

Rehasport Funktions- training

Ausfällhilfen für ärztliche Verordnungen (Formblatt 56)

Entwickelt anhand praktischer Erfahrungen
von

Dr. med. Ulf Basting-Neumann
Dipl. Sportwiss. Bernd Lischewski



05/ 2018

Ärztliche Verordnung - Formblatt 56

Jeder behandelnde Arzt kann ohne Budgetbelastung zur Unterstützung der Therapie eine ärztliche Verordnungen für Rehabilitationssport oder Funktionstraining (Formblatt 56) ausstellen. Gesetzliche Krankenkassen übernehmen i.d.R. für 50 Übungseinheiten oder 12 Monate die Kosten, wodurch man ohne Mitgliedschaft üben kann. Mit einer Mitgliedschaft kann man auch ohne Verordnung (VO) teilnehmen oder nach der VO weitermachen.

Diagnose und Ziel

Hauptsache eine Diagnose wird eingetragen. Das Ziel kann deren Verbesserung, z.B. Schmerzreduktion oder Funktionsverbesserung sein. Für alle Erkrankungen, die nicht gesondert auf der VO aufgeführt werden, gelten die Richtwerte (RS 50 Übungseinheiten/ FT 12 Monate).

Rehabilitationssport oder Funktionstraining?

Rehabilitationssport und Funktionstraining wirken mit bewegungstherapeutischen Übungen zur Unterstützung der Rehabilitation. Sie wirken gezielt auf spezielle körperliche Strukturen (Muskeln, Gelenke usw.). Ziel ist unter anderem der Erhalt und die Verbesserung von Funktionen, Ausdauer, Koordination, Flexibilität, das Hinauszögern von Funktionsverlusten einzelner Organsysteme/ Körperteile und die Reduktion von Schmerzen. Funktionstraining ist vorrangig für orthopädische Erkrankungen geeignet. Rehabilitationssport ist nicht nur für orthopädische, sondern auch für viele andere Erkrankungen geeignet. In 85 Rehasport-Gruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten bieten wir eine sehr große Differenzierung für unterschiedliche Erkrankungen und Altersstufen an. Rehabilitationssport und Funktionstraining können auch nacheinander verordnet werden.

Trocken- oder Wassergymnastik?

Bei Trockengymnastik (TG) können Alltagsbewegungen (z.B. Bücken, Heben, Gleichgewicht zur Sturz-Prophylaxe) besser geübt werden. Wer bei TG sehr schmerzempfindlich ist, kann bei der Wassergymnastik (WG) durch den Wasserauftrieb mit entlasteten Gelenken üben. Wer Kälteempfindlich ist oder häufiger Infekte hat, sollte besser trocken üben. TG und WG können sich gut ergänzen.

Flexibel ausgestellte Verordnung ist vorteilhaft

Auf der Verordnung kann der Arzt „alles“ ankreuzen, was in Frage kommen könnte. Die spezielle Auswahl kann in der Reha-Beratung erfolgen. Flexible Verordnungen für 1-2x/ Woche sind vorteilhaft. Es gibt zwei Varianten:

- Rehabilitationssport: Gymnastik (auch im Wasser), Schwimmen, Leichtathletik (für Gehtraining), Bewegungsspiele
- Funktionstraining: Trocken- und Wassergymnastik

Begründung für Folgeverordnung

Folgeverordnungen werden von den Kostenträgern normalerweise abgelehnt. Deshalb sollte bei weiteren Verordnungen ganz unten eine Begründung angegeben werden z.B.:

- Vermeidung einer Operation
- Vermeidung einer Chronifizierung
- Automatisierte Fehlbewegungen müssen vom Übungsleiter weiterhin korrigiert werden
- Neue zusätzliche Erkrankung liegt vor
- Unterstützung der Therapie nach Klinik oder Reha-Aufenthalt
- Unterstützung der Therapie nach einer Operation

Unterstützung der Therapie durch Rehasport/ FT

Viele Erkrankungen werden durch Bewegungsmangel oder Fehlbelastungen verursacht oder negativ beeinflusst. Rehasport und Funktionstraining unterstützen die Therapie z.B. durch Verbesserung bzw. positive Beeinflussung von:

- Ausdauer, Stabilität, Beweglichkeit
- Koordination, Gleichgewicht (Sturzprophylaxe)
- Krankheitsverlauf
- Lebensqualität
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen
- Selbstmanagement der Erkrankung
- Förderung der Verhaltensänderung

Außerdem besteht die Möglichkeit der Kostenreduktion durch:

- Reduktion von Arbeitsunfähigkeitszeiten
- Einsparung von Medikamenten
- Fortführungsmöglichkeit nach Physiotherapie
- Teilweise Alternative zur Physiotherapie
- Verzögerung oder Vermeidung einer Operation
- Reduktion der Arztbesuche

MTV Treubund Lüneburg

110 Rehagruppen für 14 Erkrankungen

Bernd Lischewski

Reha-Abteilung, Dipl. Sportwiss. Präv./ Reha.

Uelzener Straße 90

21335 Lüneburg

Tel.: 04131-7797-23

Fax : 04131-7797-44

www.mtv-treibund.de

reha@mtv-treibund-lueneburg.de

