

## Die ambulanten Rehabilitations- Nachsorgeprogramme der Rentenversicherer in den RKU

Die „Intensivierte Rehabilitations-Nachsorge“ (IRENA) der DRV Bund, die „Anschließende effektivierende Nachsorge zur Eingliederung in Arbeit“ (AENEAS+) der DRV Schwaben, und das „Ambulante Stabilisierungs-Programm“ (ASP) der DRV Baden-Württemberg sind Anschlussprogramme der Deutschen Rentenversicherungen, welche nach einer erfolgreich abgeschlossenen orthopädischen Rehabilitation in Anspruch genommen werden können.

Ziele dieser Anschlussmaßnahmen sind die nachhaltige Sicherung sowie weitere Verbesserung der positiven Effekte und Erfolge der vorangegangenen Rehabilitation. Diese Maßnahmen erfolgen in der Regel berufsbegleitend.

Das Zentrum für Integrierte Rehabilitation (ZIR) in den RKU ist die einzige Einrichtung in Ulm und der weiteren Umgebung, welche alle oben genannten Rehanachsorgeprogramme anbieten kann.

Zudem hat das ZIR auch die Zulassung für die „Schwäbische Adipositas-Trainings-Therapie“ (SATT) der DRV Schwaben.

Die Verordnung für eine Rehanachsorgemaßnahme erfolgt durch den für Sie zuständigen Arzt noch während Ihres Aufenthaltes in der Rehabilitationsklinik.

## Modalitäten der Rehanachsorgeprogramme

Bei allen orthopädischen Nachsorgeprogrammen dürfen Sie in der Regel bis zu 24 Terminen wahrnehmen. Der Zeitraum, in welchem diese Termine wahrgenommen werden sollen, wird oft schon auf der Verordnung der Rehaklinik festgelegt.

Das ASP muss spätestens 12 Monate, die IRENA 6 Monate und die AENEAS 5 Monate nach Entlassung aus der vorhergegangenen Rehabilitation *abgeschlossen* werden.

Alle Maßnahmen können im ZIR berufsbegleitend sowohl tagsüber als auch in den Abendstunden durchgeführt werden.

Die Modalitäten des SATT-Programmes weichen teilweise deutlich von den anderen Nachsorgeprogrammen ab. Informationen dazu erhalten Sie im Sekretariat des ZIR.

## Ablauf und Inhalte

Am Aufnahmetag haben Sie in unserem Hause zunächst einen Termin zu einer ärztlichen *Eingangsuntersuchung*.

Nach der ärztlichen Aufnahme vereinbaren Sie mit unserem Zentralen Terminmanagement Ihre weiteren Termine. Das Zentrale Terminmanagement befindet sich im Untergeschoss, direkt vor dem Trainingsraum der Sporttherapie.

Wir möchten Sie dringend darum bitten, sich schon vor Ihrem Aufnahmetag Gedanken darüber zu machen, wie Sie Ihre Termine über den gesamten Zeitraum legen können!

Nur unter dieser Voraussetzung kann die Terminvereinbarung zügig und verlässlich erfolgen.

Für die berufsbegleitend ausgerichtete Rehanachsorge bieten wir speziell folgende zusätzliche Therapiezeiten an:

Mo – Do	17.30 – 19.30 Uhr
Freitag	15.30 – 17.30 Uhr
Samstag	14.00 – 16.00 Uhr

Termine können aber auch tagsüber wahrgenommen werden!

Am Tag der Aufnahme, spätestens jedoch am Folgetermin, findet die Einführung in die Medizinische Trainingstherapie (MTT) statt. Die MTT ist in unserer Einrichtung der zentrale Bestandteil der Rehanachsorge. Sportbekleidung sowie ein großes Handtuch zum Unterlegen auf den Trainingsgeräten werden dazu unbedingt benötigt.

Am Aufnahmetag findet in unserem therapeutischen Trainingszentrum die individuelle Einweisung durch einen unserer Sportlehrer und im Zuge dessen die Erstellung Ihres persönlichen Trainingsplanes statt.

Bei den weiteren Terminen werden Sie an Gruppentherapien wie Funktionsgymnastik, Wassergymnastik, Nordic Walking oder QiGong teilnehmen können.

Insgesamt werden Sie bei jedem Nachsorgetermin eine Therapiezeit von insgesamt 90 - 120 Minuten zur Verfügung haben.

***Im Rahmen der Rehanachsorge sind keine Einzeltherapien vorgesehen!***

Zum Ende der jeweiligen Maßnahme erhalten Sie eine *ärztliche Abschlussuntersuchung*. Dieser Termin muss unbedingt wahrgenommen werden, damit Ihrem Kostenträger relevante Informationen zugeleitet werden können.

Auch wenn die Maßnahme vorzeitig beendet werden sollte, ist diese Abschlussuntersuchung verpflichtender Bestandteil des Programms.

### **Was muss ich tun, um eine Rehanachsorge zu erhalten?**

Fragen Sie Ihren Arzt spätestens bei der Entlassuntersuchung der Rehabilitation danach. Dieser kann die Notwendigkeit und den Sinn einer Rehabilitationsnachsorge in Ihrem individuellen Fall beurteilen und gegebenenfalls eine entsprechende Verordnung ausstellen. Die Verordnung kann nur von einem Arzt während Ihrer Rehabilitation ausgestellt werden! In dieser Verordnung muss die für die Durchführung vorgesehene Einrichtung bereits konkret genannt werden.

Weitere Informationen erhalten Sie als Patient im Zentrum für Integrierte Rehabilitation (ZIR) der RKU von Ihren behandelnden Rehabilitationsärzten, im Sekretariat des ZIR (Bauteil B, 1. Stock, Zimmer 1.114) oder in der Abteilung Sporttherapie (Bauteil A, Untergeschoss).

Vielleicht suchen Sie nach Beendigung Ihrer Nachsorgemaßnahme nach einer Möglichkeit, weiter an Ihrer Fitness und Ihrem körperlichen Wohlbefinden zu arbeiten?!

In unserem im Hause ansässigen Verein **Rehaktiv e.V.** haben Sie dazu Gelegenheit.

Im Rahmen einer Mitgliedschaft können Sie die Medizinische Trainingstherapie weiterhin nutzen, an speziellen Gesundheits- und Fitnesskursen teilnehmen und sich in unserer Saunalandschaft regenerieren.

Unser aktuelles Kursprogramm erhalten Sie beim Zentralen Terminmanagement oder in der Sporttherapie.

Fragen zum Rehaktiv e.V. beantworten Ihnen unsere Sporttherapeuten jederzeit gerne.

Sie finden uns im UG der RKU – Universitäts- und Rehabilitationskliniken Ulm

Rehaktiv e.V.  
Oberer Eselsberg 45  
89081 Ulm

## **Zentrum für Integrierte Rehabilitation (ZIR)**

### **Patienteninformation Rehanachsorge der Rentenversicherer**

