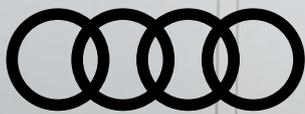


Audi BKK

Digitales Bewegungs- training.

Mit OrthoHero gegen Rücken-
und Knieschmerzen.



Fast jeder Erwachsene in Deutschland kennt sie: Rücken- oder Knieschmerzen. Durch Physiotherapie lassen sich die lästigen Beschwerden lindern, doch die Wartezeit auf eine Behandlung ist oft lang. Mit dem Versorgungsprogramm OrthoHero bietet Ihnen die Audi BKK bundesweit eine digitale Therapie, mit der Sie direkt beginnen können.

Innovativ und effektiv: OrthoHero kombiniert die Vorteile von digitaler Therapie und persönlicher medizinischer Betreuung. Nach einem App-gestützten Eingangsscheck erstellen Sie mit Ihrer Orthopädin oder Ihrem Orthopäden einen individuell abgestimmten Trainingsplan. Dieser wird Ihnen anschließend

in der Bewegungstrainings-App Herodikos zur Verfügung gestellt. Zusätzlich leiten Erklärvideos Sie bei den Übungen an. Voraussetzung sind Rücken- oder Knieschmerzen sowie die Feststellung der Eignung durch eine teilnehmende Ärztin oder einen teilnehmenden Arzt.

Ihre individuelle Bewegungstherapie – OrthoHero im Überblick

- › **Keine Wartezeiten** – nachdem Sie von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt den Zugangscode erhalten haben, können Sie sofort mit dem App-Training beginnen.
- › **Zeit- und ortsunabhängiges Training** – führen Sie die Übungen dann durch, wenn es in Ihren Terminplan passt.
- › **Ärztliche Begleitung** – Ihre Ärztin oder Ihr Arzt bleibt über den gesamten Therapiezeitraum mit Ihnen vernetzt, steuert den Therapieprozess und führt erforderliche Trainingsmodifikationen durch.
- › **Verlängerung möglich** – nach dem ärztlichen Abschlussgespräch kann die Therapie von 90 auf 180 Tage verlängert werden.



Verabschieden Sie sich jetzt von Ihren Rücken- oder Knieschmerzen. Für eine Übersicht der teilnehmenden Fachärztinnen und -ärzte scannen Sie den QR-Code oder besuchen Sie die Webseite www.audibkk.de/orthohero

Zuhören ist unsere
stärkste Leistung.