

Anlage 1a

Behandlungselemente
in der kardiologischen Rehabilitation

zu den Rahmenempfehlungen Vorsorge und Rehabilitation
nach §§ 111 Abs. 7, 111a Abs. 1 und 111c Abs. 5 SGB V
vom 28.03.2025

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4	
1	Behandlungsgruppe Physiotherapie/Sport- und Bewegungstherapie	5
1.1	Behandlungselement Krankengymnastik	5
1.2	Behandlungselement Aerobes Ausdauertraining mit Monitoring (in der Gruppe)	6
1.3	Behandlungselement KG am Gerät/Medizinische Trainingstherapie (MTT)	6
1.4	Behandlungselement Koordinations- und Gleichgewichtstraining	7
1.5	Behandlungselement Terraintraining	8
2	Behandlungsgruppe Physikalische Therapien	9
2.1	Behandlungselement Klassische Massagetherapie	9
2.2	Behandlungselement Manuelle Lymphdrainage	10
2.3	Behandlungselement Inhalationstherapie	11
3	Behandlungsgruppe Ergotherapie	12
3.1	Behandlungselement motorisch-funktionelle Behandlung	12
3.2	Behandlungselement Hirnleistungstraining / neuropsychologisch orientierte Behandlung	13
3.3	Behandlungselement Hilfsmittelberatung und Anpassung	14
4	Behandlungsgruppe Sozialberatung	15
4.1	Behandlungselement Sozial- und Rehabilitationsberatung	15
5	Behandlungsgruppe Klinische Psychologie	16
5.1	Behandlungselement Psychologische Beratung einzeln	16
5.2	Behandlungselement Psychologische Gruppenarbeit problemorientiert	16
5.3	Behandlungselement Entspannungstraining in der Gruppe	17
6	Behandlungsgruppe Gesundheitsinformation, Motivation, Schulungen	18
6.1	Behandlungselement Gesundheitsinformation und -förderung	18
6.2	Behandlungselement Motivationsförderung und Selbstmanagement	19
6.3	Behandlungselement Schulungen bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen	20
6.3.1	Behandlungselement Schulung bei Hypertonie	21
6.3.2	Behandlungselement Schulung bei Koronare Herzerkrankung	21
6.3.3	Behandlungselement Schulung bei Herzinsuffizienz	22

6.3.4	Behandlungselement Schulung bei Rehabilitierenden mit peripherer arterieller Verschlusskrankheit (paVK)*	23
6.4	Behandlungselement Schulung zur Unterstützung der Beendigung des Rauchens (Tabakentwöhnung)	24
6.5	Behandlungselement Schulung zum INR-Selbstmanagement (Schulung zum Antikoagulationsmanagement)	25
6.6	Behandlungselement Aktive Rückenschule	26
6.7	Behandlungselement Schulung bei Diabetes mellitus	27
7	Behandlungsgruppe Ernährung	28
7.1	Behandlungselement Ernährungsberatung	28
8	Quellen	29

Vorwort

Es werden Behandlungsgruppen mit den dazugehörigen Behandlungselementen im Sinne von vorzuhaltenden Mindestanforderungen aufgeführt, die den Basiskriterien des QS-Reha-Verfahrens entsprechen. Die Darstellung der jeweiligen Behandlungselemente ist wie folgt gegliedert:

- Inhaltliche Beschreibung
- Leistungsart
- Therapieziele
- Empfehlung zur Dauer
- Frequenzempfehlung
- Berufsgruppe

In der inhaltlichen Beschreibung werden die einzelnen Behandlungselemente definiert. So weit dabei Ausführungen zu unterschiedlichen Verfahren enthalten sind, müssen diese nicht alle von einer Einrichtung angeboten werden. Dies betrifft insbesondere die physikalischen Therapien Thermo-, Hydro- und Balneotherapien sowie Elektrotherapien, die im QS-Reha-Verfahren nur übergeordnet genannt werden, ohne die unterschiedlichen Verfahren zu benennen.

Von der Schwerpunktsetzung und dem einrichtungsbezogenen Therapiekonzept hängt es ab, welche Behandlungselemente einer Behandlungsgruppe routinemäßig zur Anwendung kommen. Auf der anderen Seite orientiert sich die Zusammenstellung der Behandlungselemente und in welcher Form (Einzel- oder Gruppentherapie) diese zur Anwendung kommen immer am individuellen Bedarf und der Belastungsfähigkeit der Rehabilitandin oder des Rehabilitanden.

Dies gilt ebenso für die Angaben zu Behandlungsdauer und -frequenz, die jeweils als Empfehlung zu verstehen sind. Vor- oder Nachbereitungszeiten, die Betreuung oder Beaufsichtigung des Rehabilitanden in der Vor- und Nachbereitung sowie ergänzende Dokumentationsleistungen fallen nicht unter die Behandlungsdauer.

Im Bereich der Berufsgruppen werden die zur Ausübung der Behandlungselemente erforderlichen Qualifikationen¹ aufgelistet. In Bezug auf das Pflegepersonal wird einheitlich von examinierten Pflegefachkräften² gesprochen.

Der individuelle Therapieplan ist so auszugestalten, dass sowohl eine Überforderung als auch Unterforderung zu vermeiden ist.

¹ In den nachfolgenden Behandlungselementen werden der Bachelorabschluss mit BA und der Masterabschluss mit MA abgekürzt.

