

# Neue Wege in der Rehabilitation

**Rehabilitation bedeutet Unterstützung auf dem Weg zurück in die Berufstätigkeit und das Hintanhalten eines Pflegebedarfs. Dabei hat die PVA im vergangenen Jahr mit dem RehaJET® neue Maßstäbe gesetzt.**

Jährlich absolvieren rund 30.000 Menschen eine Rehabilitation in einer der 17 eigenen Einrichtungen – 15 stationäre sowie 2 ambulante Rehabilitationszentren – der Pensionsversicherungsanstalt (PVA).

Der RehaJET® (Rehabilitation für Job, Erwerbsfähigkeit und Teilhabe), ein mehrstufiges Angebot im Rahmen von Rehabilitationsverfahren, bietet erstmals eine Verknüpfung zwischen der medizinischen und der beruflichen Rehabilitation. Ziel ist die bestmögliche berufliche Teilhabe und der längere Verbleib im Arbeitsleben. Dies gelingt durch eine individuell abgestimmte Herangehensweise an den Heilungsverlauf. Denn jeder Beruf erfordert unterschiedliche Bewegungsabläufe, die es nach einer schweren Erkrankung speziell zu trainieren gilt.

## Zurück in die Berufstätigkeit

In der Stufe 1 des RehaJET® werden erste Maßnahmen zur Auseinandersetzung mit beruflichen und auch sozialen Problemlagen gesetzt.

Wenn nötig, folgt Stufe 2 in einem der drei Kompetenzzentren der PVA (Rehabilitationszentren Bad Hofgastein, Gröbming und Zentrum für ambulante Rehabilitation Graz).

Diese Stufe umfasst eine gezielte berufsbezogene Diagnostik mittels spezieller funktionaler Verfahren zur Erhebung der Leistungsfähigkeit sowie ein individuelles, auf den jeweiligen Arbeitsplatz zugeschnittenes Arbeitssimulationstraining im sogenannten Workpark®. In diesen eigens errichteten Trainingsräumen können die spezifischen Körperbewegungen des jeweiligen Berufs simuliert und trainiert werden. Am Ende des Programms soll ein ganzer Arbeitstag nachgestellt werden.

## Tele-Reha als Begleitung im Alltag

Auch im Anschluss an eine Rehabilitation, bei der Nachbetreuung, startete die PVA kürzlich eine neue, innovative Methode. Mit der eigens entwickelten „RehaApp“ wird erstmals eine telemedizinische Maßnahme getestet.

Telerehabilitation, gesetzlich verankert seit 1. Jänner 2019, ist eine universell einsetzbare Möglichkeit, längerfristige Rehabilitationserfolge durch computerunterstützte Maßnahmen zu erzielen und die Ergebnisse zu dokumentieren. Sie hat nicht die Aufgabe, eine ganztägige Rehabilitationsleistung zu ersetzen, sondern dient dazu, das während der Rehabilitation Erlernte in den Alltag zu übertragen, zu stabilisieren und weiterentwickeln zu können.

Die gemeinsam mit der Fachhochschule Salzburg – Fachbereich Multimediale Technologie – entwickelte App ist für Patientinnen und Patienten mit Herzerkrankungen gedacht. Eine Studie in mehreren auf Herzkrankheiten spezialisierten Rehazentren der PVA soll in den kommenden Jahren die Wirksamkeit dieser Methode untersuchen. Neben den grundlegend wichtigen Gesundheitsdaten wie Blutdruck, Herzfrequenz und Gewicht dokumentiert die App auch das Wohlbefinden. Und sie erinnert auch an die Einnahme der Medikamente und an das körperliche Training. Damit werden Menschen nach absolvierter Rehabilitation ermutigt, ihre begonnene gesündere Lebensweise weiterzuführen – für eine nachhaltige Verbesserung des Gesundheitszustandes. ::

**Pensionsversicherungsanstalt  
Friedrich-Hillegeist-Straße 1  
A-1021 Wien  
[www.pensionsversicherung.at](http://www.pensionsversicherung.at)**

