

# Rehabilitationssport und Funktionstraining

Online-Seminar für die Ärzte am 28.06.2023

Anke Villak

# Wie lange kann der Rehabilitationssport/das Funktionstraining verordnet werden?

## Grundsatz:

- Die Leistung stellt ein zeitlich begrenztes Angebot dar und ist nicht auf Dauer angelegt.
- Die Patienten werden während der Durchführung angeleitet, den richtigen Weg eines unterstützenden Bewegungstrainings zu finden und diesen Weg dann eigenverantwortlich weiterzugehen.

## Richtwerte für die Dauer:

- Rehabilitationssport = 50 Übungseinheiten (ÜE) in 18 Monaten
- Funktionstraining = 12 bzw. 24 Monate

# Wie lange kann der Rehabilitationssport/das Funktionstraining verordnet werden?

## Wann ist eine längere Durchführung möglich?

- ✓ bei bestimmten Erkrankungen mit daraus resultierenden schweren Beeinträchtigungen ist eine VO von 120 ÜE (RS) bzw. 24 Monaten (FT) möglich

**Rehabilitationssport** ist notwendig für

50 Übungseinheiten in 18 Monaten (Richtwerte)

120 Übungseinheiten in 36 Monaten (Richtwerte) insbesondere bei folgenden Krankheiten mit daraus resultierenden schweren Beeinträchtigungen insbesondere der Mobilität oder Selbstversorgung

<input type="checkbox"/> Asthma bronchiale	<input type="checkbox"/> Morbus Parkinson
<input type="checkbox"/> Blindheit, in den letzten 12 Monaten vor Antragstellung erworben	<input type="checkbox"/> Mukoviszidose
<input type="checkbox"/> Chronisch-obstruktive Lungenkrankheit (COPD)	<input type="checkbox"/> Multipler Sklerose
<input type="checkbox"/> Dementielles Syndrom, leicht bis mittelgradig	<input type="checkbox"/> Muskeldystrophie
<input type="checkbox"/> Diabetes mellitus mit Folgeerkrankungen	<input type="checkbox"/> Niereninsuffizienz, terminal
<input type="checkbox"/> Doppelamputation	<input type="checkbox"/> Organische Hirnschädigung
<input type="checkbox"/> Epilepsie, therapieresistent	<input type="checkbox"/> Polyneuropathie
<input type="checkbox"/> Infantile Zerebralparese	<input type="checkbox"/> Querschnittlähmung, schwere Lähmung
<input type="checkbox"/> Intelligenzminderung, mittelgradig	
<input type="checkbox"/> Morbus Bechterew	<input type="checkbox"/> andere vergl. Krankheit(en) (vgl. Diagnose/Nebendiagnose)

**Funktionstraining** ist notwendig für

12 Monate (Richtwert)

24 Monate (Richtwert) nur bei folgenden gesicherten chronischen Krankheiten/Behinderungen bei schwerer Beeinträchtigung der Beweglichkeit/Mobilität

<input type="checkbox"/> Fibromyalgie-Syndrom
<input type="checkbox"/> Kollagenosen
<input type="checkbox"/> Morbus Bechterew
<input type="checkbox"/> Osteoporose
<input type="checkbox"/> Polyarthrosen, schwer
<input type="checkbox"/> Psoriasis-Arthritis
<input type="checkbox"/> Rheumatoide Arthritis

# Wie lange kann der Rehabilitationssport/das Funktionstraining verordnet werden?

## Wann ist eine längere Durchführung möglich?

- ✓ eine verlängerte Dauer von 120 ÜE (RS) bzw. 24 Monaten (FT) kann verordnet werden, wenn der Patient kognitive oder psychische Beeinträchtigungen hat und deshalb das Übungsprogramm nicht oder noch nicht in Eigenverantwortung durchführbar ist

**Längere Leistungsdauer**, wenn bei kognitiven oder psychischen Beeinträchtigungen die langfristige Durchführung des Übungsprogramms in Eigenverantwortung nicht oder noch nicht möglich ist.

120 Übungseinheiten in 36 Monaten (Richtwerte)

24 Monate (Richtwert)

# Wie lange kann der Rehabilitationssport/das Funktionstraining verordnet werden?

## Wann kommt eine Folge-VO in Betracht?

- ✓ Nur dann, wenn der Patient die erlernten Übungen nicht oder noch nicht selbstständig durchführen kann, kommt ein Folge-VO in Betracht
- ✓ Folge-VO sind mit einem Kreuz kenntlich zu machen.
- ✓ Im Freitextfeld muss der Arzt begründen, warum der Patient die Übungen nicht oder noch nicht durchführen kann und somit eine weitere VO erforderlich ist

**Längere Leistungsdauer**, wenn bei kognitiven oder psychischen Beeinträchtigungen die langfristige Durchführung des Übungsprogramms in Eigenverantwortung nicht oder noch nicht möglich ist.