² Dabei handelt es sich um Pflegefachpersonen im Sinne und Geltungsbereich des Pflegeberufgesetzes (PflBG; Berufsbezeichnungen „Pflegefachfrau bzw. -mann“) sowie solche Personen, die einen gesonderten Abschluss in der Altenpflege oder der Gesundheits- und Kinderkrankenpflege gemäß PflBG erworben haben. Ausbildungsabschlüsse auf Grundlage des Krankenpflegegesetzes (Berufsbezeichnungen „Gesundheits- und Krankenpflegerin bzw. -pfleger“ und „Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin bzw. -pfleger“) und des Altenpflegegesetzes (Berufsbezeichnung „Altenpflegerin bzw. -pfleger“) gelten als gleichwertig.

1 Behandlungsgruppe Physiotherapie/Sport- und Bewegungstherapie

1.1 Behandlungselement Krankengymnastik

Inhaltliche Beschreibung	<p>Anwendung aktiver, aktiv-passiver und passiver Behandlungsmethoden und Techniken.</p> <p>Beseitigung oder Verhinderung einer Verschlechterung krankheits- oder behinderungsbedingter Schädigungen von Körperfunktionen oder -strukturen sowie den daraus resultierenden Beeinträchtigungen der Aktivitäten und Teilhabe.</p> <p>Dabei können auch z. B. Massagetechniken sowie Gymnastikbänder und -bälle, Therapiekreisel und Schlingentische eingesetzt werden.</p> <p>Die Gruppenbehandlung nutzt zusätzlich gruppendedynamische Effekte</p>
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Therapeutische Beeinflussung von Muskelkraft, -ausdauer, -tonus und -koordination• Erhalt und Wiederherstellung oder Besserung der Gelenkbeweglichkeit und -stabilität• Kontrakturvermeidung und -lösung• Minderung oder Beseitigung von Beeinträchtigungen der Mobilität und Selbstversorgung• Schmerzlinderung• Erlernen von Kompensationsstrategien• Erlernen von Eigenübungsprogrammen• Erhalt und Wiederherstellung der Alltagsaktivitäten• Verbesserung der Funktion des Herz-Kreislauf-Systems, der Atmung, des Stoffwechsels
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie: 15 – 20 Minuten• Kleingruppe/Gruppentherapie 30 Minuten
Frequenzempfehlung	1 - 3 x wöchentlich
Berufsgruppe	Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

1.2 Behandlungselement Aerobes Ausdauertraining mit Monitoring (in der Gruppe)

Inhaltliche Beschreibung	<p>Aerobes Ausdauertraining ist ein Kernelement der kardiologischen Rehabilitation. Die Dauermethode stellt dabei den Standard dar und wird i. R. als Ergometertraining mit EKG-Monitoring durchgeführt.</p> <p>Ein Training nach der Intervallmethode kann additiv oder in Kombination zur Anwendung kommen.</p>
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und symptomfreien Belastbarkeit• Positive Beeinflussung von Risikofaktoren• Verbesserung der Lebensqualität• Verbesserung der Prognose² <p>Ziel des Monitorings ist insbesondere die Vermeidung kardiopulmonaler Komplikationen.</p>
Empfehlung zur Dauer	<p>10 - 30 Minuten; (Beginn mit kurzen Trainingsphase, schrittweise Verlängerung 10/20/30 Minuten)</p>
Frequenzempfehlung	<p>3 - 5 x wöchentlich</p>
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)• Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)• Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin oder staatlich geprüfter Gymnastiklehrer

1.3 Behandlungselement KG am Gerät/Medizinische Trainingstherapie (MTT)

Inhaltliche Beschreibung	<p>Bei der medizinischen Trainingstherapie handelt es sich um ein gerätegestütztes Training zur Steigerung der Leistungsfähigkeit, bei dem die aktive Bewegung das Therapiemittel ist.</p> <p>Abhängig vom Ziel kommen unterschiedliche Trainingsformen zum Einsatz:</p> <ul style="list-style-type: none">• Isometrisches Muskeltraining• Isokinetisches Training• Auxotonisches Training• Koordinationstraining• Ausdauertraining
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)

Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und symptomfreien Belastbarkeit• Steigerung der Muskelkraft-, ausdauer- und Koordination• Schulung des Belastungsempfindens und der Selbsteinschätzung
Empfehlung zur Dauer	20 - 60 Minuten; (zu Beginn 5 - 10, im Verlauf 10 - 15 Wiederholungen mit jeweils 1-3 Durchgängen)
Frequenzempfehlung	2 - 3 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch Bachelorabschluss mit staatlicher Anerkennung) mit der Zusatzqualifikation MTT/MAT (Medizinische Trainingstherapie/Medizinisches Aufbautraining)• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)

1.4 Behandlungselement Koordinations- und Gleichgewichtstraining

Inhaltliche Beschreibung	Es werden Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit und Kraft mit Hilfe verschiedener Übungen trainiert. Diese können im Gehen oder Stehen sowie mit unterschiedlichen Hilfsmitteln durchgeführt werden
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Verbesserung koordinativer Fähigkeiten einschließlich Sensomotorik,• Gangschulung• Sturzprophylaxe• Anleitung für eigenständiges koordinatives Training
Empfehlung zur Dauer	20 – 30 Minuten
Frequenzempfehlung	1 - 2 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

1.5 Behandlungselement Terraintraining

Inhaltliche Beschreibung	Gezieltes Ausdauertraining im freien Gelände, z. B. in Form von Wandern, Nordic Walking, Radfahren
Leistungsart	Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Verbesserung der kardio-pulmonalen Leistungsfähigkeit und symptomfreien Belastbarkeit• Vermittlung von Kenntnissen über einen individuellen Trainingsaufbau mit Pulsfrequenzsteuerung• Vermittlung von Kenntnissen der Selbstkontrolle beim Training und praktische Erprobung• Stärkung des Selbstbewusstseins• Förderung der Motivation zum regelmäßigen körperlichen Training sowie der körperlichen Aktivität im Alltag nach der Reha
Empfehlung zur Dauer	30 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	1 - 2 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)• Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin oder staatlich geprüfter Gymnastiklehrer

2 Behandlungsgruppe Physikalische Therapien

2.1 Behandlungselement Klassische Massagetherapie

Inhaltliche Beschreibung

Die Klassische Massagetherapie setzt bestimmte manuelle Grifftechniken ein, die in planvoll kombinierter Abfolge je nach Gewebefund über mechanische Reizwirkung direkt Haut, Unterhaut, Muskeln, Sehnen und Bindegewebe einschließlich deren Nerven, Lymph- und Blutgefäße beeinflussen. Indirekt wird eine therapeutische Beeinflussung innerer Organe über cutiviscerale Reflexe erreicht.

