

HERZ- ODER REHASPORT BEIM ARZT VERORDNEN

Ihr Arzt kann Ihnen bei den verschiedensten körperlichen Beschwerden, (orthopädischer oder organischer Art, sowie auch bei Schmerzen), Rehasport verordnen. Auch Herzsport ist dabei:

Antrag auf Kostenübernahme 56

für Rehasport
 für Funktionstraining

Rehasport/Funktionstraining werden von den Krankenkassen insbesondere mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe zur Verfügung gestellt.

Ärztliche Verordnung für Rehasport/Funktionstraining
verordnungrelevante Diagnose(n), gegebenenfalls relevante Nebendiagnose(n)

Schädigung der Körperfunktionen und Körperstrukturen für die verordnungsrelevante Beeinträchtigung der Aktivität und Teilhabe

Ziel des Rehasports/Funktionstrainings

Empfohlene Rehasportart	Empfohlene Funktionstrainingsarten
<input type="checkbox"/> Gymnastik (auch im Wasser)	<input type="checkbox"/> Trockngymnastik
<input type="checkbox"/> Schwimmen	<input type="checkbox"/> Wassergymnastik
<input type="checkbox"/> Leichtathletik	<input type="checkbox"/> Wassergymnastik
<input type="checkbox"/> Bewegungsspiele	<input type="checkbox"/> Wassergymnastik
<input type="checkbox"/> Sonstige	<input type="checkbox"/> Wassergymnastik
Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins behinderter oder vorge- behinderteter Frauen und Mädchen erforderlich	
Rehasport ist notwendig für	
<input type="checkbox"/> 50 Übungseinheiten in 18 Monaten (Richtwert)	<input type="checkbox"/> 12 Monate (Richtwert)
<input type="checkbox"/> 120 Übungseinheiten in 36 Monaten (Richtwert) nur bei	<input type="checkbox"/> 24 Monate (Richtwert) nur bei fo-
<input type="checkbox"/> Asthma bronchiale	<input type="checkbox"/> Morbus Parkinson
<input type="checkbox"/> Blindheit, in der letzten 12 Monaten	<input type="checkbox"/> Mukoviszidose
<input type="checkbox"/> vor Antragstellung	<input type="checkbox"/> Fibromyalgie-Syndrom
<input type="checkbox"/> Chronischer-obstruktive	<input type="checkbox"/> Kollagenose
<input type="checkbox"/> Lungenerkrankung	<input type="checkbox"/> Kollagenose
<input type="checkbox"/> Multiple Sklerose	<input type="checkbox"/> Kollagenose
<input type="checkbox"/> Kollagenose	<input type="checkbox"/> Kollagenose

INDIKATIONEN

Orthopädie
Lungensport
Innere Medizin
Diabetes, Typ I/II
Herzsport
Krebs

“Vorraussetzung für die Teilnahme am Herzsport ist eine Belastbarkeit von mindestens 0,4-Watt pro Kilogramm Körpergewicht. Dies ist von ihrem Hausarzt/Kardiologen zu beurteilen”.

Bei orthopädischen und anderen Beschwerdebildern wird die Gruppeneinteilung durch die Expertise des Sporttherapeuten der Turnerschaft Selb vorgenommen.

ANGEBOTE IM HERZ- UND REHABILITATIONSSPORT BEI DER TURNERSCHAFT SELB

Ob Herzleiden, Diabetes, orthopädische Beschwerden oder Defekte im Bereich der inneren Organe oder Atemwege. Rehasport bietet Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe.

**"Wer nicht jeden Tag etwas für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern."
(A. KNEIPP)**



Mehr auch unter www.turnerschaft-selb.de



REHASPORT in der
Turnerschaft 1887 Selb e.V.
Jahnstr. 35, 95100 Selb



Übungsleiterin: Sabine Krippner
Telefon: +49 9287 78272
E-Mail: sabine.krippner@gmx.de



WOHNORTNAHER HERZ- UND REHA- SPORT

Information zur Rehasportverordnung
für Patienten und Ärzte

DIE HERZSPORT-GRUPPE DER TURNERSCHAFT 1887 SELB E.V. STELLT SICH VOR

Diese Herzsportgruppe ist eine Gruppe von Patienten mit chronischen Herz-Kreislaufkrankungen, die sich regelmäßig, mind. einmal wöchentlich, auf ärztliche Verordnung unter Betreuung eines Gruppenarztes und eines ausgebildeten Sporttherapeuten trifft.