120 Übungseinheiten in 36 Monaten (Richtwerte)  24 Monate (Richtwert)

**Folgeverordnung mit Begründung**, warum erlernte Übungen nicht oder noch nicht selbstständig durchgeführt werden können

\_\_\_\_\_

# Beispiele von Verordnungen, in denen der Patient den Sport eigenverantwortlich fortführen kann

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

LWS-Syndrom

Schädigung der Körperfunktionen und Körperstrukturen für die ordnungsrelevante(n) Beeinträchtigung(en) der Aktivität(en) und Teilhabe

Schmerzen und Bewegungseinschränkung im LWS-Bereich

Ziel des Rehabilitationssports/Funktionstrainings

Schmerzereduktion, Verbesserung der Beweglichkeit

Diagnoseschlüssel ICD-10-GM

M54.5

- wiederholte VO für orthopädische Erkrankung, keine Begründung für Folge-VO angegeben

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

Spondylose BWS

V.a. Innenmeniskusriß re.

Schädigung der Körperfunktionen und Körperstrukturen für die ordnungsrelevante(n) Beeinträchtigung(en) der Aktivität(en) und Teilhabe

Funktionseinschränkung der WS

Ziel des Rehabilitationssports/Funktionstrainings

gezielte Kräftigung

Diagnoseschlüssel ICD-10-GM

M47.84 G

S83.2 V R

AOK PLUS

31. Mai 2023

Beratungszentrum Leipzig Ost  
Filiale Leipzig Volkmarisdorf

- identische Diagnose bei wiederholter VO, keine Begründung für Folge-VO angegeben

# Beispiele von Verordnungen, in denen der Patient den Sport eigenverantwortlich fortführen kann

Übungsprogramme in Eigenverantwortung nicht oder noch nicht möglich ist.

120 Übungseinheiten in 36 Monaten (Richtwerte)

**Folgeverordnung mit Begründung,**  
warum erlernte Übungen nicht oder noch nicht selbstständig durchgeführt werden  
Weiterhin Schmerzen

- Um die Schmerzen zu reduzieren, kann der Sport auch in Eigenverantwortung fortgeführt werden.

**Längere Leistungsdauer,** wenn bei kognitiven oder psychischen Beeinträchtigungen die langfristige Durchführung des Übungsprogramms in Eigenverantwortung nicht oder noch nicht möglich ist.

120 Übungseinheiten in 36 Monaten (Richtwerte)  24 Monate (Richtwerte)

**Folgeverordnung mit Begründung,**  
warum erlernte Übungen nicht oder noch nicht selbstständig durchgeführt werden können  
fehl. Gruppendynamik.

- Gruppendynamik kann auch bei privater Fortführung in einer Sportgruppe erreicht werden

# Rehabilitationssport und Funktionstraining

Zur Unterstützung der Ärzte hat die AOK PLUS ein Video zu den Folgeverordnungen erstellt.

Das Video finden Sie im [Fachportal für Leistungserbringer](#).

The screenshot shows the AOK PLUS web portal interface. At the top, there is a navigation bar with 'Leistungserbringer Sachsen' and a dropdown arrow. To the right are icons for a book, a hand, and a grid. Below this is a secondary navigation bar with 'Praxispersonal' and 'Ärztinnen, Ärzte & Psychotherapeuten'. A green banner below contains a location pin icon and the text 'Informationen für: AOK PLUS (Sachsen)' and 'AOK/Region'. The main content area is titled 'Folgeverordnungen' and contains a paragraph of text: 'Rehabilitationssport und Funktionstrainings zielen darauf, die Patientinnen und Patienten der verordneten Leistung eigenverantwortlich in Bewegung zu halten. Oft kommen jedoch den Betroffenen mit dem Wunsch nach einer erneuten Verordnung wieder in die Praxis. Das Video skizziert die Herausforderungen mit diesen „Folgeverordnungen“ und zeigt Argumente und Selbsthilfe-Alternativen für die Patienten, die in der Patientenberatung genutzt werden können.' Below the text is a video player with a play button icon and the AOK PLUS logo in the top right corner. The video player controls at the bottom show a play button, a volume icon, and a progress bar indicating '0:00 / 2:42'.

