

Vortrag

Nachsorge

- Die Zeit nach der Rehabilitation -

Ostseeklinik Schönberg-Holm - Sozialdienst



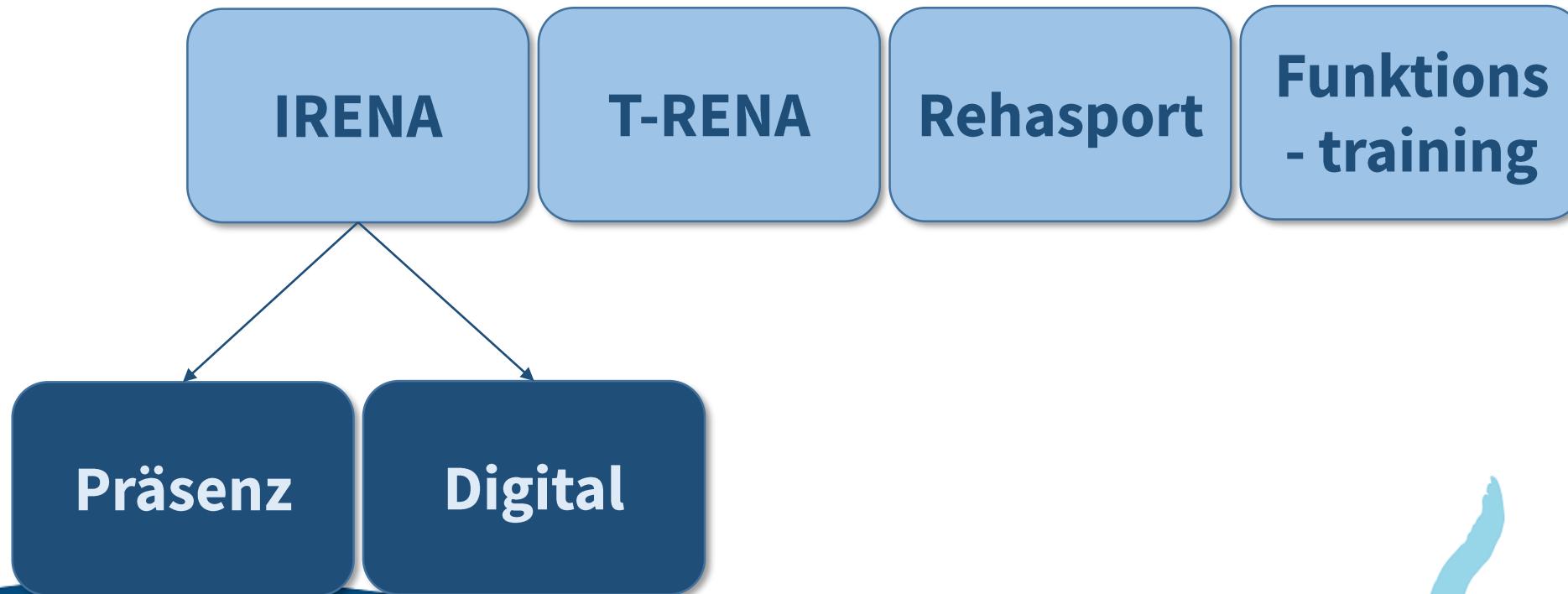
Themenüberblick

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



Bildquelle: Google.de

Programme in der Übersicht



Nachsorgeprogramm IRENA

IRENA (intensivierte Rehabilitationsnachsorge)	Digitale IRENA (Intensivierte Rehabilitationsnachsorge digital)
<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>	
Orthopädie, Herz, Lunge Nur bei entsprechender Belastbarkeit!	Orthopädie, Herz, Lunge Nur bei ärztlicher Unbedenklichkeit! Achtung: Contra-Indikationen!
24 Termine a 90 min, 1-2x pro Woche	24 Termine a 90 min, jedoch freie Einteilung und Stückelung pro Woche
Beginn innerhalb von 3 Monaten	Beginn innerhalb von 3 Monaten
Ärztliches Aufnahme-/Abschlussgespräch sowie Begleitung/Betreuung durch Therapeuten vor Ort	Ärztliches Aufnahme-/Abschlussgespräch sowie Betreuung durch ein interdisziplinäres Therapeutenteam via Chat/Telefon
Fahrtkostenerstattung von 5 Euro pro Termin	Keine Fahrtkostenerstattung ☺
Anbietersuche ausschließlich über: www.nachderreha.de	Ostseeklinik Schönberg

Nachsorgeprogramm IRENA

- Hohe Flexibilität
- Regelmäßiger Kontakt via Telefon/Chat

Wichtig: Endgerät muss vorhanden sein



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

www.nachderreha.de



Nachsorgeprogramm IRENA / T-RENA

Anbietersuche



The screenshot shows the Deutsche Rentenversicherung Nachsorgefinden website. The header includes the logo of Deutsche Rentenversicherung and navigation links for "Nachsorge finden", "Online-Nachsorge", "FAQ", "Lexikon", and "Meldeportal Nachsorgeanbieter". The main content area has a yellow header bar with the text "Hier finden Sie Ihr Nachsorgeprogramm". Below this, there are several dropdown menus and input fields for searching: "Hinweise zur Nutzung des Formulars" (Instructions for using the form), "Wählen Sie eine Nachsorgeleistung*" (Select a rehabilitation service), "Wie soll die Leistung durchgeführt werden?*" (How will the service be provided?), "PLZ* (Postcode)", and "Nachsorgeangebote im Umkreis von" (Rehabilitation offers within a radius of). A "Suchen" (Search) button is at the bottom of the form.

Rehasport / Funktionstraining

Rehasport

Rehasport: leichtes Sport- und Bewegungstraining in der Gruppe, auch im Wasser möglich

Orthopädie: orthopädischer Rehasport
Herz: Herzsport
Lunge: Lungensport

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. Rehazentren, 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

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 Begleitdiagnose** 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 selbstständig gemessen werden können! Kardiopatienten: Ergometrie-Daten ergänzen!

 Hocker (nur Pneumol) 0,25Watt 0,50Watt 0,75Watt

- 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 Aufnahmeprozederes!

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!**

