



# Ambulante Rehabilitation und der Unterschied zum stationären Setting

**Prim. Dr. Andreas Spary**

PVA ZAR Graz



# Ambulante Rehabilitation für Zuweiser\*innen



# Antrag auf Rehabilitations- Kur- bzw. Erholungsaufenthalt (SV)

## Vorgeschlagen wird

- Stationäre Rehabilitation
- Ambulante Rehabilitation
- Kurheilverfahren/GVA
- Erholung
- Genesung
- Landaufenthalt

## für

- Atemwegserkrankungen
- Herz-/Kreislauf
- Bewegungs-/Stützapparat
- Neurol. Formenkreis
- Rheumat. Formenkreis
- Stoffwechselerkrankungen
- Hauterkrankungen
- Onkologie
- Psychische Erkrankungen
- Sonstige

## in

---

### Hinweis:

Der vorgeschlagene Ort wird nach Möglichkeit berücksichtigt; medizinische Notwendigkeiten sind jedoch vorrangig.

Begründung für die vorgeschlagene Maßnahme (Berufsbild, medizinische, berufliche oder soziale Zielsetzung)



# Ambulante Rehabilitation

## WELCHE Voraussetzungen müssen gegeben sein?

- **Rehabilitationsbedürftigkeit**
- **Rehabilitationsfähigkeit/Therapiemotivation**
- **Positive** Rehabilitationsprognose
- **Wohnortnähe:** angemessene Erreichbarkeit der ambulanten Einrichtung vom Wohnsitz oder Arbeitsplatz des Versicherten (**50 km**)
- Ausreichende **Mobilität**
- Sicherstellung der sozialen, pflegerischen und medizinischen Versorgung im Wohnumfeld

Eigene Bilddatei PVA





# Ambulante Rehabilitation

## Wer kann eine ambulante Reha machen?

- **Versicherte im erwerbsfähigen Alter**  
(unselbständige Erwerbstätige,  
Arbeitslosengeldbezieher)
- **Keine Pensionisten**  
(Ausnahme nach Kostenübernahme  
anderer SV Träger)



PVA ZAR Graz, Eigene Bilddatei



# Rehabilitation



## Phasen der Rehabilitation

Die **Phase I** umfasst medizinisch-physikalisch-therapeutische Behandlungen in der Frühmobilisation im **Akutkrankenhaus**.

Die **Phase II** folgt stationär oder ambulant im Anschluss an das Akutkrankenhaus.

Die **Phase III** dient der Stabilisierung der erreichten Effekte sowie der langfristig positiven Veränderung des Lebensstils zur Vermeidung neuer Erkrankungen im Rahmen einer **wohnnahen** Rehabilitation in entsprechenden Einrichtungen.



