

# OrthoHeroBKK

## App-gestützte Bewegungstherapie



## Fragen & Antworten

Diese Liste beantwortet häufig gestellte Fragen der teilnehmenden Ärzte.

“OrthoHeroBKK” bedient sich der Herodikos-App, daher ist im Folgenden häufig von “Herodikos” die Rede.

### Wann ist OrthoHeroBKK für mich interessant?

OrthoHeroBKK ist ein hybrides Versorgungsmodell bestehend aus ärztlichen Leistungen in Verbindung mit individuellen Eigenübungen und Monitoring über die Herodikos-App – einem digitalen, zertifizierten Medizinprodukt. Zunächst sollten Sie Interesse an Bewegungs- bzw. Sporttherapie sowie an digital unterstützten Versorgungsformen haben. Des Weiteren sollten Sie bereit dazu sein, Ihrem Patienten die in diesem Vertrag verankerten Erst- und Folgetermine anzubieten. Darüber hinaus gelten formale Voraussetzungen wie der Facharzt-Status und die Vertragsarzt-Zulassung im KV-Bezirk einer beigetretenen Kassenärztlichen Vereinigung (zu finden unter [www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk](http://www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk)).

Übungs- bzw. Trainingspläne in Herodikos werden mittels einer integrierten geführten Bewegungsanalyse auf die persönliche Situation des Patienten angepasst und sind daher stets individuell.

- **Erst-, Folge- und Monitoring-Termine werden Ihnen im Rahmen dieses Vertrages extrabudgetär und zusätzlich zur Regelversorgung der GKV vergütet.** Details finden Sie in der Schnellstartanleitung sowie im Vertrag.
- Weitere Informationen zu den Teilnahmevoraussetzungen und Prozessen erhalten Sie im Rahmen der Schulungsveranstaltungen des BVOU sowie im Vertrag.

### Welche Betriebskrankenkassen sind dem Vertrag beigetreten?

Eine Übersicht der Betriebskrankenkassen finden Sie unter [www.link.bvou.net/OrthoHero-BKK](http://www.link.bvou.net/OrthoHero-BKK)

### Ab wann darf ich im Vertrag verordnen?

Nach Ihrer Teilnahme an einer der ca. einstündigen Vertrags-Schulungen des BVOU können Sie sich online in den Vertrag einschreiben: <https://doo.net/veranstaltung/88842/buchung>

Zu diesem Zeitpunkt können Sie bereits Ihr Nutzerkonto anlegen: <https://app.herodikos.de>

- Bitte füllen Sie alle Felder in der Herodikos App aus und geben Sie im Feld “Wie können wir Sie erreichen?” “BVOU” ein, damit wir Sie zuordnen können.

Ihr Nutzerkonto wird freigeschaltet, sobald der BVOU Ihre Teilnahmeerklärung bearbeitet hat. Sie erhalten im Willkommenspaket eine Bestätigung per Post vom BVOU zum Vertragsbeitritt sowie per E-Mail von Herodikos zur Nutzerkonto-Freischaltung. Ab diesem Zeitpunkt dürfen Sie verordnen.

# OrthoHeroBKK

→ Weitere Informationen zum Freischaltprozess erhalten Sie in der Schnellstartanleitung.

## Wie stelle ich meine Prozesse in der Praxis am effektivsten auf?

Sinnvoll ist es, interessierte MFAs einzubinden, die den Gesamtprozess der Einschreibung, den Fitness-Check, der Ausgabe des Trainings-Codes sowie der Monitoring-Termine vorab organisatorisch lenken.

Einschreibung des Patienten und Durchführung des Fitness-Checks können an eine MFA delegiert werden. Dazu wird ein Raum mit Liege oder einer Matte am Boden benötigt.

Im Anschluss an den Fitness-Check muss der von Herodikos generierte Trainingsplan gegebenenfalls angepasst und freigegeben werden. Alternativ zur Durchführung des Fitness-Checks kann ein Standard-Programm ausgewählt werden.

