



## REHA-NACHSORGE

THERAPIEERFOLG  
NACHHALTIG SICHERN

Möglichkeiten und Chancen zum Erhalt der Rehabilitationserfolge.

VON ZU HAUSE ODER VOR ORT

# THERAPIEERFOLG NACHHALTIG SICHERN

Die Reha-Nachsorgeangebote der DRV unterstützen Sie dabei, die in der Rehabilitation erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten in Ihrem Lebensumfeld zu erproben und umzusetzen.

## ZIELE DER NACHSORGE

- Rehabilitationserfolg sichern und aufrechterhalten
- Bewältigung Ihres Alltags wird erleichtert
- Erfolgreichere Wiedereingliederung in Ihre Arbeitsumgebung



## NICHT ÜBER DIE DRV IN DER REHA?

Auch für GKV-Versicherte bietet die MEDICLIN kostengünstige Nachsorgeangebote an.

Nehmen Sie die Sicherung Ihrer Reha-Ziele selbst in die Hand!



NACHSORGEART	GEEIGNET FÜR	Finanzierung durch die DRV?	Ganzheitliche Therapieangebote?	Individuell auf Sie abgestimmt?	Ortsungebunden	Zeitlich flexibel?
<b>DIGITALE IRENA</b>	Alle Indikationen außer Adipositas & Psychosomatik	✓	✓	✓	✓	✓
IRENA	Bei allen Erkrankungen möglich	✓	✓			
T-RENA	Alle somatischen Indikationen	✓				
PSY-RENA	Psychosomatische Erkrankungen	✓		✓		
<b>SUCHT-NACHSORGE</b>	Sucht	✓		✓		
<b>REHA-SPORT</b>	Alle somatischen Indikationen	✓				
<b>FUNKTIONSTRAINING</b>	Rheuma	✓				

# DIGITALE IRENA

In nur 3 Schritten zu Ihrer digitalen Nachsorge

## VORTEILE

- zeitlich flexibel und ortsungebunden
- individualisierte digitale Therapie auf Basis der **MEDICLIN Therapie-App**
- persönliche Begleitung durch medizinische Fachkräfte





### **01** IN DER REHA-KLINIK

Sie erhalten die Einweisung in die MEDICLIN Therapie-App durch die Therapeut\*innen und können stationär das digitale Training für sich nutzen.

### **02** IN DER REHA-KLINIK

Melden Sie sich für die Nachsorge (IRENA) an. Infos erhalten Sie in Ihrer Reha-Klinik.

### **03** NACH DER REHA

Telefonanruf des/der Nachsorgetherapeut\*in und Trainingsplanerstellung.

*Ab sofort können Sie trainieren!*



# IRENA

Intensivierte REHA-NACHSORGE

**Kann grundsätzlich bei allen Erkrankungen in Anspruch genommen werden.**

Bewegungsübungen, Schulung und Beratung bei z.B. Stress oder gesunder Ernährung werden kombiniert.

- IRENA vor Ort**
- wird in stationären und ganztägig ambulanten Rehabilitationseinrichtungen durchgeführt
  - findet in Gruppen in der Regel ein Mal pro Woche statt
  - 24 Behandlungseinheiten von jeweils 90 Minuten / 36 Einheiten bei neurologischer Indikation



## T-RENA

Trainingstherapeutische REHA-NACHSORGE

**Geeignet für Versicherte mit Beeinträchtigungen am Haltungs- und Bewegungsapparat.**

Kann sowohl in Rehabilitationseinrichtungen als auch in von der DRV zertifizierten Gesundheitszentren, Physiotherapiepraxen oder Krankenhäusern stattfinden.

### **T-RENA**

- gerätegestütztes Training
- findet in Gruppen in der Regel ein bis zwei Mal pro Woche statt
- 26 Trainingstermine von jeweils 60 Minuten

**Bei Bedarf kann T-RENA um weitere 26 Trainingstermine verlängert werden.**



## PSY-RENA

Psychosomatische REHA-NACHSORGE

**Für Versicherte mit einer psychischen Erkrankung kommt eine psychosomatische Reha-Nachsorge in Betracht.**

Sie werden unterstützt, in der Rehabilitation erlernte Verhaltensweisen und Strategien zur Stress- und Konfliktbewältigung einzüben und im Alltag umzusetzen.

### **PSY-RENA**

- Wird in Rehabilitationseinrichtungen und Psychotherapiepraxen durchgeführt
- Individuelles Aufnahme- und Abschlussgespräch / 25 Gruppengespräche von 90 Minuten
- Gruppengespräche finden einmal pro Woche statt





## Sucht-Nachsorge

Rehabilitation für Abhängigkeitserkrankte

**Nach einer Leistung zur medizinischen Rehabilitation für Abhängigkeitserkrankte kann eine Sucht-Nachsorge erbracht werden.**

Sie umfasst Gruppen- und Einzelgespräche und wird ambulant durchgeführt.

Nähere Informationen erhalten Sie in der Reha-Einrichtung.



# REHABILITATIONSSPORT

Bewegungsangebote

## REHABILITATIONSSPORT

**INHALT**

**INDIKATIONSBEZUG**

**LEISTUNGSUMFANG**

**BEGINN**

**INHALT EINER EINHEIT**

- Ganzkörpertraining in heterogenen Gruppen
- ist für alle Indikationen geeignet
- i. d. R. 1 x / Woche 45 – 60 Minuten für 6 Monate
- spätestens 3 Monate nach der Entlassung aus der Rehabilitationseinrichtung
- sportlich ausgerichtete Spiele, Gruppengymnastik, etc.



# FUNKTIONSTRAINING

Bewegungsangebote

## FUNKTIONSTRAINING

- › erfolgt in der Regel durch die Deutsche Rheuma-Liga
- › beinhaltet bewegungstherapeutische Übungen
- › in Form von Trocken- und Wassergymnastik
- › eine Übungseinheit umfasst mindestens 30 Minuten
- › Wassergymnastik mindestens 15 Minuten

**Fahrtkosten werden bei Rehabilitationssport und Funktionstraining nicht erstattet.**

DIGITALE IRENA		SPORT	TRAINING
IRENA	T-RENA	PSY-RENA	SUCHT

## **MEDICLIN Fachklinik Rhein/Ruhr**

Auf der Rötsch 2

45219 Essen

Telefon 0 20 54 88 2260

### **ANSPRECHPARTNERIN**

#### **Simone Beuthe**

Stv. Therapiedienstleitung

Telefon 0 20 54 88 42 424

onlinetherapie.fachklinik-rhein-ruhr@mediclin.de

**Sie haben schon einen Antrag gestellt  
oder nutzen bereits die App?**

### **FRAGEN ZUM STAND DES ANTRAGS**

Verwaltung.MC-Home@mediclin.de

Telefon 09 21 309 455

### **FRAGEN WÄHREND DER NACHSORGE**

MEDICLIN-Home@mediclin.de

Telefon 07 81 96 99 30 28

[www.fachklinik-rheinruhr.de](http://www.fachklinik-rheinruhr.de)