Manuelle Anwendung der Massagegrundgriffe, Streichungen, Knetungen, Walkungen, Reibung, Klopfung, Friktionen und Vibration (Erschütterungen) sowie deren Kombinationen und Variationen.

Leistungsart

Einzeltherapie

Therapieziele

- Regulation des Muskeltonus (senkend/steigernd)
- Lösungen von Adhäsionen in Gleit- und Schiebegeweben zwischen Haut, Unterhaut, Muskel und Bindegewebe
- Mechanische Schmerzlinderung
- Lokale und reflektorische Besserung der Durchblutung und Entstauung
- Reflektorische Effekte (Sympathikushemmung)
- Information, Beratung, Anleitung zum Selbstmanagement
- Reduzierung sekundärer Schmerzen (Myalgien, Schmerzfehlhaltungen)
- Steigerung der Durchblutung, Entstauung

Empfehlung zur Dauer

15 – 20 Minuten

Frequenzempfehlung

1 - 3 x wöchentlich

Berufsgruppe

- Masseurin oder Masseur und medizinische Bademeisterin oder medizinischer Bademeister
 - Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)
-

2.2 Behandlungselement Manuelle Lymphdrainage

Inhaltliche Beschreibung	Manuelle Lymphdrainage ist eine spezielle Massagetechnik, die einen Dehnungsreiz auf Cutis und Subcutis ausübt. Hierdurch wird mittels spezieller Handgriffe (Drehgriffe, Schöpfggriffe, Pumpgriffe, stehende Kreisen sowie Spezialgriffe) der Lymphabfluss gefördert, eine konsekutive Zunahme der Lymphbildung (Aufnahme der Gewebeflüssigkeit in die initialen Lymphgefäße) und hierdurch eine Reduktion des pathologisch erhöhten interstitiellen Flüssigkeitsgehalts erzielt. Ist eine Kompressionsbandagierung (lymphologischer Kompressionsverband) erforderlich, kann diese in Ergänzung erfolgen.
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Erhöhung des Lymphabflusses in den Lymphkollektoren• konsekutive Zunahme der Lymphbildung (die Aufnahme der Gewebeflüssigkeit in die initialen Lymphgefäße) und hierdurch zu einer Reduktion des krankhaft erhöhten interstitiellen Flüssigkeitsgehalts• Verbesserung der gestörten Homöostase im Interstitium• Reduzierung stauungsbedingter inflammatorischer Prozesse• Schmerzlinderung Ziel ergänzende manuelle Techniken: <ul style="list-style-type: none">• Erweichung der Gewebeinduration (insbesondere ab Stadium II einschließlich der Vermeidung einer irreversiblen Chronifizierung und Entstehung von lymphostatischen Fibrosen)
Empfehlung zur Dauer	30 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	1 - 3 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Masseurin oder Masseur und medizinische Bademeisterin oder medizinischer Bademeister• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

2.3 Behandlungselement Inhalationstherapie

Inhaltliche Beschreibung	Inhalationstherapie von Solelösungen und/oder verordneten Medikamenten mittels Gerät (Ultraschall- oder Druckluftvernebler), durch das eine alveolengängige Teilchengröße erreicht wird und Arzneimittel tief in das Lungengewebe eingebracht werden können. Insbesondere in der Kardiologie indiziert nach postoperativen Komplikationen wie Pleuraergüssen, Pneumothorax, Pneumonien
Leistungsart	Einzeltherapie mittels Gerät
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Minderung des Hustens und Hustenreizes und Erleichterung der Expektoration durch<ul style="list-style-type: none">○ Sekretlockerung,○ Sekretverflüssigung,• Entzündungshemmung• Minderung/Beseitigung der bronchialen Obstruktion• Abhängig von den eingesetzten Medikamenten
Empfehlung zur Dauer	10 – 20 Minuten
Frequenzempfehlung	Individuell
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Masseurin oder Masseur und medizinische Bademeisterin oder medizinischer Bademeister• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)• Examierte Pflegefachkraft