- Die Freigabe eines Trainingsplans sollte aus Gründen der ärztlichen Sorgfalt persönlich durch Sie als Arzt geprüft werden.
- Um die Wahrscheinlichkeit für den Therapieerfolg zu erhöhen, empfehlen wir Ihnen, dass Ihr Praxis-Team den Trainings-Code gemeinsam mit Ihrem Patienten in der Praxis aktiviert.
- Weitere Informationen zum Ablauf erhalten Sie in der Schnellstartanleitung.

## Wie erfolgt die Einschreibung der Patienten?

Durch den Arzt erfolgt eine persönliche und ausführliche Aufklärung sowie Information und motivationale Beratung des Patienten zum digitalen Versorgungsmodell OrthoHeroBKK.

Im Anschluss daran unterzeichnen Arzt und Patient die Teilnahme- und Einverständniserklärung (Anlage F1). Der Patient erhält darüber hinaus die Versicherteninformationen zum Datenschutz und zur DSGVO (Anlage F2) sowie zum Versorgungsprogramm (Anlage F3).

All diese Unterlagen sind in Ihrem Willkommenspaket enthalten und können zusätzlich auf O & U Events App ([www.ou\\_events.plazz.net](http://www.ou_events.plazz.net)) sowie auf der Homepage des BVOU ([www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk](http://www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk)) downgeloadet werden.

Die Teilnahme- und Einverständniserklärung (Anlage F1):

- Original verbleibt beim Arzt
- Kopie zur Weiterleitung per Fax 04451-85 99 643 oder Datei-Upload unter [www.herodikos.de/bkksued](http://www.herodikos.de/bkksued)
- Kopie für Patienten

## Wie stelle ich Erreichbarkeit für meine Patienten sicher?

Durch den Onboarding-Prozess, den Sie durchlaufen, wenn Sie sich in der Herodikos-App als Praxis anmelden, werden die Voraussetzungen geschaffen. Sie geben dort eine E-Mail-Adresse ein, an die

# OrthoHeroBKK

mögliche Fragen Ihrer Patienten adressiert werden. Sie sollten das angegebene Mail-Konto daher regelmäßig abrufen und die Patientenfragen beantworten. Dies ist mit wenig Aufwand möglich, da Sie aus einer über Herodikos gesendeten Feedback-Mail direkt in den passenden Trainingsplan geleitet werden und diesen bearbeiten können. Im Falle einer Änderung am Trainingsplan wird Ihr Patient automatisch informiert.

- **Monitoring-Termine sind im Rahmen des Vertrages abrechenbar.** Weitere Informationen erhalten Sie in der Schnellstartanleitung und im Vertrag.

## Wie wird abgerechnet?

Wie Sie es gewohnt sind über Ihre KV mit Ihrer GKV-Quartalsabrechnung. Bitte entnehmen Sie die für Ihren KV-Bezirk geltenden Gebührenordnungspositionen unserer Übersicht: [www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk](http://www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk) in der Rubrik „Beigetretene Kassenärztliche Vereinigungen“.

## Wie nutze ich den Vertrag optimal / erhöhe die Adhärenz?

Das Versorgungsmodell hinter “OrthoHeroBKK” ist erfolgversprechend, da es Sie und Ihr Praxisteam in die Versorgung einbezieht. Wir empfehlen Ihnen daher, die vom Vertrag vorgesehenen Folgetermine nach ca. 2 bis 4 bzw. 10 bis 12 Wochen mit Ihrem Patienten zu vereinbaren. Sie sollten diese Termine nutzen, um mit Ihrem Patienten Ziele zu vereinbaren und ihn zu motivieren, Bewegung in den Alltag zu integrieren. Hierzu können Sie zu jedem Trainingsplan auch die optionale Funktion “Bewegungstagebuch” aktivieren. Durch Anpassungen am Trainingsplan erhöhen Sie außerdem die Abwechslung für den Patienten oder passen den Trainingsplan den Fortschritten des Patienten an.

