonzept Mitarbeitende.....	6
fitness8 spezielle Schutzmaßnahmen zur Wiedereröffnung am 11.5.2020.....	7

Allgemeine Hygiene und Verhaltensregel in der Praxis physio8 fitness8 diagnostik8 und Medical Wellness Müller, Akupunktur8, N. Schaller und Akupunktmassage8 F. Christen

- Abstand halten (mindestens 2m) überall in der Praxis; Ausnahme: während der Behandlung
- Gründlich Hände waschen, vor-und nach der Therapie Händedesinfektion. (Ebenfalls nach dem Berühren der Schutzmaske mit den eigenen Händen)
- Wir geben beim Erstkontakt keine Hände mehr
- Unsere Therapeuten tragen alle Schutzmasken, beim Berühren der Schutzmaske werden vor dem Patienten demonstrativ die Hände desinfiziert.
- Ins Taschentuch oder in die Armbeuge husten und niesen

Neues Coronavirus Aktualisiert am 3.4.2020

SO SCHÜTZEN WIR UNS.

Jetzt unbedingt neue Regeln einhalten:

✓ Testen



Bei Symptomen sofort testen lassen und zuhause bleiben.

✓ Tracing



Zur Rückverfolgung wenn immer möglich Kontaktdaten angeben.

✓ Isolation/Quarantäne



Bei positivem Test: Isolation. Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.

Weiterhin wichtig:

✓ Abstand halten.



✓ Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



✓ Gründlich Hände waschen.



✓ Hände schütteln vermeiden.



✓ In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



✓ Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.



✓ Falls möglich weiter im Homeoffice arbeiten.



www.bag-coronavirus.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffiz federal da sanadad publica UFSP



QR Code

640 x 905

Umsetzung im Wartebereich / Sekretariat physio8

- Die entsprechenden Plakate (BAG) sind im Eingangsbereich, Wartebereich und an den Türen zum fitness8 Bereich aufgelegt respektive aufgehängt.
- Auf unserer Webseite NEWS finden sich diese Informationen ebenfalls. Das Schutzkonzept mit den wichtigsten Maßnahmen ist unter NEWS vom 18.4.2020 aktualisiert www.physio8.ch/news
- Beim Eingang ist ein Händedesinfektionsmittel für unsere Kunden aufgelegt
- Die Eingangstüre zum Wartezimmer physio8 bleibt offen (keine unnötigen Berührungen der Türfalle)
- Das Sekretariat ist mit einer Plexiglasscheibe geschützt
- Alle Drucksachen sind entfernt, ausser die Schutzinformationen
- Die Stühle sind im Wartezimmer auf 3 reduziert. Abstand 2m kann gewahrt werden.
- Die Räume werden am Tag 4 x gelüftet. Verantwortlich: Sekretariat und Wartebereich (Anna Mainolfi und Nicole Michel) Therapeuten im eigenen Behandlungszimmer, Gregor Christen im 1.OG
- Die Bodenmarkierungen (2m Distanz wahren) sind vorhanden
- Ein Stopp Schild an der Rezeption ist aufgestellt.
- Termine werden auf Abstand (mindestens 2m) gegeben. 2. PC-Station im 1.OG

Patientenaufnahme

- Behandlungsbeginn pro Therapeuten/Therapeutin sind gestaffelt. 15', 30', 45' 60'
- Benutzung des Trainingsraums (MTT) in Absprache mit den PhysiotherapeutInnen organisieren
- An Eigenverantwortung der PatientInnen appellieren
- Beim Kreuzen im Gang im Gang äußerste Vorsicht (siehe Bodenmarkierungen)
- Keine Begleitpersonen im Wartezimmer

- Die Patienten werden darauf hingewiesen, nicht zu früh in die Therapie zu erscheinen. Ansonsten immer Abstand wahren, oder im Eingangsbereich stehend warten.
- Mobiliar und Geräte sind optimal platziert, es wurden bereits Stühle entfernt
- Termine nur nach tel. Anmeldung
- Risikopatienten werden auf das Tragen einer eigenen Maske aufmerksam gemacht, die Therapeuten können eine Maskenpflicht bei Ihnen verlangen.

Schutzmaterial Mitarbeitende

- TherapeutInnen tragen während der Behandlung immer Gesichtsschutzmasken (Distanz < 2m)
- pro Tag und Therapeut 1 Schutzmaske, max. 2
- Umgang mit Schutzmaske vorbildlich, vor und nach jedem Berühren der Maske werden die Hände desinfiziert
- Unsere Praxis ist besorgt immer ausreichend Schutzmaterial (Schutzmasken, Desinfektionsmittel und Handschuhe Latex frei) zur Verfügung zu haben.