3 Behandlungsgruppe Ergotherapie

3.1 Behandlungselement motorisch-funktionelle Behandlung

Inhaltliche Beschreibung	Eine motorisch-funktionelle Behandlung dient der gezielten Therapie krankheitsbedingter Schädigungen der motorischen Funktionen mit und ohne Beteiligung des peripheren Nervensystems und den daraus resultierenden Beeinträchtigungen der Aktivitäten und der Teilhabe.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)
Therapieziele	<p>Sie umfasst insbesondere Maßnahmen zum Erreichen therapeutischer Ziele auf Schädigungsebene, wie</p> <ul style="list-style-type: none">• Wiederherstellung oder Besserung der Gelenkbeweglichkeit und Stabilität, einschließlich Gelenkschutz,• Aufbau oder Stabilisierung aktiver Bewegungsfunktionen, z. B. der Grob-, Fein- und Willkürmotorik,• Aufbau oder Stabilisierung physiologischer Haltungs- und Bewegungsmuster,• Wiederherstellung oder Besserung der Muskelkraft, -ausdauer und -belastbarkeit,• Aufbau oder Stabilisierung eines physiologischen Gangbildes,• Wiederherstellung oder Besserung der Rumpf- und Extremitätenkontrolle,• Wiederherstellung oder Besserung der Sensibilität, z. B. Temperatur- oder Druck- und Berührungsempfinden,• Vermeidung der Entstehung von Kontrakturen,• Narbenabhärtung,• Schmerzlinderung oder Minderung schmerzbedingter Reaktionen. <p>Therapeutische Ziele auf Aktivitäts- und Teilhabeebene umfassen insbesondere:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beseitigung oder Minderung krankheitsbedingter Schädigungen motorischer Funktionen,• Wiederherstellung und Erhalt der Mobilität und Geschicklichkeit im Alltag (z. B. Treppen steigen, Stehen, Sitzen, Heben, Tragen, Fortbewegen im Innen- und Außenbereich mit und ohne Hilfsmittel),• Wiederherstellung und Erhalt der Selbstversorgung (z. B. An- und Auskleiden, Waschen),• Wiederherstellung und Erhalt der Haushaltsführung (z. B. Einkaufen, Mahlzeiten zubereiten),• Erlernen von Kompensationsstrategien und sichere Handhabung von Hilfsmitteln (z. B. Umgang mit Prothesen).
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie: 30 - 45 Minuten• Kleingruppe: 60 Minuten
Frequenzempfehlung	2 x wöchentlich
Berufsgruppe	Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

3.2 Behandlungselement Hirnleistungstraining / neuropsychologisch orientierte Behandlung

Inhaltliche Beschreibung	Ein Hirnleistungstraining oder eine neuropsychologisch orientierte Behandlung dient der gezielten Therapie krankheitsbedingter Schädigungen mentaler Funktionen, insbesondere kognitiver Schädigungen und daraus resultierender Beeinträchtigungen von Aktivitäten und der Teilhabe.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)
Therapieziele	<p>Sie umfasst insbesondere Maßnahmen zum Erreichen therapeutischer Ziele auf Schädigungsebene, wie</p> <ul style="list-style-type: none">• Stabilisierung oder Besserung globaler mentaler Funktionen, insbesondere der Orientierung zu Zeit, Ort, Person, der Intelligenz,• Stabilisierung oder Besserung spezifischer mentaler Funktionen, insbesondere der Aufmerksamkeit, des Gedächtnisses, der Wahrnehmung (z. B. visuell, auditiv, räumlich-visuell), des Denkens, der höheren kognitiven Funktionen wie des Abstraktionsvermögens, der Handlungsplanung, der Einsichts-, Urteils- und Problemlösevermögen. <p>Therapeutische Ziele auf Aktivitäts- und Teilhabeebene umfassen insbesondere</p> <ul style="list-style-type: none">• Entwicklung oder Wiederherstellung und Erhalt von Aktivitäten im Bereich allgemeine Aufgaben und Anforderungen (z. B. Planung und Durchführung täglicher Routinen, einfache und komplexe Aufgaben übernehmen), interpersoneller Interaktionen und Beziehungen (z. B. situationsgerechtes Verhalten, Familienbeziehungen), der Mobilität im Alltag (z. B. Tragen von Gegenständen, Benutzung von Transportmitteln), der Selbstversorgung (z. B. An- und Auskleiden, Waschen),• Erlernen von Kompensationsstrategien,• Entwicklung und Besserung der Krankheitsbewältigung,• selbstbestimmte Lebensgestaltung.
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie: 30 - 45 Minuten• Kleingruppe: 60 Minuten
Frequenzempfehlung	2 x wöchentlich
Berufsgruppe	Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

3.3 Behandlungselement Hilfsmittelberatung und Anpassung

Inhaltliche Beschreibung	Beratung der Rehabilitierende zur Hilfsmittelversorgung oder -anpassung aufgrund von Funktionseinschränkungen und ggf. das dazugehörige Training
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Ersatz und Verbesserung der Funktionsfähigkeit• Informationsvermittlung zum und Einüben des Hilfsmiteleinsatzes• Verbesserung der Teilhabe in individuell wichtigen Lebensbereichen
Empfehlung zur Dauer	Individuell
Frequenzempfehlung	Individuell
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch Bachelorabschluss mit staatlicher Anerkennung)• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

4 Behandlungsgruppe Sozialberatung

4.1 Behandlungselement Sozial- und Rehabilitationsberatung

Inhaltliche Beschreibung	<p>In der Sozialberatung stehen die aktuelle Lebenssituation des Betroffenen und die fortbestehenden Auswirkungen auf den Alltag im Vordergrund. Die Beratungen finden zu sozialen, persönlichen, finanziellen und sozialrechtlichen Fragen statt, insbesondere:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beratung und Hilfestellung bei der sozialen Integration,• Beratung und Vorbereitung der nachgehenden ambulanten Versorgung,• Beratung zum Schwerbehindertenrecht,• Leistungen der sozialen Pflegeversicherung,• Beratung zur wirtschaftlichen Sicherung (z. B. Krankengeld),• Entlassungsplanung,• Organisation der häuslichen Versorgung nach der Rehabilitation,• Beratung zu Hilfs- und Pflegehilfsmitteln und Hilfe bei der Bereitstellung,• Vermittlung von/an Selbsthilfegruppen,• Ggf. Beratung von An-/Zugehörigen.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Einzelberatung• Gruppenberatung (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<p>Die Rehabilitierenden sollen zu Problemen, die im Zusammenhang mit der Erkrankung und dem Reha-Aufenthalt stehen, beraten und dahingehend unterstützt werden, dass sie nach der Rehabilitation wissen, welche Schritte erforderlich sind und wie sie sich selbst helfen können. Information und Beratung der Rehabilitierenden über Leistungen zur Teilhabe und entsprechende Wege der Antragsstellung.</p>
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none">• Einzelberatung: 30 - 45 Minuten• Gruppenberatung: 60 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Sozialarbeiterin oder Sozialarbeiter (Diplom oder min. BA)• Sozialpädagoge oder Sozialpädagogin (Diplom oder min. BA)

