

Vortrag N a c h s o r g e

- Die Zeit nach der Rehabilitation -

Ostseeklinik Schönberg-Holm - Sozialdienst



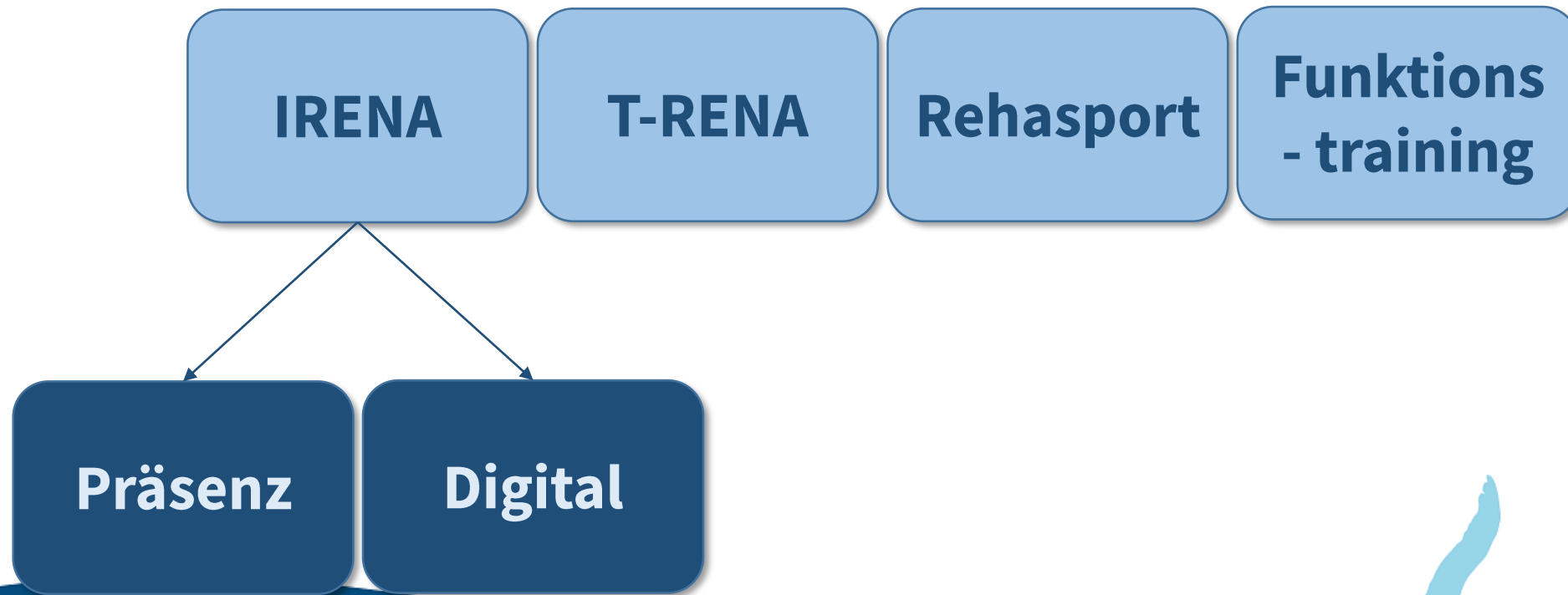
Themenüberblick

- Nachsorgeangebote
- Wie finde ich das richtige für mich?
- Und so geht's



Bildquelle: Google.de

Programme in der Übersicht



Nachsorgeprogramm IRENA

<h3>IRENA</h3> <p>(intensivierte Rehabilitationsnachsorge)</p>	<h3>Digitale IRENA</h3> <p>(Intensivierte Rehabilitationsnachsorge digital)</p>
<p>Auswahl von mind. 2 der 3 Therapiefelder</p> <p>I – Sport- und Bewegungstherapie</p> <p>II – Stressbewältigung, Entspannungstraining, Begleitung durch den Sozialdienst bei beruflichen Fragestellungen, Ergotherapie</p> <p>III – Motivationsförderung/Verhaltensänderung, Ernährungsberatung</p>	
<p>Orthopädie, Herz, Lunge Nur bei entsprechender Belastbarkeit!</p>	<p>Orthopädie, Herz, Lunge Nur bei ärztlicher Unbedenklichkeit! Achtung: Contra-Indikationen!</p>
<p>24 Termine a 90 min, 1-2x pro Woche</p>	<p>24 Termine a 90 min, jedoch freie Einteilung und Stückelung pro Woche</p>
<p>Beginn innerhalb von 3 Monaten</p>	<p>Beginn innerhalb von 3 Monaten</p>
<p>Ärztliches Aufnahme-/Abschlussgespräch sowie Begleitung/Betreuung durch Therapeuten vor Ort</p>	<p>Ärztliches Aufnahme-/Abschlussgespräch sowie Betreuung durch ein interdisziplinäres Therapeutenteam via Chat/Telefon</p>
<p>Fahrtkostenerstattung von 5 Euro pro Termin</p>	<p>Keine Fahrtkostenerstattung ☺</p>
<p>Anbietersuche ausschließlich über: www.nachderreha.de</p>	<p>Ostseeklinik Schönberg</p>

Nachsorgeprogramm IRENA

- Hohe Flexibilität
- Regelmäßiger Kontakt via Telefon/Chat

Wichtig: Endgerät muss vorhanden sein

CASPAR Digitale Reha-Nachsorge



Nachsorgeprogramm T-RENA

T-RENA

(Trainingstherapeutische Rehabilitationsnachsorge)

Ausschließlich Muskelaufbau- und Ausdauertraining NUR an Geräten

Orthopädie
Herz, Lunge -> nur mit orthopädischer Beidiagnose

40 Termine a 60 min, 1-2x pro Woche

Beginn frühestmöglich innerhalb von 6 Wochen, jedoch spätestens innerhalb von max. 3 Monaten nach Reha