## 3 Säulen der Rehabilitation

### Medizinische Rehabilitation

- z.B. Maßnahmen der Rehabilitation, Prothesen

### Berufliche Rehabilitation

- z.B. Umschulung, Weiterbildung

### Soziale Rehabilitation

- z.B. Adaptierung der Wohnung, Führerschein



# Ambulante Rehabilitation



Created by Massimo  
from Noun Project

ca. 2.500 m<sup>2</sup> Therapiefläche



Created by Sharmila  
from Noun Project

06.50 – 20.00  
06.50 – 15.00

Montag-Donnerstag  
Freitag



Created by Nils  
from Noun Project

pro Tag  
ca. 120  
Patient\*innen



Created by jax  
from Noun Project

laufend  
ca. 200  
Patient\*innen

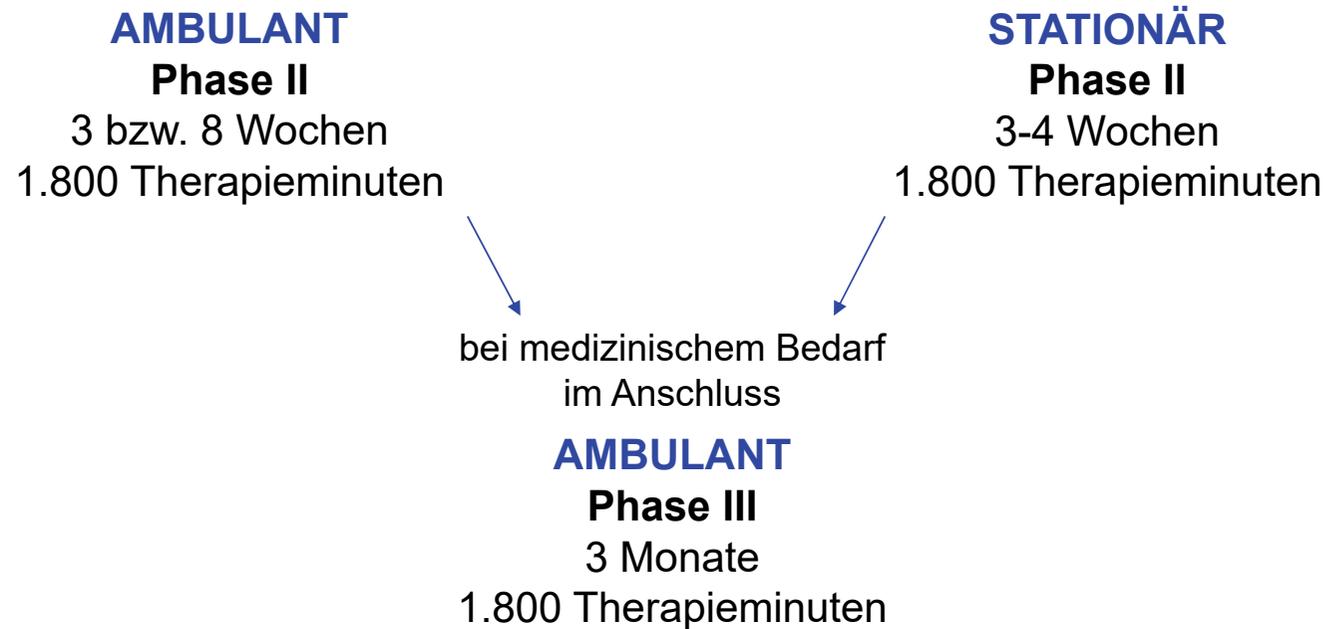


Created by Aashir Uddin  
from Noun Project

Phase II und Phase III



# Ambulante Rehabilitation in der PVA





# Rehabilitation in der PVA ZAR Graz



- **Erkrankungen des Stütz- u. Bewegungsapparates** Phase II / Phase III
- **Atemwegserkrankungen** Phase II / Phase III
- **Stoffwechselerkrankungen** Phase II / Phase III
- **Neurologische Erkrankungen** Phase III
- **Multiple Sklerose Sonderphase** Phase III
- **Periphere arterielle Verschlusskrankheit** Phase II / Phase III
- **RehaJET®** Rehabilitation für Job Erwerbsfähigkeit und Teilhabe
- **Telerehabilitation (Pilotprojekt)** Phase III



## Ziel der ambulanten Rehabilitation



- Teilhabeorientierte Rehabilitation mit Schwerpunkt „Return to Erwerbsfähigkeit“
- Gesundheitswert der Arbeit
- Eigenverantwortung und nachhaltige Umsetzung
- Individualisierung nach dem biopsychosozialen Modell der ICF
- Frühzeitiges Erkennen von „Besonderen Beruflichen Problemlagen“ (BBPL)
- Nachhaltigkeit der durchgeführten Maßnahmen



# Ambulante Rehabilitation

**Screening-Instrument zur Feststellung des Bedarfs an Medizinisch Beruflich Orientierten Maßnahmen in der medizinischen Rehabilitation bei Chronischen Erkrankungen**

## Verdachtsstellung auf:

Besondere berufliche Problemlage (BBPL)

Score: **SIMBO C**

Eine BBPL ist die Diskrepanz zwischen individuellem Leistungsvermögen (psychisch/physisch) der Rehabilitand\*innen und den Anforderungen des individuellen Arbeitsplatzes.



Versicherungsnummer  
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Sehr geehrte Frau, sehr geehrter Herr,

damit wir uns ein Bild von Ihrer beruflichen Situation machen können, bitten wir Sie die nachfolgenden Fragen zu beantworten.

