

Anlage 1b

Behandlungselemente
in der orthopädischen Rehabilitation (MSK)

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 Krankengymnastik im Bewegungsbad	6
1.3 Behandlungselement Manuelle Therapie	7
1.4 Behandlungselement KG am Gerät/Medizinische Trainingstherapie (MTT)	7
1.5 Behandlungselement Gerätegestützte Mobilisation	8
1.6 Behandlungselement Terraintraining	9
1.7 Behandlungselement Sport- und Bewegungstherapie	10
2 Behandlungsgruppe Physikalische Therapien	11
2.1 Behandlungselement Klassische Massagetherapie	11
2.2 Behandlungselement Segmentmassage, Periostmassage	12
2.3 Behandlungselement Manuelle Lymphdrainage	12
2.4 Behandlungselement Apparative Lymphdrainage einzeln	13
2.5 Behandlungselement Unterwasserdruckstrahlmassage	14
2.6 Behandlungselement Traktionsbehandlung	14
2.7 Behandlungselement Elektrotherapie	15
2.8 Behandlungselement Thermotherapie (Wärme- oder Kältetherapie)	15
3 Behandlungsgruppe Ergotherapie	16
3.1 Behandlungselement motorisch-funktionelle Behandlung	16
3.2 Behandlungselement Sensomotorisch-perzeptive Behandlung	17
3.3 Behandlungselement Hilfsmittelberatung und Anpassung	18
4 Behandlungsgruppe Sozialberatung	19
4.1 Behandlungselement Sozial- und Rehabilitationsberatung	19
5 Behandlungsgruppe Klinische Psychologie	20
5.1 Behandlungselement Psychologische Beratung einzeln	20
5.2 Behandlungselement Psychologische Gruppenarbeit problemorientiert	20
5.3 Behandlungselement Psychoonkologische Intervention	21
5.4 Behandlungselement Entspannungstraining in der Gruppe	22
6 Behandlungsgruppe Gesundheitsinformation, Motivation, Schulungen	23

6.1	Behandlungselement Gesundheitsinformation und -förderung	23
6.2	Behandlungselement Motivationsförderung und Selbstmanagement	24
6.3	Behandlungselement Schulungen bei nicht entzündlichen Krankheiten des Haltungs- und Bewegungsapparats	25
6.4	Behandlungselement Schulung bei entzündlichen Krankheiten des Haltungs- und Bewegungsapparats	26
6.5	Behandlungselement Schulung bei Tumorerkrankung	27
6.5.1	Behandlungselement Anleitung zur Anwendung von Port- und Sondensystem einzeln	27
6.6	Behandlungselement Anleitung zur Anwendung der Prothese, einzeln	28
6.7	Behandlungselement Individuelle Anleitung zur Anwendung einer Orthese, einzeln	28
6.8	Behandlungselement Schulung zur Unterstützung der Beendigung des Rauchens (Tabakentwöhnung)	29
6.9	Behandlungselement Schulung zum INR-Selbstmanagement (Schulung zum Antikoagulationsmanagement)	29
6.10	Behandlungselement Schulung bei chronischen Schmerzen	30
6.11	Behandlungselement Aktive Rückenschule	31
6.12	Behandlungselement Schulung bei Diabetes mellitus	32
7	Behandlungsgruppe Ernährung	33
7.1	Behandlungselement Ernährungsberatung	33
8	Quellen	34

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.

Für onkologische Rehabilitierende sind die Behandlungselemente „Psychoonkologische Intervention“, „Schulung bei Tumorerkrankung“ und „Anleitung zur Anwendung von Port- und SONDENSYS-System einzeln“ ergänzt.

