

Rehabilitationsnachsorge

(§ 17 SGB VI, § 64 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX)

Im Anschluss an eine stationäre oder ambulante **medizinische Rehabilitation** kann eine Rehabilitationsnachsorge in Betracht kommen. Häufig reicht die zeitlich begrenzte Maßnahme nicht aus, um den Behandlungserfolg anhaltend zu sichern. Mit Hilfe der Nachsorgeprogramme der Deutschen Rentenversicherung (kurz **Reha-Nachsorge**) sollen Patienten die erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten in ihrem Lebensumfeld erproben und umsetzen. Indem die erlernten Kompensationsstrategien und Verhaltensänderungen in den Alltag integriert werden, kann die berufliche Wiedereingliederung unterstützt werden.

Die Reha-Nachsorge stellt keine eigenständige Leistung dar, sondern ist ein aufeinander aufbauendes Behandlungselement der **medizinischen Rehabilitation**, mit dem gemeinsamen Ziel des Erhalts bzw. der Wiederherstellung der Erwerbsfähigkeit.

Voraussetzungen

Nachsorgebedarf bei Betroffenen besteht, wenn

- das jeweilige Teilziel der Rehabilitation zwar erreicht ist, jedoch weitere Leistungen benötigt werden, um den Erfolg der Maßnahme zu sichern
- das jeweilige Teilziel während der Rehabilitation weitgehend, aber noch nicht vollständig erreicht ist. Die Nachsorge ist dann Voraussetzung für die vollständige Erreichung des Teilziels

Weitere Voraussetzungen sind eine **positive Erwerbsprognose**, die Bereitschaft zur **eigenverantwortlichen Nachsorge**, eine **Empfehlung der Rehabilitationseinrichtung** sowie die damit verbundene **Zustimmung des Betroffenen**. Ebenfalls kann Reha-Nachsorge während einer Stufenweisen Wiedereingliederung oder eines gestellten Rentenanspruchs erfolgen.

Kernangebot der Reha-Nachsorge

Damit alle Rehabilitanden unabhängig von ihrem Wohnort und dem jeweils zuständigen Rentenversicherungsträger die für sie erforderliche Reha-Nachsorge erhalten können,

existiert ein **Kernangebot** der [Deutschen Rentenversicherung](#). Dieses wird bundesweit angeboten und ist von allen Rentenversicherungsträgern anerkannt.

Intensivierte Rehabilitationsnachsorge IRENA (multimodal)

Die multimodale Nachsorgeleistung **IRENA** umfasst Behandlungselemente verschiedener Therapierichtungen, z. B. Physiotherapie, [Psychotherapie](#) und [Psychoedukation](#). Die Maßnahme ist erforderlich, wenn Betroffene multiprofessionelle Unterstützung im Anschluss an die Rehabilitation benötigen.



Beispiel

Eine Rehabilitandin leidet seit mehreren Jahren unter Rückenbeschwerden. Ihren physischen Schmerzen ist eine depressive Störung hinzugetreten, woraufhin sie an einer medizinischen Rehabilitation teilnimmt. Auch nach der Maßnahme besteht bei ihr Übungsbedarf aufgrund ihrer funktionalen Einschränkungen sowie eine Stabilisierung von Lebensstil- und Verhaltensänderungen. Notwendig wäre dann eine Kombination aus trainings- und psychotherapeutischen Leistungen sowie Entspannungsverfahren, was die Beteiligung von Bewegungstherapeuten und Psychologen erfordert.

Der Umfang der IRENA-Leistung beträgt je nach Bedarf bis zu **24 Behandlungseinheiten (36 Einheiten** bei neurologischen Krankheiten). Die Behandlungsdauer beträgt mindestens **90 Minuten**.

Rehabilitationsnachsorge RENA (unimodal)

Im Gegensatz zur multimodalen Reha-Nachsorge fokussieren sich unimodale Nachsorgeleistungen auf ein primäres Behandlungselement, wie die Sport- und Bewegungstherapie. Eine unimodale Maßnahme kann insbesondere dann ausreichen, wenn eine Therapieform bereits erfolgreich in der Rehabilitation eingesetzt wurde und bei Weiterführung eine Stabilisation der Reha-Ziele zu erwarten ist.