Alter: \_\_\_\_\_ Jahre      Geschlecht:       männlich     weiblich

1. Welche der folgenden Angaben trifft auf Ihre derzeitige Erwerbssituation zu?

<input type="checkbox"/> ganztätig berufstätig	<input type="checkbox"/> arbeitslos/erwerbslos
<input type="checkbox"/> mindestens halbtags berufstätig	<input type="checkbox"/> Invaliditäts- bzw. Berufsunfähigkeitspension, Rehageld- oder Ruhebezug
<input type="checkbox"/> weniger als halbtags berufstätig	<input type="checkbox"/> Alterspension oder Ruhestand
<input type="checkbox"/> Hausfrau/-mann	<input type="checkbox"/> aus anderen Gründen nicht erwerbstätig

2. Sind Sie zur Zeit krankgeschrieben (arbeitsunfähig)?  
 nein       ja

3. Waren Sie in den letzten 12 Monaten krankgeschrieben?  
 nein       ja  
falls ja: Wie lange waren Sie insgesamt krankgeschrieben?  
 unter 1 Woche     1-6 Wochen     7-12 Wochen     13-26 Wochen     >26 Wochen

4. Wie stark sind Sie durch Ihren derzeitigen Gesundheitszustand in Ihrer Arbeit beeinträchtigt?  
keine Beeinträchtigung       0     1     2     3     4     5     6     7     8     9     10      völlige Beeinträchtigung

5. Wie stellen Sie sich Ihre berufliche Zukunft vor? (Bitte kreuzen Sie alles für Sie Zutreffende an.)  
Ich denke, dass ich in der nächsten Zukunft wahrscheinlich...

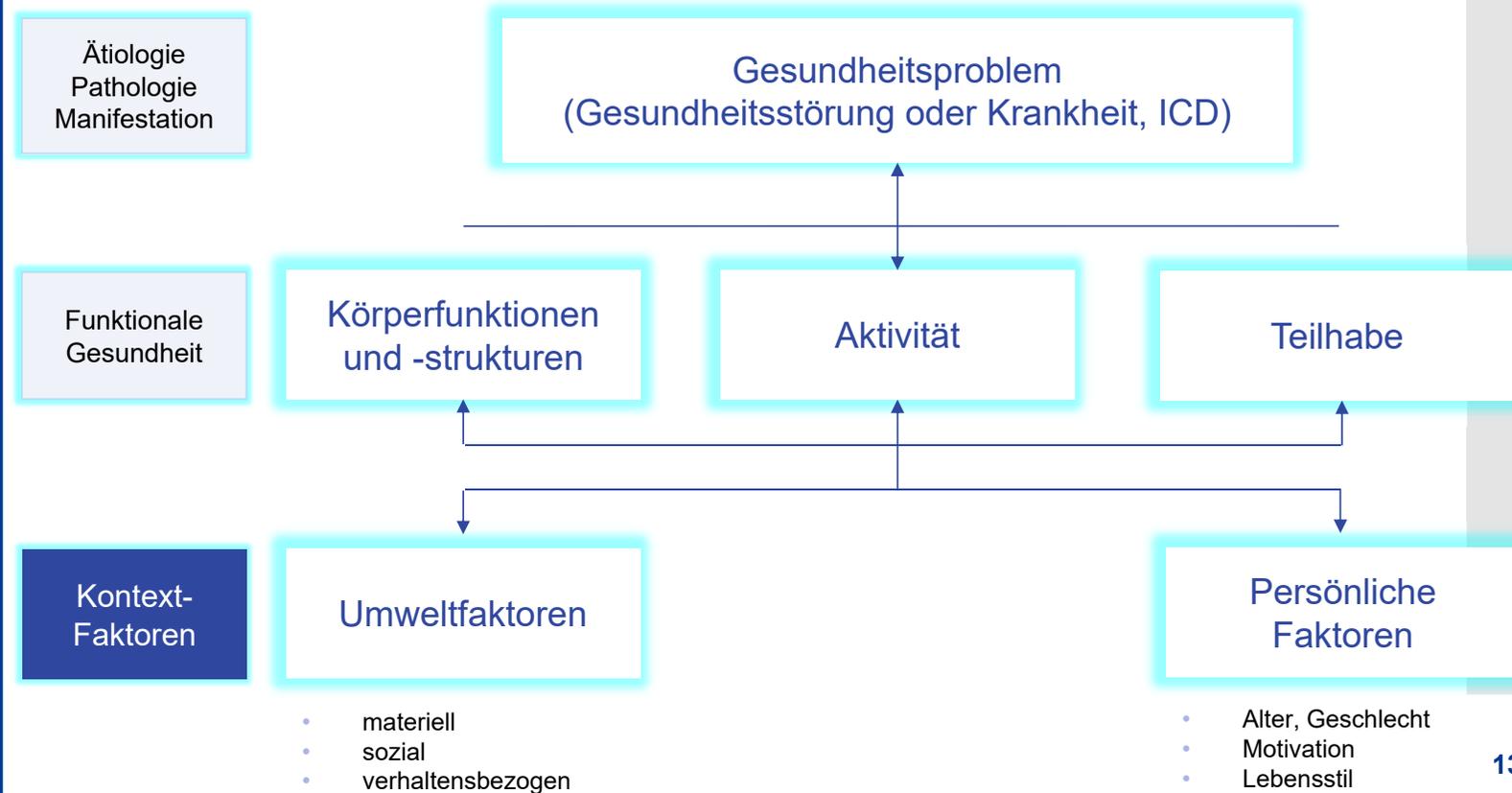
<input type="checkbox"/> in meinem Beruf weiterhin arbeiten kann.	<input type="checkbox"/> eine Pension bzw. Versetzung in den Ruhestand beantragen werde.
<input type="checkbox"/> in meinem Beruf nicht mehr arbeiten kann.	<input type="checkbox"/> arbeitslos sein werde.
<input type="checkbox"/> eine andere Arbeit suchen will.	<input type="checkbox"/> krankgeschrieben sein werde.
<input type="checkbox"/> überhaupt nicht mehr arbeiten kann.	<input type="checkbox"/> Ich weiß es noch nicht.

