

Gemeinschaftspraxis (BAG)

Dr. med. Roger Lux

Dr. med. Christina Lux

Fachärzte für Innere Medizin

Akupunktur ◦ Ernährungsmedizin ◦ Hausärztliche Versorgung

Gesundheitszentrum am Lambertiplatz

Lambertiplatz 3, 48653 Coesfeld

Tel.: (0 25 41) 53 88, Fax (0 25 41) 8 73 13, E mail: info@gemeinschaftspraxis-lux.de, www.gemeinschaftspraxis-lux.de

Rehabilitationssport/ Funktionstraining Tipps und Ratschläge

Rehabilitationssport/ Funktionstraining ist nach § 44 SGB IX eine für Behinderte und von einer Behinderung bedrohten Menschen entwickelte Therapie mit dem Ziel, die Betroffenen auf Dauer in das Arbeitsleben und in die Gesellschaft einzugliedern. Sie ist eine ergänzende Leistung zur Rehabilitation mit dem Ziel der "Hilfe zur Selbsthilfe".

Rehabilitationssport wird in Gruppen in Sportvereinen oder Reha-Einrichtungen durchgeführt. Dort treiben Menschen mit vergleichbaren Erkrankungen oder Behinderungen gemeinsam Sport.

Die Kostenträger des Reha-Sports können die Rentenversicherung, die Krankenkasse oder die Unfallversicherung sein.

Über das Formular 56 können wir Ihnen:

- 50 Übungseinheiten in 18 Monaten (Regelfall)
- 90 Übungseinheiten in 24 Monaten (Herzsport)
- 120 Übungseinheiten in 36 Monaten (nur bei festgelegten bzw. chronischen Erkrankungen möglich)

verordnen.

Die Übungseinheiten erfolgen meist zu festen Zeiten in geleiteten Übungsgruppen durch entsprechend qualifizierte Übungsleiter, in der Regel ein- bis zweimal pro Woche (je nach Empfehlung) zu je 45-60 Minuten.

Ziel ist es, Ausdauer und Kraft zu stärken, Koordination und Flexibilität zu verbessern, das Selbstbewusstsein zu stärken und Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten.

Hilfe zur Selbsthilfe hat das Ziel, die eigene Verantwortlichkeit des Teilnehmenden für seine Gesundheit zu stärken und ihn zum langfristigen und selbstständigen Bewegungstraining zu motivieren.

Zum 01.01.2011 ist eine neue Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und Funktionstraining in Kraft getreten. Danach sind Übungen an technischen Geräten, die zum Muskelaufbau oder zur Ausdauersteigerung dienen - mit Ausnahme des Trainings auf dem Radergometer in Herzsportgruppen - vom Rehabilitationssport ausgeschlossen.

Rehabilitationssport/ Funktionstraining sind Leistungen die einzeln und kostenfrei angeboten werden müssen. Eine "Zwangsbindung" über einen gewissen Zeitraum oder eine Verpflichtung zur Inanspruchnahme zuzahlungsnotwendiger Leistungen ist nicht rechtens.

Bei folgenden Indikationen können Sie Rehabilitations-/ Funktionstraining erhalten:

- Zustand nach künstlichem Gelenkersatz
- Wirbelsäulen-/ Haltungsschäden
- Amputationen/ Gliedmassenschäden
- Rheumatische Erkrankungen
- Osteoporose
- Morbus Bechterew
- Schäden an Stütz- und Bewegungsapparat
- Sonstige orthopädische Schäden
- Neurologische Erkrankungen wie z.B. Multiple Sklerose
- Diabetes mellitus
- Herz-Kreislauferkrankungen
- Chronische Lungenerkrankungen
- Geistige Behinderungen
- Mehrfachbehinderungen
- ADHS

Folgende Arten des Rehabilitationssports/ Funktionstrainings gibt es:

- Bewegungsspiele und Gymnastik für Kinder
- Gymnastik der unteren Extremität
- Reha-Gymnastik
- Lungensport
- Reha-Herz-Sport
- Reha-Wirbelsäulengymnastik
- Reha-Wassergymnastik
- Bewegungsspiele in Gruppen
- Diabetesgymnastik
- Reha-Wasser-Gymnastik
- Sportgruppen für Patienten mit Multipler Sklerose

Folgende Institutionen führen in Coesfeld Reha-Sport und Funktionstraining durch:

1. SG Coesfeld 06 e.V.
Walkenbrückenstr. 17
Tel.: 02541-980666
48653 Coesfeld
2. DJK Coesfeld-VBRS e.V.
Haugen-Kamp 28
Tel.: 02541-980980
48653 Coesfeld
3. Vital und Gesund Rehasport Active Lady
Windthorststr. 65
Tel.: 02541 970965
48653 Coesfeld
4. Gesundheitszentrum für Physiotherapie und Reha-Sport
Dülmenerstr. 62
Tel. 02541 5465
48653 Coesfeld
5. Rheuma-Liga Coesfeld
DRK-Heim, Alte Münsterstr. 2a
Tel.: 02541 8484977
48653 Coesfeld