

## BAI-Reha: Das **Berner ambulante interprofessionelle** muskuloskelettale Rehabilitationsprogramm für Schmerzpatienten /-innen

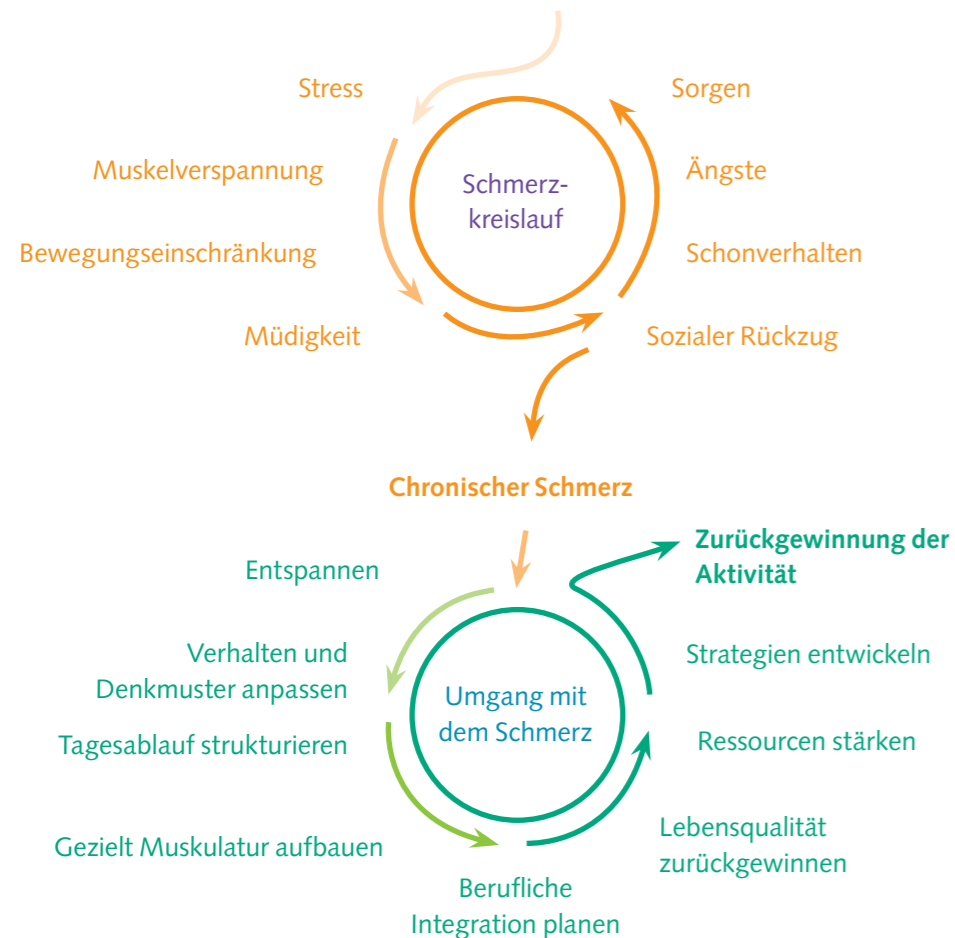
Inselspital  
Universitätsspital Bern  
Universitätsklinik für Rheumatologie,  
Immunologie und Allergologie  
Prof. Dr. med. Peter Villiger, Chefarzt und Klinikdirektor  
CH-3010 Bern  
Tel. +41 79 281 13 71  
BAI-Reha@insel.ch

[www.ria.insel.ch](http://www.ria.insel.ch)  
[www.rheumabern.ch](http://www.rheumabern.ch)

Für einen Einblick in die Arbeit mit dem interprofessionellen Team  
empfehlen wir Ihnen den BAI-Film auf der Webseite [ria.insel.ch](http://ria.insel.ch)  
(unter Rheumatologie, Leistungsangebot, BAI-Reha)



Schmerz dient als Warnsignal und hat die Aufgabe, den Körper zu schützen. In diesem Fall spricht man von akutem Schmerz. Schmerzen können jedoch auch chronisch werden und sich zu einer eigenen Krankheit entwickeln. Die Nerven senden dann anhaltend Schmerzimpulse an das Gehirn. Dieser **chronische Schmerz** hat für Patient/-innen häufig Auswirkungen auf viele Lebensbereiche.



Das **BAI-Programm** ist ein Angebot für Patient/-innen, die unter chronischen muskuloskelettalen Schmerzen leiden. Es steht Ihnen ein Experten-Team aus mehreren Berufsgruppen zur Verfügung (Medizin, Pflege, Physiotherapie, Ergotherapie, Psychologie und Sozialberatung). Um Ihre Problematik aber auch Ihre Ressourcen kennenzulernen, erachten wir eine interprofessionelle Abklärung als sinnvoll.

Auf dieser Grundlage suchen wir gemeinsam mit Ihnen nach Zielen, Strategien und angepassten Aktivitäten, damit Sie mit vermehrter Qualität am Leben teilhaben können. Im BAI-Programm arbeiten Sie mit Unterstützung des interprofessionellen Teams Schritt für Schritt an der Umsetzung Ihrer Ziele. Das Programm ist ambulant und dauert 12 Wochen.

#### Inhalt BAI-Programm (12 Wochen ambulant):



#### Das Programm umfasst folgende Bausteine:

##### • Gruppentherapien

Physiotherapie (Medizinische Trainingstherapie MTT, Körperwahrnehmung, Bad, Nordic Walking, Heimprogramm unter Supervision), Ergotherapie (Techniken zur Bewältigung des Alltags, Ergonomie, Kochgruppe), Psychologie (psychologische Strategien im Umgang mit Schmerzen)

##### • Einzelsitzungen

Medizin, Pflege, Physiotherapie, Ergotherapie, Psychologie, Sozialberatung, ev. Arbeitsplatzberatung, interprofessionelle Zielbesprechungen



Das BAI-Programm wird bis 24 Monate nach Abschluss wissenschaftlich evaluiert.