6. Was erhoffen Sie sich von Ihrem Rehabilitationsaufenthalt?

Ich hoffe, dass...	überhaupt nicht	etwas	mäßig	ziemlich	sehr
man hier endlich Zeit für mich haben wird.	<input type="checkbox"/>				
mir Entlastung durch psychologische Betreuung angeboten wird.	<input type="checkbox"/>				
die Rehabilitation zur Klärung oder Besserung meiner beruflichen Situation beiträgt.	<input type="checkbox"/>				

SIMBO C -Version Österreich 2015

# ICF- biopsychosoziales Modell





## Rehabilitation/ berufliche Teilhabeziele



- *Ich möchte als Fliesenleger wieder 10 Packungen Fliesen mit 15 kg vom Transporter in ein Badezimmer tragen können, damit ich meinen Beruf weiter ausüben kann.*
- *Ich möchte mit meiner psychischen Erkrankung einen stressigen Arbeitstag mit vielen Terminen wieder gut bewältigen können.*
- *Ich möchte trotz meiner Kreuzschmerzen im Büro wieder 8 Stunden sitzen können, damit ich meine Arbeit am PC machen kann.*
- *Ich möchte nach meinem Herzinfarkt als Verkäufer im Supermarkt wieder Waren aus dem Lager holen, in die Regale schichten und bei der Kassa sitzen können.*
- *Ich möchte wissen, was ich trotz meines Diabetes als LKW Fahrer am Wochenende am Parkplatz Gaishorn im LKW essen kann, damit mein Zucker nicht wieder entgleist.*



