

Rehabilitationsnachsorge

Im Anschluss an eine stationäre oder ganztägig ambulante Leistung zur medizinischen Rehabilitation kann eine Rehabilitationsnachsorge in Betracht kommen. Diese soll den eingetretenen Rehabilitationserfolg festigen.

Die Träger der Deutschen Rentenversicherung haben hierfür spezielle Nachsorgeprogramme entwickelt. Die Rehabilitanden sollen durch die Nachsorge das in der Rehabilitation Erlernte in den Alltag übertragen, stabilisieren und fortentwickeln können.

Auch die Rehabilitationsnachsorge verordnen die behandelnden Ärzte der Rehabilitationseinrichtung. Die Nachsorge wird in speziellen, wohnortnahen Einrichtungen durchgeführt.



- 1** ORTEMA - Orthopädie-Technik & Sanitätshaus, Sport Protection
- 2** OKM - Orthopädische Klinik Markgröningen
Spezialklinik für Sportorthopädie, Endoprothetik, Neuro-Orthopädie, Handchirurgie, Konservative Orthopädie und Schmerztherapie
- 3** ORTEMA - Rehabilitation & Therapie Medical Fitness & Gesundheit,

Stand: 11/17

P P4 Parkplätze im Parkhaus und auf dem Parkplatz P4



- Orthopädie-Schuh-Technik
- Einlagen-Technik
- Bandagen-Technik
- Rumpforthesen-Technik
- Prothesen-Technik
- Orthesen-Technik
- Knieorthesen-Technik
- Sport-Orthopädie



- Ambulante Rehabilitation
- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Rehasport
- Nachsorge
- Bewegungsbad



- Medical Fitness
- Gesundheitskurse
- Aqua Fitness
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Leistungsdiagnostik & Trainingsplanung
- Wellnessmassagen



- Entwicklung
- Protektion & Prävention
- Motobike
- Eishockey
- Ski
- Ballsport
- Bike
- Behindertensport



So geht's nach der Reha weiter



Dr. med Sven Schemel
Chefarzt Ambulante Rehabilitation
Arzt für Orthopädie und Unfallchirurgie



ORTEMA GmbH · Rehabilitation & Therapie
Kurt-Lindemann-Weg 10 · 71706 Markgröningen
Telefon +49 7145 - 91 53 850
Fax +49 7145 - 91 53 960 · rehabilitation@ortema.de

www.ortema-rehabilitation.de



Wie geht es nach der Reha weiter?

Strukturierte Nachsorgeprogramme der Deutschen Rentenversicherung im Anschluss an Ihre stationäre oder ambulante Rehabilitation unterstützen Sie in der Erreichung Ihrer Reha-Ziele.

Nachsorge - Was ist das?

Durch ein strukturiertes Nachsorgeprogramm können Sie selbst Ihren durch eine Rehabilitation erreichten Gesundheitszustand sichern oder weiter verbessern.

IRENA (Intensivierte Reha-Nachsorge) ist das Programm der Deutschen Rentenversicherung Bund.

ASP (Ambulantes Stabilisierungs Programm) ist das entsprechende Angebot der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg.

Die Nachsorge kann im Anschluss an eine ambulante oder stationäre Rehabilitation durchgeführt werden.

Beginn und Dauer

Die Nachsorge sollte möglichst innerhalb eines Monats, spätestens jedoch sechs Monate nach Beendigung einer Reha-Maßnahme begonnen werden.

Das Programm umfasst 24 Behandlungseinheiten je 90 Minuten über einen Zeitraum von max. 6 Monaten. Eine kurzfristige Planung und Pausen sind möglich.

2 Termine pro Woche haben sich als realistisch und trainingsphysiologisch ideal erwiesen.

Meist wird die Nachsorge berufsbegleitend durchgeführt, dafür bieten wir Termine auch frühmorgens sowie in den Nachmittags- und Abendstunden an. Ebenso bemühen wir uns um flexible Terminplanung.



Inhalte

- Medizinisches Gerätetraining (MTT)
- Wirbelsäulengymnastik
- Sling Kurs Wirbelsäule
- Hüft- und Kniegymnastik
- Sling Kurs Knie Hüfte
- Faszienmobilisation und Muskeldehnung
- Yoga-Gymnastik
- Fit ins Wochenende
- Nordic Walking
- Wassergymnastik im Bewegungsbad

Wir erweitern unser Angebot regelmäßig. **Aktuelle Inhalte und Zeiten finden Sie unter www.ortema-rehabilitation.de**

Verordnung

Sprechen Sie während Ihrer Reha mit Ihrem Reha-Arzt und lassen Sie sich bei medizinischer Notwendigkeit eine Nachsorge-Empfehlung für das ORTEMA-Reha-Zentrum ausstellen.

Kommen Sie mit dieser Empfehlung zu uns (auch Brief, Fax, E-Mail) - zusammen vereinbaren wir Ihre Nachsorge-Termine.

Kosten

Die Kosten übernimmt die Deutsche Rentenversicherung. Eine Zuzahlung ist nicht zu leisten. Eine Fahrtkostenpauschale von 5,00 Euro pro Behandlungstag wird Ihnen am Ende des Programms von uns überwiesen.

Noch Fragen?

Wir helfen Ihnen gerne bei Kurswahl und Terminplanung:

Tel.: 07145 - 91 53 850

Fax: 07145 - 91 53 960

E-Mail: nachsorge@ortema.de