Einweisung ins Training

Fahrtkostenerstattung von 5 Euro pro Termin

Anbietersuche ausschließlich über:
www.nachderreha.de

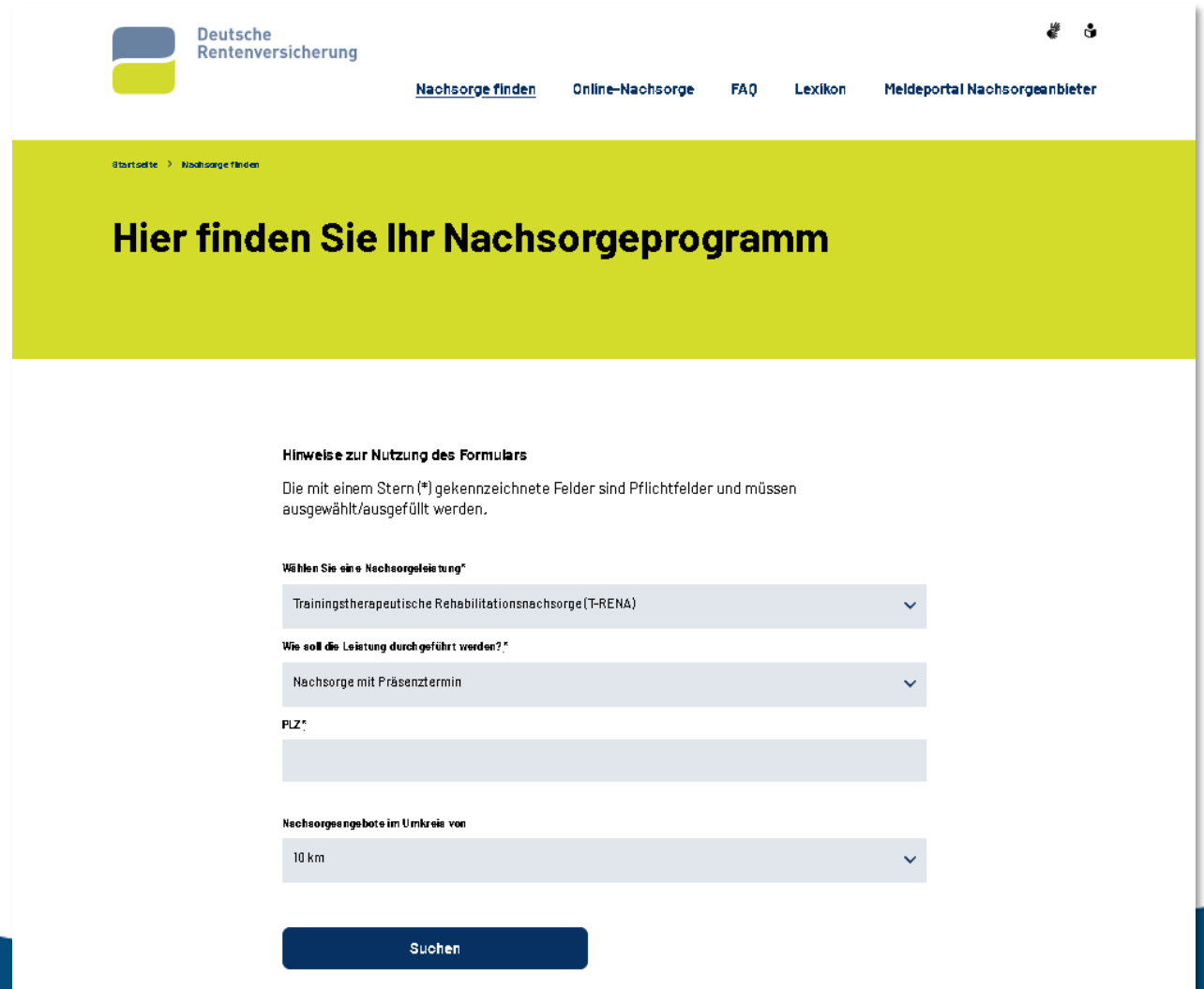
Nachsorgeprogramm IRENA / T-RENA

Anbietersuche



Nachsorgeprogramm IRENA / T-RENA

Anbietersuche



Deutsche Rentenversicherung

[Nachsorge finden](#) [Online-Nachsorge](#) [FAQ](#) [Lexikon](#) [Meldeportal | Nachsorgeanbieter](#)

[Startseite](#) > [Nachsorge finden](#)

Hier finden Sie Ihr Nachsorgeprogramm

Hinweise zur Nutzung des Formulars

Die mit einem Stern (*) gekennzeichnete Felder sind Pflichtfelder und müssen ausgewählt/ausgefüllt werden.

Wählen Sie eine Nachsorgeleistung*

Trainingstherapeutische Rehabilitationsnachsorge (T-RENA) ▼

Wie soll die Leistung durchgeführt werden?*

Nachsorge mit Präsenztermin ▼

PLZ*

Nachsorgeangebote im Umkreis von


10 km ▼

Suchen

Rehasport / Funktionstraining

Rehasport	Funktionstraining
Rehasport: leichtes Sport- und Bewegungstraining in der Gruppe, auch im Wasser möglich	Funktionstraining: „Krankengymnastik“ in der Gruppe, Trocken-/Wassergymnastik