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 gruppendynamische 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 Krankengymnastik im Bewegungsbad

Inhaltliche Beschreibung	<p>Umfasst sowohl aktive, aktiv-passive als auch passive Behandlungsmethoden und -techniken zur Minderung oder Beseitigung krankheits- oder behinderungsbedingter Schädigungen unter Ausnutzung des Auftriebs, des hydrostatischen Drucks, des Reibungswiderstands und der Wärmewirkung des Wassers (28-36 Grad Celsius).</p> <p>Die Gruppenbehandlung nutzt zusätzlich gruppendynamische 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 und des Stoffwechsels
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none">• Einzeltherapie: 20 Minuten• Kleingruppe/Gruppentherapie 30 Minuten)
Frequenzempfehlung	1 – 3 x wöchentlich
Berufsgruppe	Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch Bachelorabschluss mit staatlicher Anerkennung)

1.3 Behandlungselement Manuelle Therapie

Inhaltliche Beschreibung	Es handelt sich um ein physiotherapeutisches Konzept zur Diagnostik und Therapie von Schädigungen neuromuskulärer und bewegungsbezogener Funktionen. Grundlage sind spezielle Handgriffe und Mobilisationstechniken, wo-bei sich die Manuelle Therapie sowohl aktiver Übungen als auch passiver Techniken bedient.
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederherstellung gestörter Gelenk- und Segmentfunktionen • Unterbrechung eines pathologischen Reflexgeschehens • Erlernen eines Eigenübungsprogramms zur Automobilisation und Autostabilisation • Wiederherstellung oder Minderung reversibler Schädigungen der Gelenkfunktion, der Bewegungssegmente der Wirbelsäule, Schädigung der Muskelfunktion und Schmerzlinderung
Empfehlung zur Dauer	20 Minuten
Frequenzempfehlung	1 – 3 x wöchentlich
Berufsgruppe	Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

1.4 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 BA 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)
---------------------	---

1.5 Behandlungselement Gerätegestützte Mobilisation

Inhaltliche Beschreibung	Gerätegestützte Mobilisation z. B. mit Motorschiene, fremdkraftbetriebener Bewegungstrainer, seitenalternierendes biomechanisches Vibrationstraining, Stehpulte; Bettfahrrad bei Bewegungseinschränkungen u.a. nach Operationen, Schmerzen, Gelenk- und Wirbelsäulenkrankheiten
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft • Schmerzreduktion • Prophylaxe und Reduktion von Kontrakturen und Spastiken • Motorschiene: Mobilisation durch passiv u. aktiv assistierte Bewegung • Muskelaufbau z.B. nach Immobilisation • Osteoporose-Prophylaxe und -Behandlung • Verbesserung der Durchblutung • Verbesserung von Koordination, Balance, Propriozeption
Empfehlung zur Dauer	individuell
Frequenzempfehlung	individuell
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch Bachelorabschluss mit staatlicher Anerkennung) • Masseurin oder Masseur und medizinische Bademeisterin oder medizinischer Bademeister • Examierte Pflegefachkraft

1.6 Behandlungselement Terraintraining

Inhaltliche Beschreibung	Ist eine Form der Sporttherapie, bei der ein gezieltes Training im freien Gelände, z. B. in Form von Wandern, Nordic Walking, Radfahren zur Erarbeitung einer aufrechten Körperhaltung und einer rhythmisch-dynamischen Gehtechnik stattfindet.
Leistungsart	Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der muskulären Leistungsfähigkeit und symptomfreien Belastbarkeit • Vermittlung von Kenntnissen über einen individuellen Trainingsaufbau mit Pulsfrequenzsteuerung zur Ermittlung der aeroben/anaeroben Schwelle für die Energiegewinnung • 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