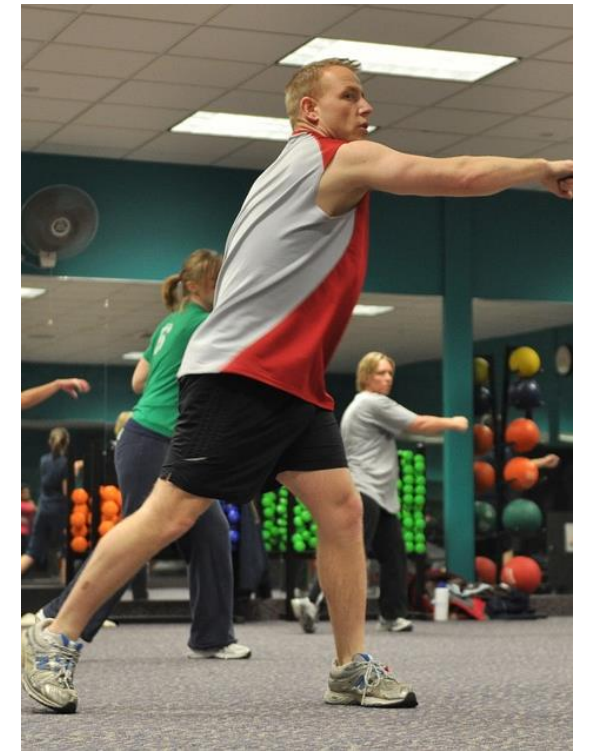


## Wie geht es nach Ablauf der VO weiter?

Das Fortführen in Eigenverantwortung heißt nicht, dass der Patient nun den Sport allein Zuhause durchführen soll.

Hier gibt es eine Reihe von alternativen Möglichkeiten:

- Mitgliedschaft im Verein und Fortführung des Sports dort, wo der RS/das FT stattgefunden hat
- regionale Sportvereine
- Angebote der Volkshochschulen
- private Sportgruppen



# AOK PLUS – Bonusprogramm – Mehrwert

1

Die Mitgliedschaft in den Sportvereinen lohnt sich doppelt.

2

Im Rahmen des Bonusprogramms kann man Bonuspunkte u.a. auch für die Mitgliedschaft im Sportverein sammeln.

3

Die Mitgliedschaftsbeiträge werden als PLUS-Leistung teilweise erstattet.



# AOK PLUS – Bonusprogramm – Mehrwert

1

## Anmelden

Teilnahme für jeden Versicherten-für Kinder bereits ab Geburt

2

## Sammeln



Punkte für gesundheitsbewusste Aktivitäten erhalten

3

## Belohnen

Bonuspunkte in PLUS-Leistungen\* oder Geldprämie umwandeln

### 1 Anmelden – drei Möglichkeiten teilzunehmen

	AOK Bonus-App ab 15 Jahre	Onlineportal „Meine AOK“ ab 15 Jahre	Bonusheft ab Geburt
Nachweise bequem per Foto-Upload einreichen	✓	✓	✗
Tarif selbst digital verwalten	✓	✓	✗
Punkte fürs Fitness-tracking	✓	✗	✗
	App kostenfrei herunterladen und direkt per App anmelden 	Im Onlineportal registrieren und Tarif abschließen 	Teilnahmeerklärung herunterladen unter: <a href="https://plus.aok.de/bonus">plus.aok.de/bonus</a>

\* PLUS-Leistungen sind privat finanzierte Gesundheitsleistungen wie Brillen, Implantate, alternative Heilmethoden und vieles mehr. Alle Infos dazu unter [plus.aok.de/bonus/plus-leistungen](https://plus.aok.de/bonus/plus-leistungen). Wenn Sie im Kalenderjahr ausschließlich PLUS-Leistungen nutzen, bleibt der Betrag steuerfrei.

# AOK PLUS – Bonusprogramm – Mehrwert

## 2 Sammeln

Vorsorge	Punkte
Zahnvorsorge	500
Professionelle Zahnreinigung	500
Kindervorsorgeuntersuchungen U1-U3	1.500
Neugeborenen-Hörscreening, je Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen U4-J2	500
Hautcheck	500
Gesundheits-Check-Up	500
Krebsfrüherkennung	500
Schwangerschaftsvorsorge	500
Sportmedizinische Untersuchung	500
Eignungs- und Tauglichkeitsuntersuchungen	500
Raucherentwöhnungskurs	500
<b>Empfohlene Schutzimpfungen fürs Inland</b>	<b>Je Impfung 500 Punkte</b>

