

Unsere REHASPORTGRUPPEN sind alle anerkannt + zertifiziert und DBS geprüft !

Rehabilitationssport

Rehabilitationssport (Reha-Sport) stellt eine ergänzende Maßnahme zur medizinischen Rehabilitation dar. Reha-Sport ist gesetzlich verankert und wird zeitlich befristet von den Kostenträgern finanziert. Die positiven Auswirkungen auf die Gesundheit sind unumstritten: Alltagsbeschwerden werden vermindert und krankheitsbedingten Folgeschäden kann entgegengewirkt werden. Das Risiko an Folgeerkrankungen zu erleiden sinkt.

Was ist Reha-Sport ?

Der Rehabilitationssport (Reha-Sport), der auf ärztliche Verordnung als ergänzende Leistung erbracht wird, wurde früher vorwiegend unter dem Gesichtspunkt der verbesserten Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit des behinderten oder chronisch kranken Menschen gesehen. Heute dient dieser Sport darüber hinaus als Beitrag zur sozialen und psychischen Stabilisierung sowie zur Teilhabe am Leben in der Gesellschaft. Reha-Sport gehört zu den Leistungen der Eingliederungshilfe für behinderte Menschen im Rahmen der Sozialhilfe.

Nach dem Bundesversorgungsgesetz haben Beschädigte Anspruch auf Teilnahme an Versehrtenleibesübungen zur Wiedergewinnung und Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit; entsprechendes gilt für diejenigen, die nach Gesetzen versorgt werden, die das Bundesversorgungsgesetz für anwendbar erklären.

Verordnung und Finanzierung des Reha-Sports

Reha-Sport wird vom Arzt verordnet und von den Krankenkassen zeitbegrenzt als Pflicht-Leistung gefördert und bezuschusst. Der Leistungsumfang variiert mit der Schwere der Beeinträchtigung. Im Regelfall erfolgt die ärztliche Verordnung für die Absolvierung von 50 Übungsstunden à 45-60 Minuten in höchstens 18 Monaten. Die ärztliche Bescheinigung über die Notwendigkeit von Rehabilitationssport und Funktionstraining ist im Allgemeinen auf bis zu zwei, höchstens drei Übungsveranstaltungen je Woche erstreckt. Maßgeblich für eine angemessene Förderungsdauer sind die Verhältnisse des Einzelfalls. Rehabilitationssport und Funktionstraining sollen in erster Linie in der Akutphase der Erkrankung „Hilfe zur Selbsthilfe“ bieten. Rehabilitationssport und Funktionstraining sind daher nicht als Dauerleistung angelegt, es sei denn, dies ist aus medizinischen Gründen im Einzelfall erforderlich.

Wenn die Patientin oder der Patient an einer bestimmten Erkrankung oder Behinderung leidet, kann gemeinsam mit dem behandelnden Arzt besprochen werden, ob eine Teilnahme am Reha - Sport empfohlen ist. Sollte dies der Fall sein, stellt der Arzt eine Verordnung für Reha – Sport aus. Darin enthalten ist auch eine Empfehlung, welche Art von Reha – Sport jeweils in Frage kommt.

Bevor mit dem Reha – Sport begonnen werden kann, muss die Teilnahme durch den zuständigen Kostenträger, z.B. die Krankenkasse, genehmigt werden. Dazu muss der Antrag auf Kostenübernahme bei der Krankenkasse eingereicht werden. Diese teilt mit, ob die Übernahme der Kosten bewilligt wird.

Ziele des Reha–Sports

Der Rehabilitationssport spielt bei der medizinischen Rehabilitation eine besondere Rolle. Sein Ziel ist es, durch Übungen, die auf die Art und Schwere der Erkrankung oder Behinderung und den individuellen gesundheitlichen Allgemeinzustand der Menschen abgestimmt sind, das Rehabilitationsziel zu erreichen oder zu sichern. Das Risiko für das Auftreten von Folgeschäden wird vermindert. Vorrangiges Ziel des Rehabilitationssports ist es, die eigene Gesundheit zu stärken und zunächst unter Anleitung, später eigenständig, regelmäßige Sportübungen zu absolvieren. Bei den Übungen fließen sportmethodische und pädagogische Aspekte ein. Regelmäßigkeit und Langfristigkeit der sportlichen Betätigung, langfristige Steigerung der Belastung, Gruppendynamik sowie Steigerung der Lebensqualität sind weitere Ziele.

Zum Reha – Sport gehören auch Übungen, die speziell auf behinderte oder von Behinderung bedrohte Frauen und Mädchen ausgerichtet sind, um das Selbstbewusstsein zu stärken.

Zielgruppen des Reha–Sports

Der Reha – Sport richtet sich insbesondere an behinderte oder von Behinderung bedrohte Menschen. Hierzu gehören nicht nur bekannte körperliche Behinderungen sondern auch z.B. Schlaganfall, Krebserkrankungen, Multiple Sklerose, chronische Herz – Kreislauf-Erkrankungen sowie ca. 30 weitere Indikationen.

Deutscher Behindertensportverband DBS

Fachverband für Reha–Sport

Der Deutsche Behindertensportverband e.V. (DBS) ist der Fachverband für den Rehabilitationssport in Deutschland. Zu den Aufgaben des DBS gehört es, die den Rehabilitationssport regelnden Vereinbarungen mit den jeweiligen Partnern zu verhandeln und abzustimmen. Die Landesverbände des DBS in den verschiedenen Bundesländern sind für die Umsetzung des Rehabilitationssports zuständig. Diese kennen die Rehabilitationssportgruppen in den Vereinen an. Dadurch wird die Grundlage für die Möglichkeit der Abrechnung mit den Kostenträgern geschaffen. (**BVS Bayern**)