Orthopädie: orthopädischer Rehasport Herz: Herzsport Lunge: Lungensport	Nur orthopädische PatientInnen mit entzündlichen Gelenkerkrankungen
Verordnung über 6 Monate, 1-2 mal pro Woche à 45-60 Minuten	
Beginn innerhalb 3 Monate nach Reha-Ende -> Weiterverordnung über den Haus-/Facharzt möglich!	
Herzsport in Anwesenheit eines Arztes	
Sportvereine, amb. Rehasentren, Physiotherapiepraxen, Krankenhäuser u.a., teilweise Fitnesscenter -> Müssen über die DRV abrechnen können!	
Keine Fahrtkostenerstattung	
Anbietersuche: Google-Suche oder Vorort-Erkundigung, Liste der DRV im Internet: G0854, Lungensport ausschließlich: www.lungensport.org	

Und so geht's


Ostseeklinik Schönberg-Holm

LAUFZETTEL INNERE MEDIZIN

Name, Vorname: _____ Zimmer-Nr.: _____

1. Vom Arzt auszufüllen

Aus ärztlicher Sicht bitte **alle möglichen Optionen** ankreuzen:

ICD orthopädische
Begleitdiagnose:

☐ IRENA

- ☐ In einer Rehaklinik mit entsprechender Indikation
- ☐ In einer orthopädischen Rehaklinik (nur mit orthopädischer Beildiagnose und wenn aus ärztlicher Sicht voll belastbar!)