5 Behandlungsgruppe Klinische Psychologie

5.1 Behandlungselement Psychologische Beratung einzeln

Inhaltliche Beschreibung	<ul style="list-style-type: none">• Individuelle Beratung zu psychischen Konflikt- und Belastungssituationen, Problemen der Krankheitsbewältigung, Selbstwertproblemen und gesundheitlichem Risikoverhalten.• Erarbeitung angemessener Strategien zur Krankheitsbewältigung und zum Umgang mit Krankheitsauswirkungen im Alltag.• Motivation zu/Einleitung von weiterführenden psychotherapeutischen Maßnahmen und Selbsthilfe.
Leistungsart	Einzelberatung
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Aufklärung• Kompetenzentwicklung• psychische und (psycho-)soziale Stabilisierung• Entscheidungsfindung• Verbesserung der Krankheitsbewältigung• nachhaltige gesundheitsorientierte Verhaltensänderung
Empfehlung zur Dauer	20 – 30 Minuten
Frequenzempfehlung	1 - 3 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Psychotherapeutin oder Psychotherapeut• Fachpsychotherapeutin oder Fachpsychotherapeut

5.2 Behandlungselement Psychologische Gruppenarbeit problemorientiert

Inhaltliche Beschreibung	Gruppenarbeit zu/r <ul style="list-style-type: none">• Stressbewältigung,• Ernährungsverhalten,• Schmerzbewältigung,• Entspannungsverfahren• Suchtmitteln bzw. Suchtverhalten (Alkohol, Nikotin, Medien).
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Verbesserung des Problembewusstseins und der Änderungsbereitschaft• Erarbeitung von Problemlösungsstrategien• Aufbau von Selbstkontrolle• Verbesserung der Belastungsbewältigung• Reduzierung von Risikofaktoren• Verbesserung der Krankheitsbewältigung
Empfehlung zur Dauer	45 – 60 Minuten

Frequenzempfehlung	1 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Psychotherapeutin oder Psychotherapeut• Fachpsychotherapeutin oder Fachpsychotherapeut

5.3 Behandlungselement Entspannungstraining in der Gruppe

Inhaltliche Beschreibung	Erlernen von Entspannungsfähigkeit durch <ul style="list-style-type: none">• autogenes Training,• progressive Muskelrelaxation nach Jacobson,• sonstige Entspannungsverfahren und Erarbeiten individueller Nutzungsmöglichkeiten im Alltag.
Leistungsart	Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Reduzierung seelischer Anspannungszustände• Erhöhung der Stresstoleranz• Beseitigung muskulärer Blockaden oder Verspannungen• Verbesserte Selbstwahrnehmung
Empfehlung zur Dauer	30 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder min. BA)• staatlich anerkannter Berufs- oder Studienabschluss mit einem Gesundheits- oder Sozialbezug mit Zusatzqualifikation in Entspannungstraining)

6 Behandlungsgruppe Gesundheitsinformation, Motivation, Schulungen

6.1 Behandlungselement Gesundheitsinformation und -förderung

Inhaltliche Beschreibung	<p>Es handelt sich um Leistungen, in deren Mittelpunkt Informationsvermittlung, Motivationsförderung sowie Befähigung der Rehabilitierenden im Sinne der Förderung der Selbstexpertise steht. Neben beratenden Leistungen (im Einzelkontakt) werden diese Therapieelemente in didaktisch aufbereiteter Form als Veranstaltung in der Gruppe (durch Vorträge, Seminare und Schulungen) durchgeführt. Darüber hinaus sollen den Betroffenen Wissen und Fähigkeiten vermittelt werden, die sie in ihrem gewohnten Umfeld umsetzen können, insbesondere zu:</p> <ul style="list-style-type: none">• gesunder Ernährung,• Genussmitteln und Alltagsdrogen, problematischer Umgang mit Medien• Raucherentwöhnung,• Wirkungen und Nebenwirkungen von Medikamenten,• Umgang mit Alltagsstress,• Schmerzbewältigung,• Sexualität,• Bewegung und Gesundheit,• Herz-/Kreislaufsystem inkl. Blutdruckselbstmessung,• Rückenschule,• Diabetikerschulung.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende, ggf. mit Diskussion/Rollenspiel)• Gruppenangebot (keine Begrenzung der Teilnehmerzahl) auch Vortrag/Wissensvermittlung
Therapieziele	<p>Das Ziel ist, nachhaltig eine Verhaltens- und Einstellungsänderung der Rehabilitierenden zu erreichen, die zu einer Verbesserung der Lebensqualität führen durch:</p> <ul style="list-style-type: none">• Reflexion des eigenen Lebensstils,• Motivation zur Verhaltensänderung,• Planung des Wissenstransfers in den Alltag,• Selbstversorgung im Alltagsleben,• Diskussion spezifischer Fragestellungen,• Vermittlung von Informationen zu einer gesunden Lebensführung,• Erlernen von Bewältigungsstrategien und Motivation zur Verhaltensänderung,• Planung der Nachsorge.
Empfehlung zur Dauer	45 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x pro Maße
Berufsgruppe	je nach Themenschwerpunkt: <ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