1.7 Behandlungselement Sport- und Bewegungstherapie

Inhaltliche Beschreibung	<p>Im Zentrum der Sport- und Bewegungstherapie steht die Entwicklung individueller Kompetenzen, die die Initiierung und Aufrechterhaltung eines aktiven körperlichen Lebensstils fördert. Effekte körperlicher Aktivität sollen nachhaltig nutzbar gemacht werden und so zu einem positiven Bewältigungsprozess im Umgang mit chronischen Erkrankungen und Einschränkungen der Partizipation beitragen.</p> <p>Sport- und bewegungstherapeutische Leistungen in der muskuloskeletalen Rehabilitation umfassen insbesondere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauer- und Muskelkrafttraining an Krafttrainingsgeräten oder ggf. unter Verwendung von Kleingeräten, • Koordinationsgymnastik, • Gleichgewichtstraining, • Geh- und Lauftraining, • dynamisches und statisches Muskeltraining, • <u>geräteunterstütztes Training</u> (Ergometertraining, Training obere und untere Extremität, Sequenztraining), • indikationsspezifisches Gruppentraining (z. B. TEP-Gruppe, Rückengruppe, etc.).
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende) • Gruppentherapie (max. 15 Rehabilitierende)
Therapieziele	<p>Leistungen der Sport- und Bewegungstherapie ergänzen physiotherapeutische Maßnahmen durch Angebote allgemein aktivierender Therapieelemente. Das Training zielt ab auf eine:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der statischen und dynamischen Kraftentwicklung, • Verbesserung der intra- und intermuskulären Koordination, • Erhöhung der funktionellen Kapazität, • Aufbau bewegungsbezogener Gesundheitskompetenz für ein eigenständiges Krafttraining.
Empfehlung zur Dauer	30 Minuten
Frequenzempfehlung	3 – 4 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	<p>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.</p> <p>Manuelle Anwendung der Massagegrundgriffe, Streichungen, Knetungen, Walkungen, Reibung, Klopfung, Friktionen und Vibration (Erschütterungen) sowie deren Kombinationen und Variationen.</p>
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none">• 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	<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)

2.2 Behandlungselement Segmentmassage, Periostmassage

Inhaltliche Beschreibung	<p>Diese Massagearten gehören zu den reflextherapeutischen Methoden, bei denen cutiviscerale Reize genutzt werden, um über die Haut innere Organe zu beeinflussen (z. B. im Sinne einer Durchblutungsverbesserung Spasmolyse, Schmerzlinderung).</p> <p>Segmentmassage beinhaltet modifizierte Griffe und speziell weiterentwickelte Griffvariationen mit Knetungen, Friktionen und Vibrationen mit Erfassung aller Gewebeschichten zwischen Haut und Periost.</p> <p>Periostmassage erfolgt kleinflächig-punktförmig als rhythmisch ausgeführte Druckmassage über dem Periost und Insertionszonen.</p>
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<p>Reflektorische Beeinflussung innerer Organe im Sinne von:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchblutungsförderung, • Schmerzlinderung, • Reflektorische Beeinflussung des Muskeltonus (Tonus senken) und Schmerzlinderung, • Information, Beratung, Anleitung zum Selbstmanagement, • Normalisierung des Muskeltonus, • Reduzierung sekundärer Schmerzen (Myalgien, Schmerzfehlhaltungen), • Steigerung der Durchblutung, Entstauung.)
Empfehlung zur Dauer	15 – 20 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 Manuelle Lymphdrainage

Inhaltliche Beschreibung	<p>Manuelle Lymphdrainage ist eine spezielle Massagetechnik, die einen Dehnungsreiz auf Cutis und Subcutis ausübt. Hierdurch wird mittels spezieller Handgriffe (Drehgriffe, Schöpfgrieffe, 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.</p>
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

	<ul style="list-style-type: none"> Schmerzlinderung <p>Ziel ergänzende manuelle Techniken:</p> <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)

2.4 Behandlungselement Apparative Lymphdrainage einzeln

Inhaltliche Beschreibung	Als Ergänzung zur manuellen Lymphdrainage
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> Erhöhung des Lymphabflusses in den Lymphkollektoren dadurch Entstauung, Abschwellung 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, Lockerung des Bindegewebes
Empfehlung zur Dauer	20 – 30 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)