- **Termine zur Zwischen- und Abschlussuntersuchung sind im Rahmen des Vertrages abrechenbar.** Weitere Informationen erhalten Sie in der Schnellstartanleitung und im Vertrag.

## Wieviel Zeit benötigt die Trainingsplan-Erstellung über den Herodikos Fitness-Check?

Die Durchführung des Fitness-Checks nimmt ca. 5-10 Minuten in Anspruch. Anschließend sollten Sie für etwaige Anpassungen, Prüfung und Freigabe und die Vereinbarung eines Folgetermins weitere 5-10 Minuten einplanen.

- Weitere Informationen finden Sie auch oben zu der Frage “Wie stelle ich meine Prozesse in der Praxis am besten auf?”.
- Beachten Sie während des Fitness-Checks auch die unter dem Button “?” verfügbaren Hinweise. Manche Übungen können Sie – z.B. bei Instabilitäten des Patienten – vorzeitig abrechnen, was den Zeitaufwand verkürzt.

# OrthoHeroBKK

## Wann sollte ich Bewegungstherapie mit der Herodikos-App verordnen?

Grundsätzlich können Versicherte der teilnehmenden Krankenkassen im Alter von mindestens 18 Jahren mit den nachfolgenden Indikationen teilnehmen:

Diagnose	ICD-10-Code
<b>Rückenschmerz</b>	
Rückenschmerzen	M54.2, M54.3, M54.4, M54.5, M54.6
<b>Knieschmerz</b>	
Sonstige Gelenkkrankheiten, Fibula und Tibia, Kniegelenk	M24.26, M25.36, M25.66, M25.56
Gonarthrose	M17.X
Krankheiten der Patella	M22.0, M22.1, M22.2, M22.3, M22.4
Binnenschädigung des Kniegelenkes	M23.2, M2.33, M23.5, M23.6, M23.8, M23.9

Wenn eine der genannten Diagnosen gesichert ist, sollten vor einer Verordnung von OrthoHeroBKK gängige Red Flags / Kontraindikationen gegen Bewegungstherapie – wie infektiöse Erkrankungen, Tumorerkrankungen, Knochenbrüche usw. – ausgeschlossen bzw. abgeklärt werden.

→ Eine Liste der absoluten und relativen Kontraindikationen finden Sie im Vertrag.

Es ist darüber hinaus empfehlenswert, nur Patienten einzuschreiben, die sicher im Umgang mit Apps sind, die deutsche Sprache verstehen und ein Interesse an Bewegungstherapie haben.

## Was ist der Unterschied zwischen dem Fitness-Check und der Vorlagen-Funktion?

Vorlagen bieten standardisierte Programme zu häufigen funktionellen Defiziten wie Quadrizepschwäche oder Hüftbeuger-Verkürzung.

Der Fitness-Check leitet Sie hingegen durch eine strukturierte Bewegungsanalyse, in der eine funktionelle Untersuchung stattfindet und Dysbalancen und muskuläre Defizite erkannt werden.

Nach dem Abschluss beider Wege können Sie vor der Ausgabe des Trainings-Codes an den Patienten eigene Anpassungen am durch Herodikos vorgeschlagenen Trainingsplan vornehmen.

# OrthoHeroBKK

## Welche Endgeräte kann ich für Herodikos nutzen?

Sie können Herodikos bequem an Ihren Praxis-PC über einen gängigen aktuellen Webbrowser (wie empfehlen Chrome, Firefox oder Edge) unter <https://app.herodikos.de> aufrufen. Bitte vermeiden Sie den Einsatz des Internet Explorers, da dieser mittlerweile stark veraltet ist.