-
- Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)
 - Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)
 - Diätassistent
 - Oecotrophologin oder Oecotrophologe (Diplom oder min. BA),
 - Ernährungswissenschaftler (Diplom oder min. BA)
-

6.2 Behandlungselement Motivationsförderung und Selbstmanagement

Inhaltliche Beschreibung	Einführendes Seminar zum Gesundheitstraining und zu den Zielen der Rehabilitation
Leistungsart	Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Motivation zu: <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapietreue, ○ Verhaltensänderung und ○ aktiver Nachsorge • Reflexion eigener Verhaltensweisen • Förderung der Krankheits- und Belastungsbewältigung
Empfehlung zur Dauer	45 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin oder Arzt • (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)

6.3 Behandlungselement Schulungen bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Inhaltliche Beschreibung	<p>Standardisierte Schulungen für diese Erkrankungen sind fester Bestandteil der kardiologischen Rehabilitation und wesentliches Element des Risikofaktorenmanagements. Schulungen sollen kognitiv-verhaltensbezogene Techniken (wie Zielsetzung, Planung, Selbstbeobachtung, Feedback, motivierende Gesprächsführung) enthalten und ein strukturiertes Vorgehen aufweisen.</p> <p>In der kardiologischen Rehabilitation werden folgende Schulungen angeboten:</p> <ul style="list-style-type: none">• Schulung zum Umgang mit arterieller Hypertonie,• Schulung bei Rehabilitierenden mit koronarer Herzkrankheit (KHK),• Schulung bei Rehabilitierenden mit chronischer Herzinsuffizienz (CHI),• Schulung zur Unterstützung der Beendigung des Rauchens (Raucherentwöhnung),• Schulung zum INR-Selbstmanagement,• Schulung bei Rehabilitierenden mit peripher arterieller Verschlusskrankheit (paVK),• Diabetiker-Schulung. <p>Darüber hinaus stehen für spezielle Rehabilitierendengruppen in der kardiologischen Rehabilitation weitere Schulungen zur Verfügung, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none">• Curriculum bei Herzklappenerkrankungen,• Schulung von Rehabilitierenden nach VAD („ventricular assist device“) - Implantation.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<p>Übergeordnete Ziele sind:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kenntniserwerb bzw. -erweiterung über das Krankheitsbild• langfristige Besserung bzw. Stabilisierung des Gesundheitszustandes• Verminderung der Häufigkeit von Krankheitsschüben und deren Dauer• Steigerung der Therapiemotivation• Stärkung der Eigenverantwortlichkeit im Umgang mit der Erkrankung• Förderung der Bereitschaft zur langfristigen Änderung der Lebensgewohnheiten• adäquate Bewältigung der somatischen und psychosozialen Situation
Empfehlung zur Dauer	45 - 90 Minuten (abhängig vom Schulungsprogramm)
Frequenzempfehlung	3 - 5 x pro Maßnahme (abhängig von der Dauer der Unterrichtseinheit und des gewählten Schulungsprogramms)
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Geschulte<ul style="list-style-type: none">○ examinierte Pflegefachkraft,○ medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder medizinischer Fachangestellte/geschulter MTA

6.3.1 Behandlungselement Schulung bei Hypertonie

Inhaltliche Beschreibung	Standardisierte Hypertonie-Schulung
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	Siehe übergeordnete Ziele oben, <u>sowie</u> <ul style="list-style-type: none">• Verbesserte Krankheitsakzeptanz• Steigerung der Therapietreue (Adhärenz)• Erlernen der Blutdruckselbstmessung• Lebensstiländerung bezüglich gesunder Ernährung und Gewichtsabnahme• Steigerung der körperlichen Aktivität, aber auch der Entspannung
Empfehlung zur Dauer	45 – 90 Minuten (abhängig vom Schulungsprogramm)
Frequenzempfehlung	4 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Geschulte<ul style="list-style-type: none">○ examinierte Pflegefachkraft,○ medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder medizinischer Fachangestellte/geschulter MTA

6.3.2 Behandlungselement Schulung bei Koronare Herzerkrankung

Inhaltliche Beschreibung	Standardisierte Schulungsprogramme zur KHK
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	Siehe übergeordnete Ziele oben, <u>sowie</u> <ul style="list-style-type: none">• Erkennen und Verhalten bei akuten krankheitsbedingten Komplikationen• Vermittlung eines gesundheitlich günstigen Lebensstils• Stressbewältigung Verbesserung der psychologischen Krankheitsverarbeitung
Empfehlung zur Dauer	45 – 90 Minuten (abhängig vom Schulungsprogramm)
Frequenzempfehlung	3 – 5 x pro Maßnahme (abhängig von der Dauer der Unterrichtseinheit und des gewählten Schulungsprogramms)
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)

-
- Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)
 - Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom der min. BA)
 - Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)
 - Gymnastiklehrerin oder Gymnastiklehrer
-

6.3.3 Behandlungselement Schulung bei Herzinsuffizienz

Inhaltliche Beschreibung	Standardisierte Schulungsprogramme Herzinsuffizienz
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 - 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	Siehe übergeordnete Ziele oben, <u>sowie</u> <ul style="list-style-type: none">• Symptome, Untersuchungsmethoden, Behandlungsmöglichkeiten (medikamentöse Therapie, Apparative Therapie)• Symptombeobachtung und Selbstpflege (tgl. Wiegen, Dokumentation von Gewicht, Blutdruck, Puls, Erkennen und Umgang mit Dekompensationszeichen)• Ernährung (z. B. Flüssigkeits- und Salzaufnahme)• Umgang mit Alkohol, Rauchen• Relevanz körperlicher Aktivitäten• Umgang mit der Erkrankung im Alltag• Schlaf und schlafbezogene Atmungsstörungen• Psychosoziale Belastungen und Unterstützungsmöglichkeiten, sexuelle Aktivitäten
Empfehlung zur Dauer	60 Minuten
Frequenzempfehlung	5 – 6 x pro Maßnahme (abhängig vom gewählten Schulungsprogramm)
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Geschulte<ul style="list-style-type: none">○ examinierte Pflegefachkräfte,○ medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder Medizinischer Fachangestellte/geschulter MTA• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom der min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)