## Rehabilitation/ private Teilhabeziele



- *Ich möchte mit meiner Lungenerkrankung wieder 15 Stufen mit Handlauf steigen können, um wieder in mein Schlafzimmer im ersten Stock zu kommen.*
- *Ich möchte nach meinem Schenkelhalsbruch wieder 150 m mit 4-Pkt. Stock gehen und einen Randstein überwinden können, um die Autobushaltestelle zu erreichen und in einen (Hoch- oder Niederflur) Autobus ein- und aussteigen können, um wieder selbständig in den Supermarkt einkaufen fahren zu können.*
- *Ich möchte nach meinem Herzinfarkt ohne Angst, einen weiteren zu bekommen und ohne Atemnot, wieder mit meinen Enkelkindern im Kleingarten Fußball spielen.*
- *Ich möchte nach meiner Schulteroperation wieder einen Einkaufswagen schieben und Waren in den Korb legen, bzw. an der Kassa ausräumen und bezahlen können.*
- *Ich möchte nach meinem Schlaganfall im Geschäft wieder sagen können, was ich einkaufen will und möchte wieder Geld mit den Händen abzählen können.*



## Ergebnis Projekt MLP2.0 in der ambulanten Rehabilitation



- Zunahme der Patient\*innenzahl im Bereich der stationär ersetzenden Phase II Rehabilitation
- Fokussierung auf „Return to Erwerbsfähigkeit“
- Zunahme an Zusammenarbeit mit Rehaberater\*innen, Kooperationen mit BBRZ, Fit to work, AMS, Firmen, Arbeitsmediziner\*innen



## Alleinstellungsmerkmale in EE

- **Schweres Übergewicht UND bariatrische Operation: (Aflenz, Alland)**
- **Diabetes mellitus UND Insulinpumpe (bzw. Diab. mell. Typ 1): (Aflenz, Alland)**
- **Leber- bzw. Pankreastransplantation: (Bad Aussee)**
- **Herz- bzw. Lungen- bzw. Herz-Lungen-Transplantation: (Hohegg, Großmain)**
- **Lungenhochdruck: (St. Radegund)**
- **"Kunstherz" (LVAD): (Felbring, Hohegg, PVA ZAR Wien)**
- **Mukoviszidose: (Weyer)**
- **Raucherentwöhnung für gehörlose Pat.: (Weyer)**
- **Guillain-Barré-Syndrom: (Laab im Walde)**
- **Hämatonkologische Erkrankungen: (Bad Schallerbach)**



## Alleinstellungsmerkmale in EE



- **Amputation im Bereich der Beine: (Gröbming)**
- **Entzündlich rheumatische Erkrankungen, Autoimmunerkrankungen: (Gröbming, Laab im Walde, Saalfelden, Bad Schallerbach)**
- **M. Bechterew (mit Einschränkung!): (Bad Hofgastein)**
- **Pat. mit Schulter-Erkrankungen: (Bad Ischl)**
- **Pat. mit Multipler Sklerose: (PVA ZAR Graz)**
- **Multimodale Schmerztherapie: (Bad Schallerbach, ZAR Wien)**
- **RehaJET: (Gröbming, Bad Hofgastein, PVA ZAR Graz)**
- **PsychKard: (Felbring)**
- **Pat. mit Herzinsuffizienz/Tele-Reha: (Großgmain)**



# Rehaplanung

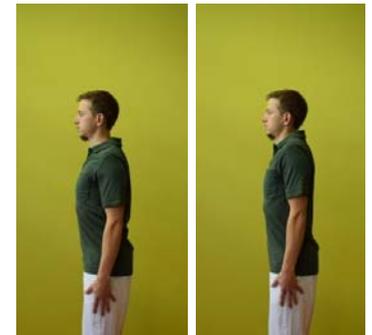
- Individuelle Verplanung je Patient\*in



