

Meine Gesundheitszentren

Ambulante medizinische Rehabilitation



Inhaltsverzeichnis

Umfangreiches Therapieangebot	3
Wer?	5
Wann?	5
Meine Vorteile.....	6
Reha-Antrag.....	7
Ambulante Reha-Programme in OÖ.....	8
Medizinisches Angebot.....	9
Qualitätssicherung	10
Netzwerk Hilfe	10
Weitere Informationen	11



Umfangreiches Therapieangebot

Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) bietet Ihnen in den vier oberösterreichischen Gesundheitszentren die Möglichkeit der ambulanten Rehabilitation.

Mit einer ambulanten Rehabilitation soll Ihr Gesundheitszustand soweit wiederhergestellt werden, dass Sie Ihr bisheriges Leben möglichst lange und ohne fremde Hilfe weiterführen können. Dazu werden auch Ihre Angehörigen in die Rehabilitation miteinbezogen.



Wer?

Die ambulante medizinische Rehabilitation kann grundsätzlich von allen Versicherten in Anspruch genommen werden. Sie müssen dafür aber einige Voraussetzungen erfüllen:

- Sie sind in der Lage, mehrmals wöchentlich selbständig (oder mit Fahrdienst) in das Gesundheitszentrum zu kommen. Dazu sollte die **Anfahrt ins Gesundheitszentrum nicht länger als 30 bis maximal 45 Minuten** sein.
- Ihre Versorgung zuhause ist für die Zeit der Rehabilitation gesichert. **Die ambulante Rehabilitation enthält keine Verpflegung.**
- Sie müssen ausreichend belastbar sein, um an den Therapien aktiv teilnehmen zu können.

Wir laden Sie daher zunächst zu einer Erstuntersuchung durch unsere Ärztin bzw. unseren Arzt ein. Dabei wird Ihre Eignung für eine ambulante Rehabilitation abgeklärt.

Wann?

Eine ambulante medizinische Rehabilitation kann

- einen stationären Aufenthalt in einem Rehazentrum ersetzen.
- eine verkürzte stationäre Rehabilitation ambulant fortsetzen.
- an eine stationäre Rehabilitation anschließen.

Je nach Schweregrad Ihrer Funktions- und Aktivitätseinschränkung ist eine **Therapiezeit von täglich zwei bis vier Stunden an zwei bis fünf Tagen pro Woche** vorgesehen. Als Anschlussheilverfahren nach einer akuten Erkrankung sind für die ambulante Rehabilitation sechs bis zehn Wochen vorgesehen. Als fortführende Rehabilitation nach einer stationären Rehabilitation bis zu sechs Monate.

**Tagsüber in Therapie –
abends zuhause:
Ein großer Vorteil für
viele Patientinnen und
Patienten.**

Meine **Vorteile**



Sie können die **Therapien wohnortnahe machen**. Sie wohnen während der Rehabilitation zuhause. Wenn nötig, beraten und unterstützen wir Sie bei notwendigen Veränderungen oder Adaptierungen in Ihrer Wohnung bzw. im häuslichen Umfeld (z.B.: Transferhilfen, Treppenlift, Duschgriffe, usw.).



Ihre **Angehörigen werden** durch spezielle Schulungen intensiv **miteinbezogen**.



Ihr **Rehabilitations- und Therapieziel** wird gemeinsam mit Ihnen, Ihren Angehörigen und dem Reha-Team festgelegt.



Wir fördern Ihre **stufenweise Wiedereingliederung** in Ihr Wohnumfeld und in den Arbeitsprozess.



Wir können die Rehabilitation **flexibel und individuell** auf Ihre Situation zugeschnitten planen.



Sie können die Rehabilitation schon **vor Ihrer Operation vereinbaren**.



goodluz/shutterstock.com

Reha-Antrag

Wenn Sie an einer ambulanten medizinischen Rehabilitation interessiert sind, müssen Sie zunächst einen Antrag stellen. Dies geschieht entweder durch das Krankenhaus, das stationäre Reha-Zentrum oder Ihre Hausärztin bzw. Ihren Hausarzt. Auch das „Netzwerk Hilfe“ der ÖGK in Oberösterreich bietet dazu umfangreiche Unterstützung und Beratung an.