6.3.4 Behandlungselement Schulung bei Rehabilitierenden mit peripherer arterieller Verschlusskrankheit (paVK)*

Inhaltliche Beschreibung	Kognitiv-verhaltensbezogene Intervention, um paVK Rehabilitierende insbesondere nachhaltig bei der Durchführung des Gehtrainings zu unterstützen und damit die Lebensqualität zu verbessern.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	Siehe übergeordnete Ziele oben, <u>sowie</u> <ul style="list-style-type: none">• Schulung zu Krankheitsursachen, Diagnostik und Therapie der paVK• Risikofaktormanagement• Notwendigkeit und Durchführung des regelmäßigen Gehtrainings• Selbstmanagement zur Vermeidung von Wunden an den Füßen, geeignetes Schuhwerk, Selbstbeobachtung der Füße, Vermeidung von Infektionen Für Rehabilitierende nach Amputation: <ul style="list-style-type: none">• Umgang mit der Prothese• Stumpfpflege
Empfehlung zur Dauer	60 Minuten pro Unterrichtseinheit
Frequenzempfehlung	3 – 4 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)• Geschulte<ul style="list-style-type: none">○ examinierte Pflegefachkraft,○ Medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder Medizinischer Fachangestellte/geschulter MTA

*Nur vorzuhalten, sofern es sich um eine Reha-Einrichtung für Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen handelt.

6.4 Behandlungselement Schulung zur Unterstützung der Beendigung des Rauchens (Tabakentwöhnung)

Inhaltliche Beschreibung	Raucherentwöhnung ist eine wesentliche Komponente des Langzeitmanagements zur Risikoreduktion, insbesondere nach Herzinfarkt, bei pAVK oder bei COPD. Verhaltenstherapeutisch orientierte Gruppenangebote (Schulung zur Unterstützung der Beendigung des Rauchens) stehen dabei im Vordergrund. Diese können z. B. durch verhaltensbezogene Einzelberatung und ggf. Nikotinersatztherapie ergänzt werden.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Motivationsförderung, um die Rehabilitierenden zu einer Entscheidung für das Nichtrauchen zu bewegen• Vermittlung von Handlungsalternativen und Lösungsstrategien, die bei der Entwöhnung eine zentrale Rolle spielen• Vermittlung von medizinischen Hintergründen und Wissen um die Folgeschäden des Rauchens, z. B. in Bezug auf die Funktion der Atmungsorgane, des Herz-Kreislaufsystems• Vermittlung von Stress- und Bewältigungsstrategien• Vermittlung von Strategien zur Verhaltensänderung und Rückfallprophylaxe
Empfehlung zur Dauer	60 Minuten
Frequenzempfehlung	6 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)• Fachpsychotherapeutin oder Fachpsychotherapeut• Psychotherapeutin oder Psychotherapeut• Sozialarbeiter und Sozialpädagoge (Diplom oder BA) mit Anerkennung als Suchttherapeut• Ärztin oder Arzt

6.5 Behandlungselement Schulung zum INR-Selbstmanagement (Schulung zum Antikoagulationsmanagement)

Inhaltliche Beschreibung	Standardisiertes Schulungs- und Behandlungsprogramm für Rehabilitierende mit oraler Gerinnungshemmung. Beim Gerinnungsmanagement übernimmt der Patient nach entsprechender Schulung und Einweisung sowohl die Überwachung der Intensität der gerinnungshemmenden Behandlung als auch die Dosisanpassung des Antikoagulans entsprechend dem selbst ermittelten Wert.
Leistungsart	Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Vermittlung von Basiswissen über die Blutgerinnung und die Antikoagulationsbehandlung• Vermittlung von Handlungskompetenz zur selbständigen Messung der Blutgerinnungswerte sowie der Ableitung adäquater Maßnahmen anhand der Ergebnisse• Patient ist in der Lage, die Dosierung des Antikoagulans an den gemessenen INR-Wert anzupassen• Gerinnungshemmung im Alltag (Einflussfaktoren wie Ernährung, Alkohol, Infekte)• Medikamentenwechselwirkungen• Verhalten in kritischen oder besonderen Situationen, wie z. B. Verletzungen, zahnärztliche Eingriffe und Operationen, Impfungen und Spritzen, auf Reisen
Empfehlung zur Dauer	60 – 90 Minuten
Frequenzempfehlung	3 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• Geschulte<ul style="list-style-type: none">○ medizinische Fachangestellte/ MTA oder medizinischer Fachangestellter/ MTA,○ examinierte Pflegefachkraft