2.5 Behandlungselement Unterwasserdruckstrahlmassage

Inhaltliche Beschreibung	Unterwasserdruckstrahlmassage ist ein kombiniertes Verfahren mittels manuell geführten und individuell einstellbaren Wasserdruckstrahls am in einem Wannenbad befindlichen Rehabilitierenden. Durch Zusatzeffekte des entspannenden Effektes der Wassertemperatur und von der Auftriebskraft des Wassers wird das Ziel unterstützt.
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Regulierung des Muskeltonus (senkend/steigernd) • Mechanische und thermische Schmerzlinderung • Lokale und reflektorische Durchblutungsförderung • Reflektorische Effekte (Sympathikushemmung) • Auftrieb mit Verringerung des Körpergewichtes und Entlastung der Gelenke, Bänder und Muskeln • Zunahme der Hautdurchblutung, des Herzzeitvolumens und der Frequenz • Besserung der Verschiebbarkeit im Bereich Haut-, Unterhautgewebe • Entspannung
Empfehlung zur Dauer	15 – 20 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)

2.6 Behandlungselement Traktionsbehandlung

Inhaltliche Beschreibung	Anwendung eines gezielten mechanischen apparativen Zuges, z. B. mittels Extensionstisch, Schlingentisch, Perl'sches Gerät.
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Entlastung komprimierter Nervenwurzeln und Gelenkstrukturen • Verbesserung der Gelenkmobilität • Abnahme der Schmerzen
Empfehlung zur Dauer	10 – 20 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)

2.7 Behandlungselement Elektrotherapie

Inhaltliche Beschreibung	Anwenden galvanischer, nieder- und mittelfrequenter Stromformen <ol style="list-style-type: none"> 1. Elektrotherapie unter Verwendung konstanter galvanischer Ströme oder unter Verwendung von Stromimpulsen (z. B. diodynamische Ströme, mittelfrequente Wechselströme, Interferenzströme) 2. Elektrostimulation unter Verwendung von Reizströmen mit definierten Einzelimpulsen nach Bestimmung von Reizparametern (nur zur Behandlung von Lähmungen bei prognostisch reversibler Nervenschädigung) 3. Hydroelektrisches Teilbad oder Vollbad (Stangerbad)
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Schmerzlinderung • Durchblutungsförderung • Tonisierung und Detonisierung der Muskulatur • Besondere Stromformen haben entzündungshemmende und resorptionsfördernde Wirkung und vermögen darüber hinaus Muskelkräftigung und gezielte Muskelkontraktion
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none"> • Elektrotherapie: 10 - 20 Minuten • Elektrostimulation bei Lähmungen: je Muskel-Nerv-Einheit 5 - 10 Minuten • Hydroelektrisches Teilbad oder Vollbad: 10 - 20 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)

2.8 Behandlungselement Thermotherapie (Wärme- oder Kältetherapie)

Inhaltliche Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> • Kältetherapie mittels Kaltpackungen, Kaltgas, Kaltluft, ggf. Kältekammer • Wärmetherapie mittels Heißluft als strahlende oder geleitete Wärme, heißer Rolle, Ultraschall, Wärmepackungen unterschiedlicher Substanzzusammensetzung oder mittels Voll- oder Teilbäder
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Schmerzlinderung • Beeinflussen des Muskeltonus • Reflektorische Wirkung auch auf innere Organe • Kälteanwendung wirkt zusätzlich entzündungshemmend • Förderung der Durchblutung
Empfehlung zur Dauer	individuell, abhängig von Kälte- bzw. Wärmeanwendung
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)

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 Sensomotorisch-perzeptive Behandlung