Alternativ können Sie auch die Herodikos-App für [Android](#) oder [iOS](#) auf einem Smartphone oder Tablet nutzen.

## Benötige ich für die Herodikos-App einen Internet-Zugang?

Ja, dies ist sowohl auf Arzt-, als auch auf Patientenseite erforderlich.

## Wie oft kann ich OrthoHeroBKK verordnen?

Die Erstverordnung läuft stets über drei Monate. Dieser Zeitraum ist in Herodikos bei der Erstellung eines Trainingsplans voreingestellt.

Falls Sie im Therapieabschlusstermin feststellen, dass eine Verlängerung sinnvoll ist, können Sie die Laufzeit des Trainingsplans in Herodikos einmalig um weitere 3 Monate verlängern.

Falls Ihr Patient sowohl unter Knie-, als auch Rückenschmerz leidet, kann er sogar zweimal am Programm teilnehmen, d.h. Herodikos bis zu 2 x 2 x 3 Monate, also insgesamt 12 Monate nutzen.

## Wie verwende ich Herodikos zusammen mit meiner Praxisverwaltungssoftware (PVS)?

Im Rahmen der Erstellung eines Trainingsplans können Sie eine „Bezeichnung“ oder „Identifikationsnummer“ erfassen, über die Sie Ihren Patienten später auch wieder in Herodikos finden können. Hier können Sie die Patienten-Nummer aus Ihrer Praxisverwaltungssoftware (z.B. TurboMed, Medistar...), den Namen oder auch die Versichertennummer eingeben.

## Welche meiner Kontaktdaten werden für meine Patienten sichtbar?

Ihre Patienten sehen alle Informationen, die Sie im Rahmen Ihrer Registrierung an den gekennzeichneten Stellen als „öffentlich“ erfasst haben, also primär Ihren Praxis-Namen, Telefonnummer, Website und E-Mail-Adresse. Ihre Patienten können außerdem aus Herodikos heraus eine Nachricht an Sie senden, z.B. bei Trainings-Problemen.

Ihre private Telefonnummer wird nicht für Ihre Patienten sichtbar. Änderungswünsche zu Ihrem Praxisprofil können Sie gern per Mail an [info@herodikos.de](mailto:info@herodikos.de) an Herodikos senden.

## Wie lässt sich OrthoHeroBKK in den Praxisalltag integrieren?

Als Hilfestellung in Ihrem Praxisalltag stellen wir Ihnen in dieser Excel-Datei die IK-Nummern der teilnehmenden Krankenkassen zur Verfügung. Diese können Sie in Ihrem Praxisverwaltungssystem hinterlegen. Dadurch erhalten Sie von Ihrer Software automatisch bei jedem potenziellen Patienten

# OrthoHeroBKK

eine kleine Erinnerung und sparen sich den Aufwand selbst zu prüfen, ob die jeweilige Krankenkasse am Vertrag teilnimmt.

Sie können die Excel-Datei auf unserer Homepage in der Rubrik „Hilfestellung und Tutorial“ herunterladen: [www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk](http://www.bvou.net/selektivvertrage/orthoherobkk)

## Kontakt für technische Fragen und Probleme

### **Herodikos GmbH**

E-Mail: [info@herodikos.de](mailto:info@herodikos.de)

Tel.: 04451 859 96 57

## Kontakt für Fragen zum Vertrag und zur Einschreibung

### **BVOU e.V.**

Frau Kathrin Betsch

E-Mail: [vertrage@bvou.net](mailto:vertrage@bvou.net)

Tel.: 030 797 444 52

*OrthoHeroBKK ist ein Kooperationsprojekt des Berufsverbandes für Orthopädie und Unfallchirurgie, der Herodikos GmbH, der BKK Vertragsarbeitsgemeinschaft Süd und der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg.*

*Vollständige Informationen siehe Vertragsunterlagen, keine Gewähr für Irrtümer oder Änderungen.  
Stand 04/2022*