☐ Digitale IRENA („Multimodale Tele-Reha-Nachsorge“)

In der jeweiligen Indikation; wenn die Anwesenheit anderer Personen aus gesundheitlichen Gründen nicht zwingend erforderlich ist und die Vitalparameter selbständig gemessen werden können! Kardiopatienten: Ergometrie-Daten ergänzen!

☐ Hocker (nur Pneumo) ☐ 25Watt ☐ 50Watt ☐ 75Watt

☐ TRENA

- ☐ Es besteht wenigstens eine orthopädische Begleitdiagnose!

☐ Rehabilitationssport

- ☐ Lungensport
- ☒ Herzsport: Watt max ___, HF max ___/Min., RR max ___mm Hg, Trainingspuls ___/Min., unter Beta-Blocker:
 - ☐ ja ☐ nein
- ☐ Auch orthopädischer Rehasport möglich (nur mit orthopädischer Begleitdiagnose und wenn aus ärztlicher Sicht voll belastbar!)

Unterschrift: _____

2. Vom Patienten auszufüllen: Nachsorgeanbieter

a. Gewünschter Anbieter – **NUR** anzugeben bei **IRENA** oder **TRENA** und erst nach vorheriger telefonischer Abklärung der Kapazität und des Aufnahmeprinzips!

Name Nachsorgeanbieter: _____

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

b. Häufigkeit – **NUR** anzugeben bei **Rehabilitationssport**

☐ 1x pro Woche ☐ oder ☐ 2x pro Woche

3. Nachsorgesprechstunde: Montag bis Freitag: 11.30 – 12.30 Uhr

- ➔ Raum: E0.05 – E0.09. Immer dort, wo das große rote Schild „Nachsorgesprechstunde“ hängt.
- ➔ **ohne** Anmeldung
- ➔ Bei **TRENA** bitte den Trainingsplan mitbringen!

➤ Nach vorheriger Klärung mit dem Arzt (1.) sowie Ausfüllen des Patientenfeldes (2.) erfolgt bei uns die Antragstellung!

Und so geht's

Ablauf:

- 1. Arzt**
- 2. Anbieter**
- 3. Nachsorgesprechstunde**



Und so geht's

Formalitäten:

- Reha-Nachsorge ist **freiwillig** – es ist ein Angebot
- Keine Nachteile für Versicherte bei Nichtinanspruchnahme

Bitte überprüfen Sie, ob und welche Nachsorge für Sie in Frage kommt!



Und so geht's

Formalitäten:

- Nur **ein** Nachsorgeangebot von uns ausstellbar
- **IRENA/TRENA nicht** ab Antrag einer Alters**rente** oder bei voller Erwerbsminderungs**rente**
- **Keine extra Bewilligung** der DRV
- **Unterlagen** bei Entlassung oder nach Abreise per Post



Und so geht's

Formalitäten:

Achtung: In die Nachsorgesprechstunde kommen vor Rehaentlassung!

Rehasport : muss **während** der Reha ausgestellt werden!

Digitale IRENA: muss **während** der Reha ausgestellt werden!

IRENA/T-RENA: muss **während** der Reha vorbereitet werden!
⇒ kann nur in dem Fall bis zu max. vier Wochen nach Reha ausgestellt werden!



Sie möchten eine Nachsorge in Anspruch nehmen? Sie haben noch Fragen?

Unsere Sprechzeiten sind

Montag bis Freitag, 11.30 – 12:30 Uhr

Wo: E005-E009 - siehe „Offene Sprechstunden“ an Pinwand bzw. großes gelbes Schild





**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit
und einen guten
Reha-Verlauf!**

