

Rehabilitationssport kann viel bewegen!

INDIVIDUELL

Wirbelsäulen- und Gelenkbeschwerden, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Plegien, Demenz, Krebserkrankungen... – es gibt viele Indikationen für die Verordnung von Rehasport. **Mit Ihrer Verordnung geben Sie die Art (Ausdauer- und Kraftausdauerübungen, Bewegungsspiele, Gymnastik, Schwimmen) und Intensität des Bewegungsangebots vor.** Die Umsetzung erfolgt durch **speziell qualifizierte Übungsleiter*innen**, die auf die Teilnehmer*innen eingehen und mit ihnen intensiv an der Erreichung des individuellen Rehabilitationsziels arbeiten.

WIRKSAM

Rehasport stellt **mit seinem ganzheitlichen Ansatz eine effektive, ergänzende Maßnahme zur Rehabilitation** dar, um Ziele wie die dauerhafte Eingliederung in Gesellschaft und Arbeitsleben, größtmögliche Selbstständigkeit und Teilhabe sowie Hilfe zur Selbsthilfe zu erreichen. Nicht zuletzt kann in vielen Fällen, z. B. bei Multimorbidität, **durch ein regelmäßiges Training eine Reduzierung von Risikofaktoren und Medikamenteneinnahmen** erreicht werden.

NACHHALTIG

Rehasport bedeutet **Hilfe zur Selbsthilfe**. Im Sinne des lebensbegleitenden Sporttreibens können im Anschluss an den Rehasport weitere Angebote in den Vereinen des Deutschen Behindertensportverbandes im Rahmen einer Vereinsmitgliedschaft wahrgenommen werden.

Bitte wenden Sie sich bei Fragen an Ihren Landesverband oder die DBS-Geschäftsstelle.

Kontakt: Verband/Verein/betreuende*r Ärzt*in



DEUTSCHER
BEHINDERTENSPORTVERBAND

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Deutscher Behindertensportverband und
Nationales Paralympisches Komitee (DBS) e.V.
- Im Hause der Gold-Kraemer-Stiftung –
Tulpenweg 2-4
50226 Frechen

Telefon: 02234-6000-0
E-Mail: reha-sport@dbs-npc.de
Internet: www.dbs-npc.de/rehabilitationssport.html



01/2024
Fotos: © picture alliance



DEUTSCHER
BEHINDERTENSPORTVERBAND

Verordnung von Rehabilitationssport Information für Ärzt*innen

Rehabilitationssport ist eine wertvolle Ergänzung des therapeutischen Angebots und in §64 SGB IX verankert. Mit der Verordnung eröffnen Sie Patient*innen mit (drohenden) Behinderungen oder chronischen Erkrankungen die Chance, durch Bewegung und Sport in der Gruppe Defizite abzubauen und so wieder zu mehr Leistungsfähigkeit, Teilhabe und Lebensfreude zu finden.



Aktiv werden

Gemeinsam für mehr Teilhabe

Helfen Sie mit, Menschen für ein **bewegtes Leben** zu motivieren und damit ihre **Lebensqualität zu verbessern, Risikofaktoren zu minimieren und ihre kognitive Leistungsfähigkeit zu erhalten oder auch zu steigern**. Sie leisten damit einen wichtigen Beitrag, einer gesamtgesellschaftlichen Herausforderung zu begegnen.

Vielfältige Zielgruppen

Effektiv für Menschen mit:

- ✓ Erkrankungen im Bereich der Inneren Medizin
- ✓ intellektuellen Beeinträchtigungen
- ✓ Krebserkrankungen
- ✓ neurologischen Erkrankungen
- ✓ orthopädischen Erkrankungen
- ✓ psychischen Erkrankungen
- ✓ sensorischen Erkrankungen

Beispielhafte

Rehabilitationsziele:

- + Verbesserung der Funktionen des Haltungs- und Bewegungsapparates
- + Stärkung/Erhalt der Funktionen des Kardiovaskulären Systems, der Lungenfunktion, des Stoffwechsels
- + Wiedererlangung von Alltagskompetenzen und sensomotorischen Fähigkeiten
- + Erlernen von Kompensationsmechanismen bei Funktionsbeeinträchtigungen
- + Verbesserung der kognitiven und motorischen Leistungsfähigkeit
- + Erlangung von psychomotorischer Stabilität, Angstabbau und Wiederherstellung sozialer Kontaktfähigkeit
- + Stärkung des Selbstbewusstseins

Wichtig für alle Beteiligten

Präzise Diagnose und Verordnung

Ein entscheidender Aspekt für die zielführende Umsetzung des Rehasports ist Ihre ärztliche Verordnung (z. B. Muster 56 oder G850). Sie ist Grundlage bei der Prüfung einer Kostenübernahme durch den zuständigen Rehabilitationsträger und Basis für die inhaltliche Gestaltung des Rehasports. **Die Verordnung auf Musters 56 im Bereich der gesetzlichen Krankenversicherungen ist unabhängig vom Heilmittelbudget!**

Neben den gesetzlichen Krankenversicherungen kommen weitere Rehabilitationsträger wie die Rentenversicherung, die gesetzlichen Unfallversicherungsträger oder private Krankenversicherungen/Beihilfestellen als Kostenträger in Frage.

Bei der Verordnung

Folgende Punkte beachten:

- + Exakte Angabe der Diagnose inkl. ICD-10-Code
- + Angabe wichtiger Begleiterkrankungen und Funktions-/Belastungseinschränkungen im Sport
- + Angabe des Rehabilitationsgrunds/-ziels
- + Empfehlung hinsichtlich definierter Rehabilitationssportarten, Inhalten sowie Leistungsumfang
- + Training an technischen Geräten und Kampfsportarten sind keine Leistungsinhalte des Rehabilitationssports

Grundsätzlich ist die Indikation so lange gegeben, wie eine fachkundige Übungsleitung unerlässlich ist, um das Rehabilitationsziel zu erreichen. **Folgeverordnungen sind möglich** und in der hierfür vorgesehenen Zeile zu begründen. Auch kann eine neue Diagnose Grund für eine erneute Verordnung sein.

Individuell verordnen

Leistungsumfang anpassen

Der Umfang von Rehabilitationssport ist in der **„Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining“** mit den Rehabilitationsträgern festgelegt. Als Richtwert sind folgende Leistungsumfänge definiert:

- + **Gesetzliche Krankenversicherungen:**
1-3 Übungseinheiten (ÜE) pro Woche für die Teilname an 50 (Regelfall), 90 oder 120 ÜE in Abhängigkeit von der Art der Behinderung/chronischen Erkrankung.
- + **Gesetzliche Rentenversicherungen:**
1-3 ÜE pro Woche für die Dauer von sechs (Regelfall) bis zwölf Monaten in Abhängigkeit von der Art der Behinderung/chronischen Erkrankung.
- + **Gesetzliche Unfallversicherungen:**
1-3 ÜE pro Woche. Die Leistungsdauer ist grundsätzlich nicht begrenzt.
- + **Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins:**
28 ÜE



Unterstützen Sie Ihre Patient*innen bei der Suche von geeigneten Rehasportangeboten mit der DBS-Reha-Sportsuche unter www.reha-sportsuche.de