

# Ärztliche Formulierungshilfe

## Verordnung von Hilfsmitteln bei ME/CFS und POTS

Sehr geehrte(r) Frau / Herr Dr. med. \_\_\_\_\_,

*Dieses Dokument dient als klinische Orientierungshilfe zur präzisen Verordnung von medizinisch notwendigen Hilfsmitteln bei Patientinnen und Patienten mit Myalgischer Enzephalomyelitis/Chronischem Fatigue-Syndrom (ME/CFS) und Posturalem Orthostatischem Tachykardiesyndrom (POTS).*

### 1. Medizinische Kompressionstherapie bei POTS

Zur Reduktion der orthostatischen Intoleranz und des venösen Poolings in den unteren Extremitäten sowie im Splanchnikusgebiet ist eine konsequente Kompression indiziert.

- **Medizinische Kompressionsstrumpfhosen (KKL 2):** Eine Versorgung bis zur Taille ist erforderlich, um sowohl Waden als auch Oberschenkel effektiv zu komprimieren. Graduierter Druck der Kompressionsklasse 2 wird standardmäßig verordnet.
- **Abdominale Bauchbinden (Abdominal Binder):** Die Kompression des Bauchraums ist klinisch hochgradig effektiv, um den venösen Rückstrom zu sichern, den Puls zu stabilisieren und orthostatischen Schwindel maßgeblich zu reduzieren.
- **Materialhinweis:** Je nach Hautsensibilität und Begleiterkrankungen (z. B. Ehlers-Danlos-Syndrom) wird im Sanitätshaus zwischen elastischem Rundstrick oder festerem Flachstrick gewählt.

#### Empfohlener Rezepttext – Kompression:

Medizinische Kompressionsstrumpfhose KKL 2 nach Maß (bis zur Taille)  
sowie eine abdominale Bauchbinde nach Maß bei orthostatischer  
Intoleranz / POTS.

### 2. Adaptivrollstuhl bei ausgeprägter Muskelschwäche

Bei fortgeschrittenem Bell-Score und ausgeprägter Belastungsintoleranz ist die Bereitstellung eines Rollstuhls zur Sicherung des verbleibenden Mobilitätsradius und zur Vermeidung von PEM (Post-Exertional Malaise) indiziert.

- **Notwendigkeit der Leichtbauweise:** Aufgrund schwerer, chronischer Muskelschwäche und dem Risiko schwerer Crashes durch physische Anstrengung ist ein leichter, exakt konfigurierter Adaptivrollstuhl erforderlich. Standardmodelle können aufgrund ihres hohen Eigengewichts von der betroffenen Person nicht bewegt werden.

- **Individuelle Anpassung:** Die zentimetergenaue Abstimmung von Sitzgeometrie und Schwerpunkt ermöglicht eine maximale Kraftersparnis und schont Gelenke sowie die limitierten Energiereserven.

#### **Empfohlener Rezepttext – Rollstuhl:**

Adaptivrollstuhl nach Maß zur orthostatischen Entlastung, zum Erhalt der Restmobilität und zur Vermeidung von PEM bei ME/CFS und POTS.

#### **Diagnosesicherung auf den Verordnungen:**

Zur Gewährleistung einer reibungslosen Kostenübernahme durch die Krankenkassen wird empfohlen, die entsprechenden ICD-10-Codes (z. B. G93.3 für ME/CFS und I95.1 für orthostatische Hypotension/Intoleranz bzw. POTS) direkt auf den Rezepten zu dokumentieren.