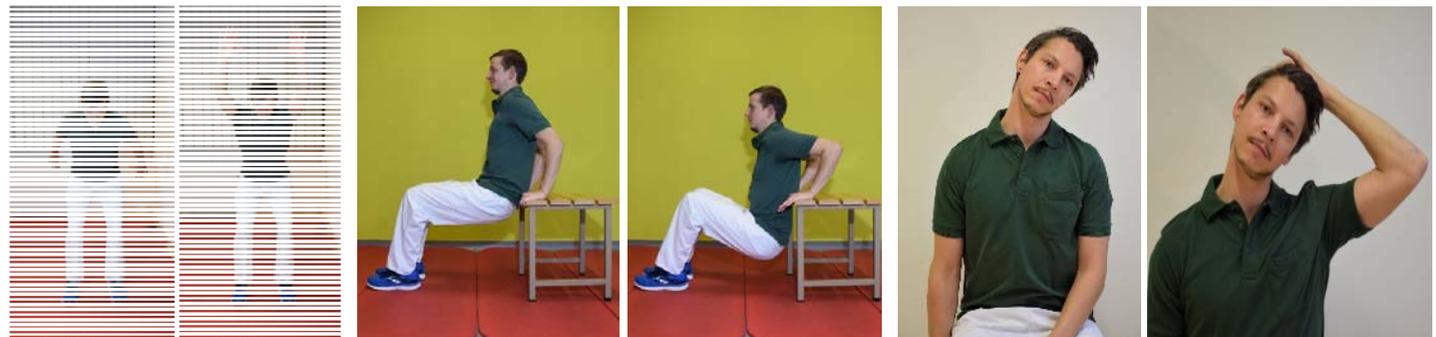
# Ablauf REHABILITATION

- **Phase II:**
  - Ausdauer, Kraft u Spezialgruppen
  - Einzeltherapien
  - Physikalische Therapien (Massagen, Elektro, Überwasser...)
  - Schulungen
  - Visiten
  - Interdisziplinäre Besprechungen
  
- **Phase III:**
  - Vertiefung des Erlernten

- Haltungsschulung
- Übungen zur Kräftigung der tiefen- und oberflächlichen Rumpfmuskulatur  
(Stand, Sitz, RL, 4-Füßler...) und diversen Trainingsgeräten (Gymnastikball, Hanteln, Therabänder, Stab, instabile Elemente...)
- Aktive Mobilisationsübungen
- Dehnübungen



Eigene Bilddatei PVA ZAR Graz



PVA ZAR Graz, Eigene Bilddatei



# Ausdauertraining

- Ergometer, Laufband, Crosstrainer, Armkurbel
- Geräteauswahl individuell
- Blutdruckmessung vor und nach dem Training durch die Patient\*innen
- Warm up, Hauptteil, Cool down Phasen
- Trainingssteuerung durch Ergometrie im Haus
- Dokumentation durch Physio-/ Trainingstherapeut\*innen



PVA ZAR Graz, Eigene Bilddatei



# Krafttraining

- Individuelle Übungsauswahl
- Blutdruckmessung vor und nach dem Training durch die Patient\*nnen
- Sauerstoffsättigungsmessung bei LungenpatientInnen
- Geräte und freie Übungen
- Fokus auf Bewegungsausführung und Übungen die auch daheim durchgeführt werden können



## Weitere Einheiten

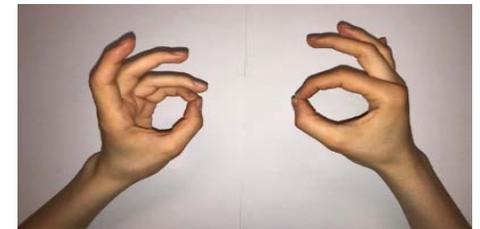
- **Ergotherapeutische Aufnahme/ Ergotherapie Einzel/  
Ergotherapie Abschluss**

- Alltagsbezogene Diagnostik/ alltagsbezogenes Training
- Ergonomie im Alltag/ Beruf



- **Handfunktionsgruppe**

- Finger-/ Handkraft
- Koordination
- Achsengerechte Belastung des Handgelenks im Alltag
- Handgewölbeaufbau



PVA ZAR Graz, Eigene Bilddatei



## Weitere Einheiten

- **Schulung Gruppe Ergotherapie**
  - Ergonomie Stehen, Sitzen, Liegen, Tragen, Heben
  - Koordination
- **Trainingsberatung**
  - Auswertung der Belastungsergometrie
  - Optimale Regenerationszeiten, Regenerationsmaßnahmen
  - Ausdauertrainingsmethoden (Intervall-/ Dauermethode)
  - Trainingsplanerstellung
- **Massage / Überwassermassage / Elektrotherapie / Lymphdrainage**