6.6 Behandlungselement Aktive Rückenschule

Inhaltliche Beschreibung	Am anatomischen Modell eine Wirbelsäule werden die möglichen Schmerzursachen für Rückenschmerzen erläutert: Gelenkverschleiß, Bandscheibenvorfälle, überlastete Muskeln, Fehlhaltung und Bänderschmerz. Es werden medizinische Hintergründe zur Behandlung und Prophylaxe gegeben, ergänzt durch praktische Übungen zu einer rückengerechten Alltagsbelastung und einem Training der Rückenmuskulatur. Es werden Hinweise gegeben, wie man sich bei einem akuten Rückenschmerz anfall verhalten sollte und was man selbst gegen den Schmerz tun kann.
Leistungsart	Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Stärkung gesundheitlicher Ressourcen durch Verbesserung motorischer Fähigkeiten• Verbesserung der Körperwahrnehmung• Erlernen von Entspannungstechniken• Erwerb von Stressmanagementkompetenzen• Vermittlung von Informationen zu und Einüben von rückenfreundlichen Verhaltensweisen im Alltag• Motivation zu einer langfristigen gesundheitsorientierten Verhaltensänderung
Empfehlung zur Dauer	45 Minuten
Frequenzempfehlung	4 – 6 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• Sportlehrerin oder Sportlehrer mit medizinischer Ausrichtung oder Zusatzqualifikation Bewegungs-/Sporttherapie (Diplom oder min. BA)• Sportwissenschaftlerin oder Sportwissenschaftler mit indikationsspezifischer bewegungstherapeutischer Ausrichtung, z. B. Fachrichtung Rehabilitation (Diplom oder min. BA)• Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)• Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin oder staatlich geprüfter Gymnastiklehrer• (Rehabilitations-) Psychologin oder (Rehabilitations-) Psychologe (Diplom oder MA)

6.7 Behandlungselement Schulung bei Diabetes mellitus

Inhaltliche Beschreibung	Standardisierte Schulungsprogramme Diabetes mellitus Typ2 (und Typ1)
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende)• Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	Siehe übergeordnete Ziele oben, <u>sowie:</u> <ul style="list-style-type: none">• Vermittlung von Selbstmanagementfertigkeiten, wie Erkennen und Vermeidung von Symptomen/ Komplikationen (Hypoglykämien, Hyperglykämien), Selbstüberwachung des Blutzuckerspiegels, Medikamenteneinnahme, Insulintherapie• Unterstützung einer Lebensstiländerung:<ul style="list-style-type: none">○ Gewichtskontrolle (Gewichtsreduktion oder -stabilität),○ Ernährungsanpassung (z.B. geringerer Fettanteil, hoher Anteil an Ballaststoffen)○ Körperliche Aktivität• Aufklärung und Information zu Fußprobleme bei Diabetes mellitus Typ1 und 2:<ul style="list-style-type: none">○ besondere Gefährdung durch Neuro- und Angiopathie○ tägliche Fußkontrolle○ sachgerechte Nagel-, Fuß- und Hautpflege○ geeignete Strümpfe und Schuhe
Empfehlung zur Dauer	45 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	2 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ärztin oder Arzt• Diabetesberater*in DDG oder Diabetesfachkraft, z. B.<ul style="list-style-type: none">○ examinierte Pflegefachkraft,○ medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder Medizinischer Fachangestellte/geschulter MTA,○ Diätassistentin oder Diätassistent,○ Oecotrophologin oder Oecotrophologe (Diplom oder min. BA),○ Ernährungswissenschaftler (Diplom oder min. BA)

7 Behandlungsgruppe Ernährung

7.1 Behandlungselement Ernährungsberatung

Inhaltliche Beschreibung	Information über eine „ausgewogene Ernährung“ zur Senkung des Risikos kardiovaskulärer Erkrankungen: <ul style="list-style-type: none">• Beachtung gendermedizinischer Aspekte (Lebensmittelauswahl, Grundumsatz unter Berücksichtigung des hohen Trainingsanteils in der Cardio-Reha, Bedarfe an Vitaminen, Mineralien etc.),• Berücksichtigung von Komorbiditäten (z. B. Diabetes mellitus, Niereninsuffizienz, Hypertonie),• Nutzung von Ernährungstagebüchern,• ggf. Einbezug von An-/Zugehörigen.
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none">• Einzelberatung• Gruppenberatung (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• Vermittlung und Umsetzung einer „ausgewogenen Ernährung“ unter Beachtung krankheitsspezifischer Aspekte• Reduktion von Übergewicht, Gewichtsstabilisierung• Vermeidung von Mangelernährung• Motivation zur Verhaltensänderung
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none">• Einzelberatung: 30 Minuten• Gruppenberatung: 45 – 60 Minuten• Lehrküche: 90 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Diätassistentin oder Diätassistent• Oecotrophologin oder Oecotrophologe (Diplom oder min. BA)• Ernährungswissenschaftlerin oder Ernährungswissenschaftler (Diplom oder min. BA)

8 Quellen

1. Anlage 1 (Leistungsbeschreibung) und Anlage 5 (Zulassungsvoraussetzungen) zu den Verträgen nach § 125 Absatz 1 SGB V über die Versorgung mit Leistungen der Physiotherapie, der Stimm-, Sprech-, Sprach- und Schlucktherapie sowie der Ergotherapie
2. Heilmittel-Richtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses
3. Bewertungskriterien der Strukturqualität im QS-Reha®-Verfahren
4. Klassifikation therapeutischer Leistungen in der medizinischen Rehabilitation (KTL) Deutsche Rentenversicherung 2015
5. Reha-Therapiestandards Deutsche Rentenversicherung
6. S3 Leitlinie Kardiologische Rehabilitation (D, A, CH; 10.12.2020)
7. Curriculum Hypertonie, Standardisierte Patientenschulung, DRV Bund 2021
8. Curriculum KHK, Standardisierte Patientenschulung, DRV Bund 2021
9. Curriculum Antikoagulationsmanagement- 2019, DRV-Bund
10. Curriculum Tabakentwöhnung, Standardisierte Patientenschulung, DRV Bund 2019,
11. Curriculum Typ 2 Diabetes mellitus, Standardisierte Patientenschulung, DRV Bund, 2021