Inhaltliche Beschreibung	Eine sensomotorisch-perzeptive Behandlung dient der gezielten Therapie krankheitsbedingter Schädigungen der sensomotorischen oder perzeptiven Funktionen mit 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"> • Stabilisierung oder Aufbau der Sensibilität verschiedener Modalitäten (Temperatur-, Druck- und Berührungsempfinden, Propriozeption, Vibrationsempfinden, der Sinneswahrnehmung [visuelle, auditive, taktil-haptische Wahrnehmung], Wahrnehmung schädlicher Reize, • Umsetzung der Sinneswahrnehmungen [sensorische Integration]), • Entwicklung oder Besserung der Körperwahrnehmung und des Körperschemas, • Entwicklung oder Besserung der Gleichgewichtsfunktionen und der Haltung, • Aufbau oder Stabilisierung aktiver Bewegungsfunktionen, z. B. der Grob-, Fein- und Willkürmotorik, Mund- und Essmotorik, • Besserung der Kognition. <p>Therapeutische Ziele auf Aktivitäts- und Teilhabeebene umfassen insbesondere</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung oder Wiederherstellung und Erhalt von Aktivitäten aus dem Bereich allgemeiner Aufgaben (z. B. Bewältigung von Einzel- und Mehrfachaufgaben, Benutzen von Gebrauchsgegenständen), der Selbstversorgung (z. B. An- und Auskleiden, Waschen), der Haushaltsführung (z. B. Ein-kaufen, Mahlzeiten zubereiten), der Mobilität und Geschicklichkeit im All-tag (z. B. Treppen steigen, Stehen, Sitzen, Heben, Tragen, feinmotorischer Hand- und Armgebrauch, Fortbewegen im Innen- und Außenbereich mit und ohne Hilfsmittel), Stabilisierung oder Aufbau von Aktivitäten des Gemeinschafts- und sozialen Lebens, • Erlernen von Kompensationsstrategien, gegebenenfalls unter Berücksichtigung vorhandener Hilfsmittel, • Erlangen von Alltags- und Handlungskompetenz im Umgang mit Hilfsmitteln, technischen Produkten und Adaption des Lebensumfelds.
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 Hilfsmiteileinsatzes• Verbesserung der Teilhabe in individuell wichtigen Lebensbereichen
Empfehlung zur Dauer	individuell
Frequenzempfehlung	individuell
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none">• Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA 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- bzw. 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	individuell
Berufsgruppe	(Rehabilitations-)Psychologin oder (Rehabilitations-)Psychologe (Diplom o. MA)

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

5.3 Behandlungselement Psychoonkologische Intervention

Inhaltliche Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> • Eine psychoonkologische Intervention wird definiert als eine nicht-pharmakologische Intervention, in welcher psychologische und Sozialarbeiterin oder Sozialarbeiterische Methoden wie z. B. Psychosoziale Beratung, Psychoedukation, Stressbewältigungstraining, Psychotherapie, Entspannungsverfahren, allein oder in Kombination, von einem professionellen Therapeuten in einer persönlichen Interaktion mit Krebspatienten durchgeführt werden, um deren psychische und soziale Belastung zu vermindern und die Lebensqualität zu erhöhen.³ • Die psychoonkologische Diagnostik erfolgt mit geeigneten Screeningverfahren. • Die Indikationsstellung für eine psychoonkologische Intervention erfolgt abhängig vom festgestellten individuellen Bedarf, dem Setting sowie der Krankheitsphase des Patienten (Erstdiagnose, Operation, adjuvante Therapie, rezidivfreie Phase, Rezidivphase, palliative Phase) und berücksichtigt den Wunsch des Patienten • Psychoonkologische Interventionen können je nach individuellem Bedarf folgende Maßnahmen umfassen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Information und Psychosoziale Beratung, ○ Psychoedukation, ○ Psychotherapeutische Gruppenintervention, ○ Psychotherapeutische Einzel- und Paarintervention, ○ Entspannungsverfahren, ○ Künstlerische Therapien (z. B. Musik -oder Tanztherapie).
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none"> • Einzeltherapie • Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • frühzeitiges Erkennen psychischer, familiärer und sozialer Belastungen • psychischer und psychosomatischer Symptome und Probleme der Krankheitsverarbeitung insbesondere in Hinblick auf die Folgen der Krebserkrankung und der Behandlungsmaßnahmen • Verminderung psychischer und sozialer Belastungen • Verbesserung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität
Empfehlung zur Dauer	<ul style="list-style-type: none"> • Einzeltherapie: 30 Minuten • Kleingruppe: 45 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x wöchentlich
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin oder Arzt • ärztliche und psychologische Psychotherapeutin oder ärztlicher und psychologischer Psychotherapeut • Psychologin oder Psychologe (Diplom oder MA) • Sozialpädagogin oder Sozialpädagoge (Diplom oder MA) jeweils mit Anerkennung Zertifizierung „Psychoonkologie“

