feedback gsunddihei Mai 2025

Im November 2024 habe ich mein rechtes Knie operiert. Nachdem der Erfolg so vielversprechend war, und ich wieder schmerzfrei war, entschloss ich mich, Ende März 2025 auch das 2. Knie-OP zu operieren (Vollprothesen). Nach der 1. OP konnte ich fast 3 Wochen in die Reha, nach der 2. OP hat mir meine Krankenkasse die Reha leider nicht genehmigt – darüber war ich sehr enttäuscht und verärgert.
Von meiner Physiotherapeutin wusste ich, dass es beim Physiotherapiezentrum am Dorfplatz in Galgenen ein neues Projekt «gsunddihei» gibt und habe mich dort sofort nach den Bedingungen, Abläufen etc. erkundigt. Zum Glück gab es kurzfristig für mich einen Platz, und meine Krankenkasse hat diese ambulante Intensiv-Physiotherapie auch umgehend bewilligt.
Da ich alleine lebe, waren die ersten Wochen zu Hause eine Herausforderung, denn ich musste während 6 Wochen mit zwei Krücken gehen. Die Spitex unterstützte mich bei der Hausarbeit, die Pflege konnte ich zum Glück selber bewältigen. Dank meines guten Umfeldes hatte ich sehr viel Unterstützung beim Einkaufen etc. und war oft zum Essen eingeladen.
Jetzt, nachdem diese ersten 6 Wochen vorüber sind, kann ich ein erstes Fazit bzw. einen ersten Vergleich ziehen:
Auch wenn ich über die Ablehnung der Reha sehr enttäuscht und die Zeit nach dem Spital nicht einfach war, bin ich vom Projekt «gsunddihei» begeistert!
Zum Glück gibt es in unserer Region so etwas. Eine wirklich tolle Alternative, wenn die Kasse eine Reha nicht genehmigt. Während zwei bis drei Wochen hat man täglich zwei Anwendungen (Physio/Lymphdrainage) und wird mit dem SRK-Fahrdienst abgeholt und wieder nach Hause gebracht. Das Angebot könnte noch durch den Mahlzeitendienst und/oder Spitex-Leistungen erweitert werden. Ich muss sagen, eine tolle Sache!

«Im Vergleich mit der Reha ist die Intensiv-Physio anspruchsvoller und strenger, aber ich war nach diesen zwei Wochen körperlich besser «zwäg» als nach der Reha»

Wenn auch Du einmal eine Reha nicht genehmigt bekommst, melde dich sofort bei «gsunddihei.ch» - dort wird dir professionell geholfen – und auch du wirst begeistert sein!