

Wie sieht die Zusammenarbeit mit den Interventionskräften von muko.fit aus?

Um erfolgreich an Veränderungen arbeiten zu können, braucht es Verabredungen zur Umsetzung. Da **muko.fit** keine persönlichen Kontakte vorsieht, ist es wichtig, zum Teilnahmebeginn bestimmte Absprachen zur Kontaktaufnahme zu treffen.

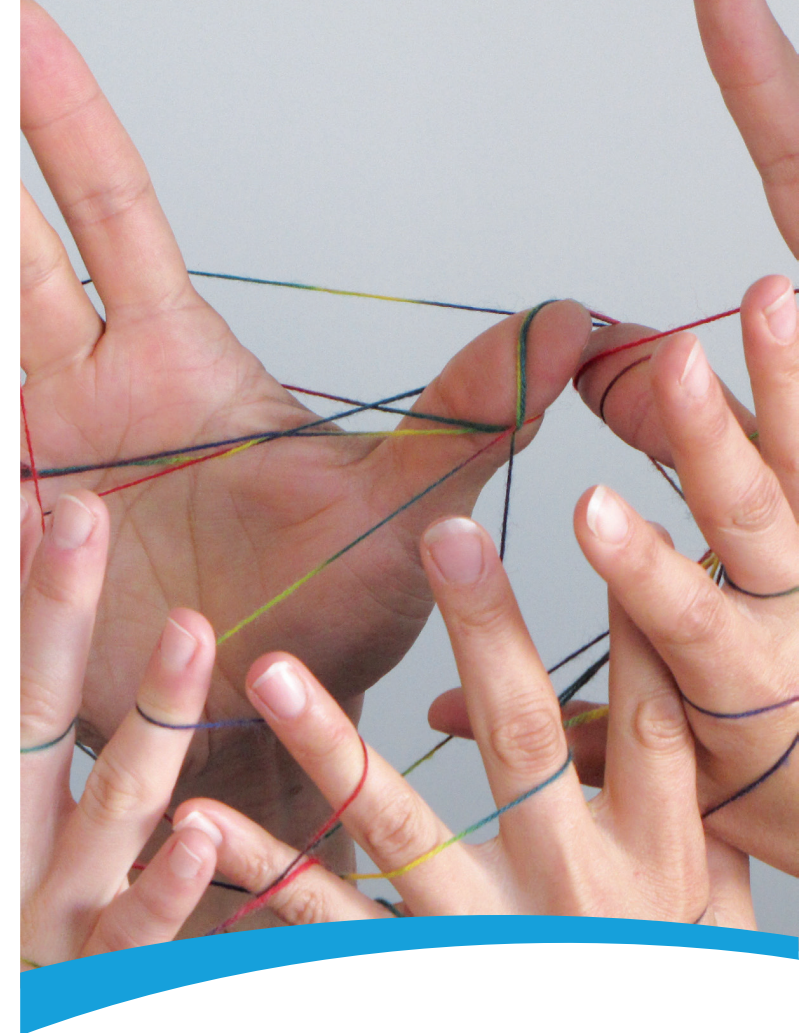
Der Kontakt zwischen den Interventionskräften des **muko.fit**-Teams und dem Patienten und/oder den Angehörigen erfolgt vorwiegend per Telefon, E-Mail oder WhatsApp. Wichtig ist, sich beim Team zu melden, sollte ein Termin einmal nicht eingehalten werden können.

Es ist sinnvoll, in der Ambulanz einen Ansprechpartner zur Vermittlung zu haben, zu dem die Patienten und Angehörigen, die Ambulanz sowie die Interventionskräfte von **muko.fit** in regelmäßigem Kontakt stehen.

Teilnahme

Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob eine Teilnahme an **muko.fit** für Sie passend ist, melden Sie sich gerne bei uns.

Sie erreichen uns unter:
mukofit@muko.info bzw. Tel.: 0228-98780-0



muko.fit

Ein Unterstützungsangebot für
schwerstkranke Mukoviszidose-Patienten

Mukoviszidose e. V.
In den Dauen 6 | 53117 Bonn
Tel.: 0228 98 78 0-0 | Fax: 0228 98 78 0-77
info@muko.info | www.muko.info



Was ist muko.fit?

muko.fit ist ein Angebot des Mukoviszidose e.V. mit dem Ziel, die Situation von Mukoviszidose-Patienten mit einem ungünstigen gesundheitlichen Verlauf und/oder besonderen Problemlagen zu verbessern und dadurch die Lebensqualität zu steigern.

