

Dresden International University

**Studiengang Präventions-, Therapie- und
Rehabilitationswissenschaften (B.Sc.)**

Bachelorarbeit

Thema:

**„Welche Form des Selbstmanagements erweist sich nach
aktuellem Kenntnisstand als effektivste Intervention für
chronische Rückenpatienten?“**

Eine Literatarbeit unter Betrachtung wirtschaftlicher Aspekte

vorgelegt von: Dominik Alt

Geboren am: 17.05.1995

Matrikelnummer: 7007703

zur

Erlangung des akademischen Grades

Bachelor of Science

1. Gutachter: Herr Prof. Dr. Friedrich Vogelbusch

2. Gutachter: Herr Bernhard Reichert MSc. BSc.

Abgabedatum: 06.05.2020

Inhaltsverzeichnis

Tabellenverzeichnis	II
Abbildungsverzeichnis	II
Abkürzungsverzeichnis	III
1. Die Einleitung	1
1.1. Die Relevanz des Themas	1
1.2. Die Relevanz für den Beruf	2
1.3. Die Zielsetzung der Arbeit und Fragestellung	3
2. Der theoretische Hintergrund	5
2.1. Die Anatomie und Funktion des menschlichen Rückens	5
2.2. Definition und Faktoren Chronischer Rückenbeschwerden	8
2.3. Was ist unter Selbstmanagement zu verstehen?	12
2.4. Die Kosten-Analyse der GKV	13
3. Der Hauptteil	15
3.1. Bestätigung der Forschungslücke	15
3.2. Die Literaturrecherche	16
3.3. Die methodologische Analyse	18
3.4. Die inhaltliche Analyse	19
4. Die Ergebnisse	23
4.1. Bestätigung der Forschungslücke	23
4.2. Die Ergebnisse der Literaturrecherche	23
4.3. Die Ergebnisse der methodologischen Analyse	24
4.4. Die Ergebnisse der inhaltlichen Analyse	25
5. Die Diskussion	42
5.1. Zusammenfassung der erarbeiteten Ergebnisse	42
5.2. Die Methodendiskussion	43
5.3. Ein Ausblick mit eventueller Kosten-Nutzen-Analyse	44
6. Das Fazit	45
6.1. Bedeutung für die Praxis	45
6.2. Handlungsempfehlungen	46
7. Literaturverzeichnis	47