

suMus – Leitfaden für PatientInnen

Anmeldung

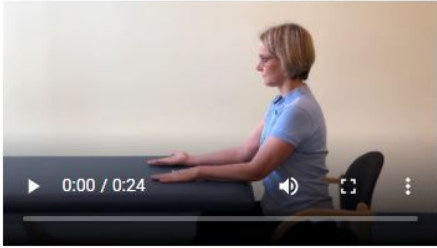
- Sie bekommen automatisch von team@sumus.digital eine E-Mail, nachdem Ihr Therapeut/ Ihre Therapeutin Sie zu suMus eingeladen hat. Wenn Sie auf den Link in der E-Mail klicken, gelangen Sie zur Registrierung für die suMus-App.

Achtung: Internet Explorer unterstützt die Videos nicht. Nutzen Sie daher einen anderen Webbrowser.

- Bitte machen Sie die mit * markierten Angaben. Bei „Arzt“ nennen Sie am besten die Praxis, die Ihnen die Physiotherapie-Rezepte ausstellt.
- Nachdem Sie Ihre Registrierung abgeschlossen haben, bekommt Ihr Therapeut bzw. Ihre Therapeutin eine Benachrichtigung, dass Sie sich erfolgreich ins System registriert haben. Ihr Therapeut/ Ihre Therapeutin kann nun Übungspläne für Sie erstellen.

Verwendung

- Sie finden die für Sie individuell zusammengestellten Übungen unter: <https://app.sumus.digital/>
- Nach Beendigung der Übung ist Ihr Feedback wichtig! Nur mit Ihrem Feedback kann suMus adäquat entwickelt und verbessert werden. Setzen Sie das Häkchen, beantworten Sie die drei Fragen und schreiben gerne auch Kommentare ins Frei-Feld. Diese Informationen sieht Ihr Therapeut/ Ihre Therapeutin und kann den Übungsplan anpassen. Zur Speicherung Ihres Feedbacks klicken Sie bitte auf „Senden“.



OE 11 - KOORDINATION AM TISCH - UNTERARME
 4 WIEDERHOLUNGEN

Setzen Sie sich an einen Tisch und legen Sie beide Unterarme auf den Tisch. Beim rechten Arm schaut die Handfläche zur Decke, beim linken Arm schaut die Handfläche zum Tisch. Wechseln Sie die Unterarmposition nun gleichzeitig.

Meine Durchführungen für die Woche

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Wann hast Du die Übung gemacht?
 08.03.2021 13:07

Wie anstrengend war diese Übung für Dich heute?
 K.A. ZU LEICHT LEICHT GENAU RICHTIG SCHWER ZU SCHWER

Hattest Du Schmerzen?
 K.A. NEIN ETWAS SEHR

Hat Dir die Übung Spaß gemacht?
 K.A. NEIN ETWAS SEHR

Feedback

Beispiel einer Übung und dem dazugehörigen Feedback aus dem suMus-Katalog

Viel Spaß mit der suMus-App!