Wenn Ihr Antrag auf ambulante Rehabilitation bewilligt wurde und Sie die Rehabilitationsvoraussetzungen erfüllen, erhalten Sie Ihre Termine für die Rehabilitation. Unsere Ärztin bzw. unser Arzt legt zunächst Ihr Rehabilitationsprogramm fest. Unser Reha-Team begleitet Sie in den nächsten Wochen durch die Therapien.

Ambulante Reha- Programme in ÖÖ

In den Gesundheitszentren für Physikalische Medizin und ambulante Rehabilitation der ÖGK in Oberösterreich werden folgende Rehabilitationsprogramme angeboten:

Mein Gesundheitszentrum Linz:

- Rehabilitation neurologischer Erkrankungen (z.B. Schlaganfall, Multiple Sklerose)
- Rehabilitation des Bewegungs- und Stützapparates (z.B. Hüft- und Knieprothese)
- Rehabilitation bei chronifiziertem Rückenschmerz (länger als drei Monate durchgehende Schmerzen bzw. Arbeitsunfähigkeit)

Mein Gesundheitszentrum Steyr, Vöcklabruck und Wels:

- Rehabilitation neurologischer Erkrankungen (z.B. Schlaganfall, Multiple Sklerose)
- Rehabilitation des Bewegungs- und Stützapparates (z.B. Hüft- und Knieprothese)
- Rehabilitation der Wirbelsäule

Qualitätsgesicherte
und wirksame
Therapien.



Medizinisches Angebot:

In den vier Gesundheitszentren der ÖGK in Oberösterreich werden Sie von interdisziplinären Reha-Teams betreut. Diese bestehen aus einer Fachärztin bzw. einem Facharzt für Physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation und gut ausgebildetem medizinischen Fachpersonal. Die Reha-Teams gewährleisten Ihre optimale medizinische Betreuung.

Leistungen:

- Fachärztliche Betreuung
- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Logopädie
- Rehabilitative Pflege
- Psychologische Betreuung
- Ernährungsberatung
- Hydrotherapie
- Massage und Elektrotherapie
- Wärme- und Kältetherapie
- Sozialberatung und Betreuung durch das „Netzwerk Hilfe“

Modern und hochwertig

Qualitätssicherung

Nach Abschluss des Reha-Programmes besprechen wir mit Ihnen, ob Sie Ihr Rehabilitationsziel erreicht haben. Dies geschieht auf Basis von modernen wissenschaftlichen Methoden. Die Österreichische Gesundheitskasse hat ihr ambulantes Reha-Programm von unabhängigen Experten überprüfen lassen. Die Gutachten bestätigen, dass das ÖGK-Programm qualitativ höchsten Ansprüchen und den internationalen Richtlinien voll entspricht.

Netzwerk Hilfe

Begleitend zur Rehabilitation wird das „Netzwerk Hilfe“ der ÖGK in Oberösterreich aktiviert. Sie werden von speziell ausgebildeten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in allen Angelegenheiten des täglichen Bedarfs bestmöglich unterstützt. Gemeinsam wird ein Versorgungsplan entwickelt, mit dem konkrete Ziele vereinbart werden. So wird eine kontinuierliche Versorgung auch nach Ihrer Rehabilitation gewährleistet. Dazu gehören z.B. die Beschaffung von Heilbehelfen oder Hilfsmitteln, die Beantragung von Pflegegeld, die Teilnahme an Selbsthilfegruppen und vieles mehr.



Hervorragend ausgebildete und kompetente Therapeutinnen und Therapeuten.



Weitere Informationen

Weitere Informationen erhalten Sie in den jeweiligen Gesundheitszentren der ÖGK unter den Telefonnummern:

Mein Gesundheitszentrum Linz: +43 5 0766-14503100

Mein Gesundheitszentrum Steyr: +43 5 0766-14323100

Mein Gesundheitszentrum Vöcklabruck: +43 5 0766-14363100

Mein Gesundheitszentrum Wels: +43 5 0766-14373100

oder auf unserer Homepage: www.gesundheitskasse.at
unter der Rubrik: Versicherte • OÖ auswählen • Leistungen
bei Krankheit • Spital, Reha & Kur

Medieninhaber, Herausgeber und Redaktion:

Österreichische Gesundheitskasse
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien
www.gesundheitskasse.at/impressum

Druck: ÖGK Hausdruckerei Wien
Bildquellen: shutterstock.com
Satz- und Druckfehler vorbehalten.