

Die wichtigsten Fragen zum Rehabilitationssport

Was ist Rehabilitationssport?

Rehabilitationssport (kurz: Rehasport) ist ein vom Arzt verordnetes Bewegungstraining mit dem Ziel, die medizinische Behandlung mit Hilfe von körperlicher Bewegung zu fördern und zu ergänzen. Mit Mitteln des Sports (z.B. Gymnastik, Entspannungsübungen, geeignete Inhalte anderer Sportarten) soll die Bewegungsfähigkeit verbessert und der Verlauf von Krankheiten/Beschwerden positiv beeinflusst werden. Eine ärztliche Verordnung (Formular 56) umfasst in der Regel 50 Einheiten á 45 Minuten Gruppentraining und ist 18 Monate gültig.

Für wen ist Rehasport geeignet?

Rehasport ist für jeden, unabhängig vom Alter, geeignet. Die Übungen erhalten bzw. verbessern die eigene Leistungsfähigkeit, und können auch drohenden Einschränkungen im Alltag entgegenwirken. Rehasport kann als Fortsetzung einer ambulanten oder stationären Rehabilitation eingesetzt werden. Die Versorgungskette (Akutversorgung → Rehabilitation → Physiotherapie) wird durch eine bewegungsorientierte Therapie ergänzt.

Auch für Menschen mit chronischen Beschwerden (z.B. wiederkehrende Rückenschmerzen, Verspannungen, Überlastungssymptome, u.a.m) ist der Rehabilitationssport ein adäquates Mittel zur Schmerzlinderung bzw. Steigerung des Wohlbefindens. Sofern eine Diagnose gestellt wird, kann Rehasport von jedem Arzt mit Kassenzulassung verschrieben werden.

Ist die Rehasport Verordnung nur für Gesetzlich-Versicherte oder gibt es diese auch Privat-Versicherte?

Am Rehasport können alle gesetzlich- wie privatversicherte Menschen teilnehmen, die eine "Verordnung zum Rehabilitationssport" (Formular 56) von Ihrem Arzt ausgestellt bekommen haben.

Können auch Personen mit akuten Beschwerden am Rehasport teilnehmen?

Nein, der Rehasport ist in der Regel keine alleinige Alternative zu einer Heilmittelverordnung bei akuten Beschwerden. Er ist bestenfalls eine

ergänzende Maßnahme zu einer notwendigen therapeutisch-medizinischen Behandlung. Ausgenommen davon sind allerdings Patientinnen und Patienten mit chronischen Beschwerden, die langfristig ihre Stütz Muskulatur aufbauen, bzw. ihr Herz-Kreislauf-System stärken müssen.

Nach einer OP, zum Beispiel wegen einem Kreuzbandriss oder Hüftgelenk-Ersatz, sollte das Bein wieder voll belastet werden dürfen, bevor mit dem Rehasport begonnen werden kann. Im Zweifelsfall ist mit dem behandelnden Arzt Rücksprache zu halten.

Muss Rehasport vom Facharzt verschrieben werden?

Nein, Rehasport kann von jeder Ärztin und jedem Arzt mit Kassenzulassung verschrieben werden, unabhängig von der Fachrichtung.

Wie oft kann Rehasport verschrieben werden?

Eine Folgeverordnung ist prinzipiell möglich. In der Regel kann der Rehasport verschrieben werden, solange er notwendig, geeignet und wirtschaftlich ist. Dabei ist zu beachten, dass der Rehasport eine Hilfe zur Selbsthilfe sein soll und das Ziel verfolgt, zu regelmäßigem Sport und regelmäßiger Bewegung zu motivieren.

Welche Kassen genehmigen den Rehasport?

Alle gesetzlichen Krankenkassen genehmigen den Rehasport. Grundlage dafür ist die Rahmenvereinbarung, die zwischen den gesetzlichen Krankenkassen und den Rehasport-Fachverbänden geschlossen wurde. Seitens der Patientinnen und Patienten besteht ein Rechtsanspruch.

Eine ärztliche Verordnung für den Rehasport als Privatpatient führt nicht zu einer direkten Abrechnung zwischen dem Rehasport-Leistungserbringer und der privaten Krankenversicherung. Der Anspruch des Leistungserbringers (hier FITAO) auf Vergütung richtet sich in diesen Fällen allein gegen den Privatpatient und ist von Privatversicherten auch dann zu erfüllen, wenn im Einzelfall die Private Krankenversicherung eine Erstattung ganz oder teilweise verweigern sollte. Empfehlenswert ist vorab von der Privaten Krankenversicherung die Übernahme der Kosten für den Rehabilitationssport explizit bestätigen zu lassen.

Für die private Teilnahme am Rehasport beträgt der mit FITAO und dessen Kooperationspartner „Gesundheits- und Rehasportverein Baden-Württemberg“ vereinbarte Vergütungssatz für eine Einheit (45 Minuten) Rehasport 8,20 €. Eine Abrechnung erfolgt am Ende des Zeitraumes der Rehasportverordnung bzw. nach 50 teilgenommen Einheiten.

Müssen die Teilnehmenden selbst etwas zahlen?

Die gesetzlichen Krankenkassen zahlen die reine Gymnastik à 45 Minuten zu 100%. **Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, das Rehasportangebot mit einer *Selbstzahler-Leistung** zu ergänzen.** Diese wird separat mit dem Leistungserbringer (FITAO) vereinbart und ist an diesen zu zahlen. Die Vereinbarung gilt solange wie der Genehmigungszeitraum der Verordnung bzw. endet mit Erreichen der genehmigten Anzahl der Rehasporteinheiten.

* Als ***Selbstzahler-Leistung*** bietet FITAO das **Zusatzangebot „GesundheitskompetenzTraining“** an. Es beinhaltet Übungen, die die Resilienz („Widerstandskraft“) stärken. Mit dem Zusatzangebot verlängert sich die Übungseinheit auf eine volle Stunde. Der Nutzer der Selbstzahler-Leistung hat außerdem Zugang zum passwortgeschützten Bereich auf der Internetseite von www.fitao.de, wo interessante Inhalte rund ums Thema „Gesundheit“ zum Download bereit stehen.

Das Zusatzangebot kann über einen monatlichen Beitrag von 20 € erworben werden. Im 3-Monats-Abo kostet es 45 € oder im 6-Monats-Abo für 90€. Die Kündigung ist jeweils 14 Tage zum Ende des Abo-Zeitraumes möglich. Mehr darüber erfährst Du in der Rehasport-Sprechstunde.

Jetzt brauchst Du nur noch.....

1. Die „Ärztliche Verordnung zum Rehabilitationssport“ (Formular 56)
2. bei Deiner gesetzlichen Krankenkassen einreichen, um sie zu genehmigen zu lassen.
3. Vereinbare einen Termin zur Rehasportsprechstunde. Im persönlichen Beratungsgespräch klären wir Deine offenen Fragen, Deine Ziele, die Möglichkeit des Zusatzangebotes von FITAO und vereinbaren die Teilnahme in einer geeigneten Rehasportgruppe.
4. Dann kann es losgehen :-)