# Interdisziplinäre Zusammenarbeit

- **Berufsgruppenübergreifende Besprechungen**
- **Psychologie**
  - Psychologie Einzel
  - Entspannungstechniken
  - Schulungen
- **Diätologie**
  - Diätologie Einzel
  - Schulungen
  - Schauküche



PVA ZAR Graz, Eigene Bilddatei



# Physiotherapie Einzel



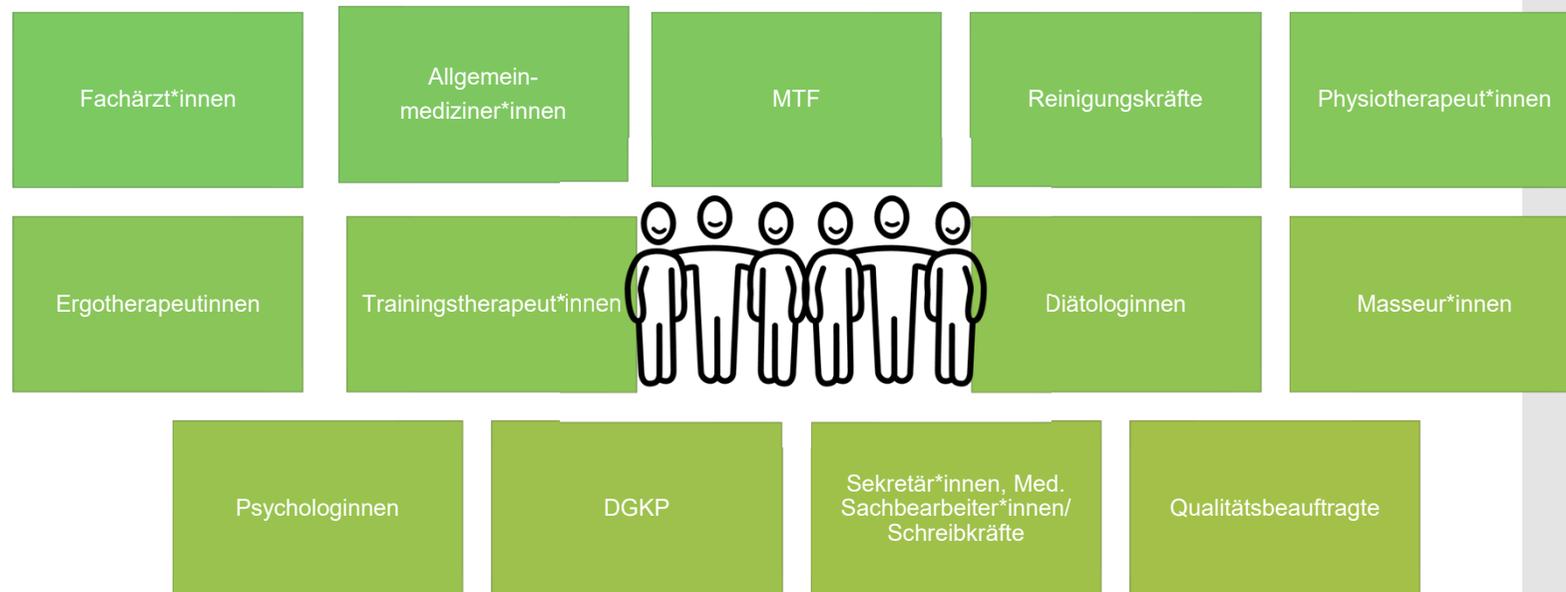
## Physiotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten

- Haltungsschulung
- Manuelle Therapie der HWS/CTÜ/BWS
- Weichteiltechniken
- Übungen zur Kräftigung der oberen Extremität und des Rumpfes inkl. Hals- und Nackenmuskulatur
- Wahrnehmungsschulung und Sensibilitätstraining
- Übungen zur Verbesserung der Neurodynamik
- Tonusregulierende Maßnahmen
- Dehnung Nacken-/ Schultergürtelbereich, Brustmuskulatur, UA
- Atemmuskeltraining



## Das multiprofessionelle Team bietet bestmögliche Betreuung im Laufe des Aufenthaltes

Team





DANKE



PVA ZAR Graz, Eigene Bilddatei