Die Patienten werden auf Grundlage einer von Patient und Behandler gemeinsam erstellten Behandlungs- und Aktionsvereinbarung (Aktionsplan) darin unterstützt, ihren Gesundheitszustand langfristig zu stabilisieren und zu verbessern. Vorgesehen ist, durch regelmäßige Kontakte mit dem Teilnehmer die Umsetzung der vereinbarten Ziele zu begleiten und bei der Durchführung zu helfen. Die Unterstützung reicht von sozialrechtlicher Beratung bis zur Hilfe bei der Organisation von Sportangeboten im Umfeld des Teilnehmers und richtet sich nach der persönlichen Situation und den Bedürfnissen.

Wie unterstützt muko.fit den Therapiealltag?

Die Teilnehmer bei **muko.fit** formulieren gemeinsam mit ihrem Ambulanzzarzt/-ärztin Ziele, die sie im Verlauf des Teilnahmejahres umsetzen möchten. Durch regelmäßige Kontakte über den Ambulanzbesuch hinaus werden diese Ziele durch das **muko.fit**-Team begleitet und unterstützt. Dabei steht das Team mit allen für die Umsetzung relevanten Behandelnden (z.B. Physiotherapie, Ernährungsberatung, Ambulanzteam, Schule, Sportstätten) in engem Kontakt. So bekommt der Teilnehmer die Möglichkeit, seine Ressourcen auszuschöpfen und dadurch seine Situation individuell zu verändern. Diese zusätzlichen Kapazitäten durch **muko.fit**, die die Zielerreichung zwischen den Ambulanzterminen begleiten, stehen im Klinikalltag der CF Ambulanzen häufig nicht zur Verfügung.

Wie setzt sich das muko.fit-Team zusammen?

Das **muko.fit**-Team besteht aus den psychosozialen und sportwissenschaftlichen Interventionskräften des Mukoviszidose e.V., die als Ansprechpartner, Betreuer und Koordinatoren des Angebots fungieren. Im Team arbeiten Sozialarbeiter und sportwissenschaftliche Mitarbeiter mit den Teilnehmern. Sie kooperieren mit dem Patienten, der betreuenden Ambulanz und den beteiligten Therapeuten sowie weiteren Helfern. Jeder Teilnehmer hat feste Ansprechpartner.

Wie kann ich bei muko.fit mitmachen?

Vor der Aufnahme bei **muko.fit** durchläuft jeder mögliche Teilnehmer ein Bewerbungsverfahren. Die Bewerbungsunterlagen bestehen aus einem strukturierten Erhebungsbogen sowie einer Kurzbewerbung. Die Vordrucke dafür können bei den **muko.fit**-Mitarbeitern unter mukofit@muko.info angefordert werden. Ein aktueller Arztbrief wird den Bewerbungsunterlagen beigelegt. Die Bewerbung für **muko.fit** erfolgt durch die betreuende Ambulanz des Patienten. Die Teilnahme am Angebot wird durch ein Expertengremium entschieden.

Wie geht es weiter, wenn ich bei muko.fit angenommen wurde?

Erfolgt eine Zustimmung zur Teilnahme an **muko.fit**, wird auf Grundlage der erhobenen Informationen aus der Bewerbung gemeinsam ein Aktionsplan erarbeitet. Dieser kann, je nach individueller Bedarfslage, sowohl medizinisch-therapeutische, physiotherapeutische, psychosoziale/sozialrechtliche, psychologische als auch diätetische und sportwissenschaftliche Maßnahmen enthalten. Der Aktionsplan bietet die gemeinsame Handlungs- und Beratungsgrundlage für zunächst ein Jahr. Nach Ablauf des Jahres wird gemeinsam entschieden, ob eine Fortsetzung um ein weiteres Jahr sinnvoll ist.

Was sind meine Aufgaben bei muko.fit?

Die eigene Motivation, die gesundheitliche und allgemeine Situation verbessern zu wollen, ist die wichtigste Voraussetzung zur Teilnahme an **muko.fit**. Der Aktionsplan, den Teilnehmer gemeinsam mit der Ambulanz entwickeln, bildet die Arbeitsgrundlage für eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Im Ablauf eines Jahres arbeiten Teilnehmer, Ambulanz und **muko.fit**-Team gemeinsam an der Umsetzung der gesetzten Ziele. Die Bereitschaft, regelmäßig mit den Interventionskräften in Kontakt zu treten, ist ein wichtiger Bestandteil des Programms. Die im Aktionsplan vereinbarten Punkte können nach Bedarf geändert und an die persönliche Situation angepasst werden.