³ Leitlinienprogramm Onkologie | Psychoonkologie bei erwachsenen Krebspatienten | Januar 2014

5.4 Behandlungselement Entspannungstraining in der Gruppe

Inhaltliche Beschreibung	<p>Erlernen von Techniken, die durch Reduktion der Herzfrequenz und des Blutdruckes, sowie Abnahme des Muskeltonus die körperliche und seelische Anspannung reduzieren sowie das allgemeine Wohlbefinden fördern</p> <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	<p>je nach Themenschwerpunkt:</p> <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 nicht entzündlichen Krankheiten des Haltungs- und Bewegungsapparats

Inhaltliche Beschreibung	Am anatomischen Modell werden die möglichen Ursachen und Risiken für Osteoporose und Arthrose erläutert. Es werden spezielle Hinweise zur möglichen Therapie, insbesondere der endoprothetischen Versorgung gegeben.
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 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	3 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin oder Arzt • Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch Bachelorabschluss 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) • Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin oder staatlich geprüfter Gymnastiklehrer • Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

6.4 Behandlungselement Schulung bei entzündlichen Krankheiten des Haltungs- und Bewegungsapparats

Inhaltliche Beschreibung	Am anatomischen Modell werden die möglichen Ursachen für entzündliche Krankheiten des Haltungs- und Bewegungsapparates (einschließlich Morbus Bechterew) erläutert. Es werden spezielle Hinweise zu den möglichen therapeutischen Interventionen erläutert.
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 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	3 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) • Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung)

6.5 Behandlungselement Schulung bei Tumorerkrankung

Inhaltliche Beschreibung	Standardisiertes Schulungsprogramm für Rehabilitierende mit Tumorerkrankung
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende) • Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Kenntnissen zur Ursache, Diagnostik, Behandlung, Langzeitfolgen und Nachsorge bei orthopädischen Tumorerkrankungen • Informationen zu Hilfsangeboten, Bedeutung von Selbsthilfegruppen • Umgang und Bewältigung belastender Gefühle infolge orthopädischer Tumorerkrankungen • Vermittlung von Strategien zur Krankheitsverarbeitung und Stressbewältigung • Alltagstransfer
Empfehlung zur Dauer	60 Minuten
Frequenzempfehlung	6 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin oder Arzt • Psychologin oder Psychologe (BA, MA, Diplom) • Psychotherapeutin oder Psychotherapeut • Sozialarbeiterin oder Sozialarbeiter (Diplom oder min. BA) • Sozialpädagogin oder Sozialpädagoge (Diplom oder min. BA)

6.5.1 Behandlungselement Anleitung zur Anwendung von Port- und Sondensystem einzeln

Inhaltliche Beschreibung	Einzelberatung, ggf. unter Einbeziehung von An-/Zugehörigen in Bezug auf die Möglichkeiten von Port- und Sondensystemen und dem Umgang damit.
Leistungsart	Einzelberatung
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Befähigung zum selbstständigen und sachgemäßen Umgang, soweit dies von medizinischen Laien zu bewerkstelligen ist. • Erkennen von Grenzen der Selbsthilfefähigkeit und Einbeziehung von Fachpersonal.
Empfehlung zur Dauer	15 Minuten
Frequenzempfehlung	individuell
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin oder Arzt • Medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder Medizinischer Fachangestellter/geschulter MTA • Examierte Pflegefachkraft

6.6 Behandlungselement Anleitung zur Anwendung der Prothese, einzeln

Inhaltliche Beschreibung	Individuelle Anleitung zur Anwendung einer Prothese, z. B. Beinprothese
Leistungsart	Einzeltherapie)
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Befähigung zur selbständigen sachgemäßen Anwendung der Prothese • Hilfe zur Selbsthilfe
Empfehlung zur Dauer	30 – 60 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x pro Aufenthalt
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung) • Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung) • Orthopädie-Technikerin oder Orthopädie-Techniker

