



## Informationen für Patient\*innen

### Was ist GLA:D?

**GLA:D**<sup>®</sup> steht für **Good Life with osteoArthritis in Denmark** und ist ein wissenschaftlich fundiertes Untersuchungs- und Behandlungsprogramm für Patient\*innen mit Arthrose.

Darüber hinaus werden die Ergebnisse anonymisiert in das zentrale Forschungsnetzwerk in Dänemark eingepflegt und dort für die Weiterentwicklung der Evidenzlage herangezogen. Somit helfen PatientInnen mit die Behandlung in Zukunft noch präziser Abstimmen zu können. Das Programm gibt es bereits seit 2013 und wird mittlerweile in 11 Ländern weltweit angeboten. 2020 hat die Fachhochschule St. Pölten, gemeinsam mit dem Physiozentrum für Weiterbildung, **GLA:D**<sup>®</sup> auch in Österreich gestartet und kann seither von Patient\*innen bei **GLA:D**<sup>®</sup> zertifizierten PhysiotherapeutInnen in Anspruch genommen werden.

### Wie läuft das Programm ab?

Patient\*innen suchen sich über diese Website eine/n zertifizierten **GLA:D**<sup>®</sup> Physiotherapeut\*in und absolvieren dann das **GLA:D**<sup>®</sup> Programm, das aus folgenden Inhalten besteht:

- Vorerhebung Ihres Krankheitsbildes anhand eines standardisierten **Fragebogens**
- eingehende **Untersuchung** und **körperliche Tests** durch eine zertifizierte **GLA:D**<sup>®</sup>Physiotherapeut\*in
- Aufklärung, Beratung und Instruktion
- **Wissenschaft basiertes Trainingsprogramm**, das speziell auf die Möglichkeiten und Einschränkungen der PatientInnen angepasst wird
- Abschlussuntersuchung und anonymisierte **Dateneingabe** in weltweites Forschungsnetzwerk

### Warum soll ich mich für GLA:D<sup>®</sup> entscheiden?

Während der Absolvierung des Programms lernen Sie mit Ihren Schmerzen und Einschränkungen umzugehen und können selber einschätzen was Ihnen „gut tut“ und was Ihnen „weniger gut tut“. Ergebnisse aus anderen Ländern zeigen, dass es zu einer deutlichen Schmerzreduktion im Alltag und bei Aktivität kommt und dadurch die Lebensqualität signifikant besser wird.

Es werden regelmäßig Testungen und Befragungen mittels standardisierten Fragebögen durchgeführt, um die Entwicklung gut zu dokumentieren. Aller erhobene Daten werden selbstverständlich anonym bearbeitet und an an das **GLA:D**<sup>®</sup> Austria Register geschickt. So tragen Sie wesentlich zur Qualitätssicherung des **GLA:D**<sup>®</sup> Programms bei!