Zu den **RENA-Leistungen** zählen beispielsweise in Hinblick auf eine Stabilisierung von Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer die trainingstherapeutische Nachsorge **T-RENA** oder in Hinblick auf die psychosoziale Stabilisierung und Begleitung während der beruflichen Wiedereingliederung die Maßnahme **Psy-RENA**. Ferner gehört die **Sucht-Nachsorge** nach einer Rehabilitation wegen Abhängigkeitserkrankungen zu den unimodalen Nachsorgeangeboten.

Rehabilitationssport und Funktionstraining

In Abgrenzung zur Nachsorgeleistung T-RENA zählen **Rehabilitationssport und Funktionstraining** zu den ergänzenden Leistungen gemäß § 64 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX. **Rehabilitationssport** unterstützt behinderte und von Behinderung bedrohte Menschen dabei, ihre Ausdauer, Kraft und Koordination zu stärken und bietet Hilfe zur Selbsthilfe. Als Sportarten eignen sich Gymnastik, Leichtathletik, Schwimmen sowie Bewegungsspiele in Gruppen. Das **Funktionstraining** umfasst in der Regel bewegungstherapeutische Übungen, die in Gruppen durchgeführt und von Physiotherapeuten, Krankengymnasten oder Ergotherapeuten geleitet werden. Ziel ist der Erhalt und die Verbesserung von körperlichen Funktionen, Schmerzlinderung sowie die Hilfe zur Selbsthilfe. Funktionstrainingsarten sind vor allem (Wasser-) Gymnastik.



Tipp

Welcher Nachsorgebedarf für Sie genau in Frage kommt, erarbeiten Sie gemeinsam mit den Mitarbeitenden der Rehabilitationseinrichtung in einem konkreten **Nachsorge-Plan**. Dabei erhalten Sie Informationen über passende Nachsorgeangebote in Ihrer Nähe, die sich mit Ihrer individuellen Lebens- und Arbeitssituation vereinen lassen.

Dauer

Um die Ziele der Reha-Nachsorge zu erreichen, sind Nahtlosigkeit und Kontinuität wichtige Faktoren. Dabei können sich die zeitlichen Angaben der einzelnen Kernangebote unterscheiden.

Die Nachsorgemaßnahmen **IRENA** und **Psy-RENA** sollen frühestmöglich und in der Regel nicht später als **3 Monate** nach Abschluss der vorausgegangenen medizinischen Rehabilitation beginnen. **12 Monate** nach Ende der Rehabilitation sollte die Nachsorge abgeschlossen sein.

Hingegen sollte die Nachsorge **T-RENA** innerhalb von **6 Wochen** beginnen und spätestens **6 Monate** nach Ende der Rehabilitation abgeschlossen sein.

Grundsätzlich werden Häufigkeit, Dauer und tageszeitliche Organisation individuell mit dem Patienten abgestimmt.

Finanzierung der Nachsorge

Wenn die Nachsorge-Einrichtung von der Rentenversicherung anerkannt ist, haben Versicherte **keine Zuzahlung** zu leisten. Für die Teilnahme an der Reha-Nachsorge wird

auf Antrag eine **Fahrkostenpauschale** erstattet (bis auf Rehabilitationssport und Funktionstraining).

Weitere Informationen und Anlaufstellen

Weiterführende Informationen und Unterstützung erteilen die Beratungsstellen innerhalb der Rehabilitationseinrichtungen sowie die zuständigen Leistungsträger.

Die [Deutsche Rentenversicherung](#) bietet online Antragsformulare für die Reha-Nachsorge an: https://www.deutsche-rentenversicherung.de/Bund/de/Navigation/5_Services/04_formulare_ar

Verwandte Artikel im neuraxWiki

[Medizinische Rehabilitation](#)

[Medizinische Rehabilitation - Fristen](#)

[Psychotherapie](#)

[Psychoedukation](#)

Die neueste Version des Artikels finden Sie unter:

<https://www.neuraxwiki.de/>

neuraxFoundation gemeinnützige GmbH

Elisabeth-Selbert-Str. 23

D-40764 Langenfeld

Telefon: 02173 - 999 85 00

E-Mail: info@neuraxWiki.de

Internet: www.neuraxWiki.de