Mit dem ganzheitlichen Konzept der TS Selb, das auf Bewegungstherapie, Stressmanagement und Verhaltenstraining abzielt, werden Krankheitsfolgen überwunden und ein Fortschreiten verhindert.

Zudem wird über die Krankheit und den Genesungsverlauf informiert. Ein gesundheitsförderndes Verhalten wird in den Bewegungseinheiten trainiert. Hierbei kommen auch Gymnastik, Ausdauerbeanspruchungen und Kräftigungsmaßnahmen zum Tragen.

Die Sporttherapeuten der TS-Selb passen die Übungen auf das körperliche Befinden und den individuellen Zustand der Patienten an.



Die Gruppengröße wird beim Rehasport der TS zur besseren Betreuungsqualität überschaubar gehalten. Bei unseren Herzsportgruppen beispielsweise werden die Patienten entweder in einer Übungsgruppe (0,4-1,0 Watt/kg Körpergewicht), oder in einer Trainingsgruppe (>1,0 Watt/kg Körpergewicht) zum Sport angeleitet.

GEHÖRE ICH ZU DEN PATIENTEN, DENEN DER HAUSARZT HERZSPORT ODER EINEN ANDEREN REHASPORT VERORDNET

Wenn bei Ihnen einer der folgenden Krankheiten vorliegt:

- Funktionelle Herz-Kreislaufstörungen (Bluthochdruck mit Herzschäden)
- Koronare Herzerkrankung (Bypass OP, Herzinfarkt, Angina Pectoris)
- Herzinsuffizien
- Herzfehler/Herzklappenfehler
- Zustand nach
 - Herztransplantation
 - implantierten Defibrillator
 - Schrittmacher
 - Myokarditis



ZIELE

- Selbstsicherheit
- Selbstvertrauen
- Alltagstransfer
- Lebensqualität

Schildern Sie vorhandene Beschwerden Ihrem Arzt. Er wird Ihnen fachkundig eine Rehasportverordnung (auch bei Krankheitsbildern aus der inneren Medizin sowie der Orthopädie) verschreiben!

WIE NEHMEN SIE AN EINER REHA- BZW. HERZSPORTGRUPPE TEIL

1. Sprechen sie Ihren Hausarzt/Facharzt/Kardiologen an
2. Ihr Arzt verordnet Ihnen eine Rehasportverordnung für das jeweilige körperliche Beschwerdegebiet
 - Beim Herzsport werden in der Regel 90 Übungseinheiten innerhalb eines Zeitraums von 2 Jahren ausgestellt
3. Bei gesetzlich-versicherten Patienten muss die Krankenkasse diese Verordnung bewilligen
4. Es besteht die Möglichkeit nach stationären Reha-Aufhalten eine Fortsetzung der rehabilitativen Maßnahmen von der Klinik verordnet und von den Rentenversicherungsträgern für einen Zeitraum von 6 Monaten (= Regelfall) bewilligt zu bekommen.
5. Melden Sie sich in der RehaGruppe der Turnerschaft Selb an (Herzsport-, Orthopädiegruppe oder ähnliches).
 - Das Team der TS Selb berät Sie gerne!
6. Bringen Sie folgende Unterlagen mit
 - ✓ Ärztlicher Befund (nicht älter als 3 Monate)
 - ✓ **Bei Herzsport:** Ergebnis Ergometer (nicht älter als 3 Monate)
 - ✓ ggf. Bericht der stationären Rehaklinik
 - ✓ bewilligte Reha-Verordnung ihrer Krankenkasse