Medizinische Trainingstherapie (MTT)

- Entfernung zwischen Geräten/Trainingsparcours und den PatientInnen an soziale Distanz (2 Meter) ist angepasst
- Die Gleichzeitige Anwesenheit verschiedener Patientinnen wird reduziert oder vermeiden und in Absprache zwischen zwei Therapeuten auf Ost und West ausgewichen.
- Ab dem 11.5.2020 ist das Training fitness8 wieder offen für die Abonnenten, siehe dazu ab Seite 12
- Hygienemassnahmen: Aufsicht und Verantwortlichkeiten, liegen bei Gregor Christen, Nathalie Schaller und dem Sekretariat Anna Mainolfi
- Der MTT-Bereich ist nur mit unserem Patch zugänglich.

Gruppentherapien

- Wir behandeln in der aktuellen Situation keine Gruppen

Behandlung besonders gefährdeter Personen

- Personen ab 65 Jahren sowie Personen, die folgende Erkrankungen aufweisen:
 - Bluthochdruck
 - Herz-Kreislauf-Erkrankungen
 - Chronische Atemwegserkrankungen
 - Diabetes
 - Erkrankungen/Therapien, die das Immunsystem schwächen
 - Krebs unter medizinischer Behandlung

Wir beachten folgende Punkte:

- Sowohl Patient:innen als auch Therapeut:innen tragen während der ganzen Behandlung eine Schutzmaske, Patient:in kommt mit eigener Schutzmaske
- Terminvergabe am Telefon oder auf Distanz
- Heimbehandlungen werden nach Absprache mit dem Arzt durchgeführt. Allerdings nur ohne zusätzlichen Schutzanzug möglich
- Kontaktieren Sie uns tel. bei Unklarheiten 032 322 15 50

Behandlungen im Alters- und Pflegeheim

Die Behandlungen im Altersheim am Zentralplatz, Centre Rochat, werden nur nach Absprache mit der Heimleitung ausgeführt. Im April fanden bisher keine Behandlungen mehr statt. Frau Nathalie Schaller selbständige Physiotherapeutin physio8 ist einzig zuständig. Die Behandlungen werden nur nach Absprache und Verordnung nach Arzt ausgeführt. (Dr. S. Schenk und Dr. R. Bösiger sind die Haupt Zuweiser dazu)

Schutzkonzept Mitarbeitende

- Bei Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung zu Hause bleiben und nach telefonischer Anmeldung in eine Arztpraxis oder Notfallstation gehen
- Versetzte Arbeits- und Pausenzeiten sind bereits eingeführt.
- Im Büro physio8 maximal 2 Personen
- Dossiers werden von den Therapeuten in das Behandlungszimmer genommen

Besonders gefährdete Mitarbeitende und Schutzmaßnahmen Sekretariat

Wir haben in unserer Praxis aktuell keine besonders gefährdeten Therapeuten. Das Sekretariat ist durch eine Plexiglasscheibe geschützt. Die Anwesenheiten der zwei Personen ist gestaffelt. Aktuell wird im 4.OG eine dezentrale PC-Station eingerichtet.

Massnahmen zur Wiedereröffnung fitness8 ab 11.5.2020 und den Trainingsbereich ab 8.6.2020

Alle in der Folge aufgelisteten Bestimmungen wurden sämtlichen Abonnementen fitness8 schriftlich per Post zugestellt.

Zusätzlich zu den bereits in der physio8 erwähnten Massnahmen werden im fitness8 noch folgende Ergänzungen gemacht:

- Die Lüftung der Räume erfolgt 4 x im Tag, durch den jeweiligen Therapeuten, der den ganzen Tag anwesend ist
- Es arbeiten drei Physiotherapeuten im fitness8 Bereich und überwachen die erwähnten Massnahmen
- Der Eintritt der fitness8 erfolgt ab dem 8.6.2020 normal. Auf unserer Trainingsfläche dürfen maximal 10-15 Personen gleichzeitig trainieren.
- Die Garderobe / Dusche wird nach Möglichkeit nicht benutzt. Ziehen Sie sich zu Hause um. Duschen Sie zu Hause. Verlassen Sie nach dem Training den Raum gleich wieder. Maximal Aufenthaltsdauer 90 Minuten.
- Bei der Benutzung der Garderoben / Duschen maximal 2 Personen im Raum

- Markierungen (2m Distanz) und der Hinweis für die Gerätereinigungen wurden überall angebracht.
- Es stehen an mehreren Stellen Händedesinfektionsmittel zur Verfügung.
- Für die Gerätereinigung (Ausdauer Technogym) stehen spezielle Feuchttücher (Antibakteriell und Antifugide beschichtet) zur Verfügung
- Die Reinigung der Kraftmaschinen erfolgt mittels Papiertüchern (Einweg) und einem speziellen hochwirksamen Fungizid und Bakteriozydem Mittel.
- Das Benutzen eines Frottetuches ist obligatorisch. Decken Sie damit die Kontaktflächen ab. Wir bieten in Kürze ein geeignetes Tuch zum Verkauf an.

Wir freuen uns auf Sie

Greg Christen und das gesamte Team fitness8 und espace-8