Aktivitäten digital per Foto-Upload oder im Bonusheft nachweisen  
Fürs Tracking Fitness-App mit der AOK Bonus-App verbinden

Sport und Bewegung	Punkte
Fitnesstracking	Max. 9.000 pro Jahr
Kauf Fitnesstracker	1.000
Mitgliedschaft Fitnessstudio	1.000
Mitgliedschaft Sportverein/ Hochschulsport	1.000
Sportveranstaltung	500
Sportabzeichen	500

Gesundheitsziele* mit der App „AOK NAVIDA“	Max. 6.000 Punkte pro Jahr
--	----------------------------

\*voraussichtlich ab Mitte 2023 möglich

Soziales Engagement	Punkte
Blut- oder Plasmaspende	1.000
Knochenmarktypisierung	1.000

## 3 Belohnen – zwei Optionen



**PLUS-Leistung**  
100 Punkte = 2 Euro

Rechnung für private Gesundheitsleistungen digital oder in Papierform einreichen und erstatten lassen



**Geldprämie**  
100 Punkte = 1 Euro

Prämie aufs eigene Bankkonto erhalten, Anforderung digital oder per Bonusheft möglich

# AOK PLUS – Bonusprogramm – Mehrwert

## AOK PLUS Bonusprogramm: PLUS-Leistungen

Wenn Sie Ihren Bonus für privat finanzierte Gesundheitsleistungen („PLUS-Leistungen“) verwenden, dann verdoppeln wir Ihre Bonuspunkte. Für 100 Bonuspunkte erstatten wir Ihnen 2 Euro des Rechnungsbetrages. Reichen Sie einfach Ihre Zahlungsbelege ein. Das funktioniert digital über das Onlineportal „[Meine AOK](#)“ oder als papierhafte Rechnung mit dem Vermerk „Bonusprogramm: PLUS-Leistung“.

Das sind PLUS-Leistungen	Beispiele und Erläuterungen
Erweiterte Zahnbehandlung und -prophylaxe	Professionelle Zahnreinigung, Gebissabdruck, Zahnfüllung aus Kunststoff, Inlay, Onlay,
Zahnersatz und -kronen	Brücke, Implantat
Brillengläser, Gestelle und Kontaktlinsen zur Verbesserung der Sehkraft	Sonnen- oder Bildschirmarbeitsbrille mit Sehstärke vom Optiker
Hörhilfe	Kosten für höherwertiges Hörgerät – welches über die Regelversorgung hinausgeht
Individuelle Gesundheitsleistung in Absprache mit Ihrem behandelnden Arzt, Beispiele siehe <a href="#">IGeL-Monitor</a>	OCT-Augenuntersuchung, Glaukom-Untersuchung, Knochendichtemessung, erweiterte Krebsfrüherkennung
Leistung durch Ärzte und Heilpraktiker nach dem <a href="#">Hufeland-Leistungsverzeichnis</a>	Akupunktur, TCM, Fastenkur, Anthroposophisches Heilmittel, Homöopathische Behandlung, Blutegeltherapie
Osteopathische Behandlung durch Leistungserbringer mit entsprechender Ausbildung	Behandlung – welche über die Satzungsleistung hinausgeht
Gesundheitskurs, auch online	Kurs – welcher über die 2 kostenlosen Gesundheitskurs-Gutscheine der AOK PLUS hinausgeht, auch nicht zertifiziertes Angebot wie Zumba-Kurs, Gesundheitswochenende über den Anbieter <a href="#">Akon</a>
Mitgliedsbeitrag Sportverein/ Fitnessstudio	Kosten für Reha-Sport, 10er Karte

### Unser Tipp: Bonus für PLUS-Leistungen nutzen.

Verwenden Sie Ihren Bonus für die Erstattung privater Gesundheitsleistungen (PLUS-Leistungen). Dazu gehören alternative Heilmethoden, Brillen, Hörgeräte und vieles mehr. Einfach die Rechnungen einreichen. Pro 100 Bonuspunkte erstatten wir Ihnen 2 Euro. Und das Beste: Wenn Sie Ihren Bonus in einem Kalenderjahr ausschließlich für PLUS-Leistungen nutzen, bleibt die Summe steuerfrei. Wer sich den Bonus als Geldprämie aufs Bankkonto überweisen lässt, erhält für 100 Bonuspunkte 1 Euro.

Mehr Infos und einen Überblick aller PLUS-Leistungen unter [plus.aok.de/bonus](https://plus.aok.de/bonus)

DANKE :) )