6.7 Behandlungselement Individuelle Anleitung zur Anwendung einer Orthese, einzeln

Inhaltliche Beschreibung	Individuelle Anleitung zur Anwendung einer Orthese
Leistungsart	Einzeltherapie
Therapieziele	<ul style="list-style-type: none"> • Befähigung zur selbständigen sachgemäßen Anwendung einer Orthese • Hilfe zur Selbsthilfe
Empfehlung zur Dauer	15 – 30 Minuten
Frequenzempfehlung	1 x pro Aufenthalt
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ergotherapeutin oder Ergotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung) • Krankengymnastin oder Krankengymnast/Physiotherapeutin oder Physiotherapeut (auch BA mit staatlicher Anerkennung) • Orthopädie-Technikerin oder Orthopädie-Techniker

6.8 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 Psychologe (Diplom oder MA) • Psychotherapeutin oder Psychotherapeut • Sozialarbeiterin oder Sozialarbeiter und Sozialpädagogin oder Sozialpädagoge (Diplom oder BA) mit Anerkennung als Suchttherapeut • Ärztin oder Arzt

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

Inhaltliche Beschreibung	<p>Standardisiertes Schulungs- und Behandlungsprogramm für Rehabilitierende mit oraler Gerinnungshemmung.</p> <p>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.</p>
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

	<ul style="list-style-type: none"> • Rehabilitand 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"> ○ examinierte Pflegefachkraft, ○ Medizinische Fachangestellte/ MTA oder Medizinischer Fachangestellter/ MTA

6.10 Behandlungselement Schulung bei chronischen Schmerzen

Inhaltliche Beschreibung	Standardisierte Schulung zum Spezifikum des chronischen Schmerzes, zur Abgrenzung akuter und chronischer Schmerz, zur Schmerzverarbeitung und Empfindung sowie den Umgang mit chronischen Schmerzen. Es werden Ursachen und Risiken sowie deren Prognose und therapeutische Interventionen erläutert.
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	50 Minuten
Frequenzempfehlung	3 x pro Maßnahme
Berufsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin oder Arzt • Psychologin oder Psychologe (Diplom oder MA)

6.11 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 Maßnahmen
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 • Psychologin oder Psychologe (Diplom oder MA)

6.12 Behandlungselement Schulung bei Diabetes mellitus

Inhaltliche Beschreibung	Strukturierte Schulungsprogramme Diabetes mellitus Typ2 (und Typ1)
Leistungsart	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppe (3 – 5 Rehabilitierende) • Gruppentherapie (max. 12 Rehabilitierende)
Therapieziele	<p>Siehe übergeordnete Ziele oben, sowie:</p> <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 • Diabetesberaterin oder Diabetesberater DDG oder Diabetesfachkraft, z. B. <ul style="list-style-type: none"> ○ Examinierte Pflegefachkraft, ○ Medizinische Fachangestellte/geschulte MTA oder Medizinischer Fachangestellter/geschulter MTA, ○ Diätassistentin oder Diätassistent, ○ Oecotrophologin oder Oecotrophologe (Diplom oder min. BA), ○ Ernährungswissenschaftlerin oder Ernährungswissenschaftler (Diplom oder min. BA)

7 Behandlungsgruppe Ernährung

7.1 Behandlungselement Ernährungsberatung

Inhaltliche Beschreibung	<p>Information über eine „ausgewogene Ernährung“, um einem vorzeitigen Gelenkverschleiß entgegenzuwirken bzw. geschädigte Gelenke durch ein Normalgewicht zu entlasten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beachtung gendermedizinischer Aspekte (Lebensmittelauswahl, Grundumsatz, Bedarf 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, einschließlich standardisierter Schulung bei nicht entzündlichen Krankheiten des Bewegungsapparates
6. Curriculum Arthrose und Endoprothese, DRV Bund, 2021
7. Curriculum Chronischer Schmerz, DRV Bund 2019
8. Curriculum Osteoporose, DRV Bund 2019
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
12. Curriculum Tumorerkrankung, Standardisierte Patientenschulung, DRV Bund, 2019
13. Leitlinienprogramm Onkologie | Psychoonkologie bei erwachsenen Krebspatienten | Januar 2014 (derzeit in Aktualisierung)