

## Fachkonzept „T-RENA®“

- **Trainingstherapeutische Reha-Nachsorge**
- **Anlage 2b zum Rahmenkonzept zur  
Nachsorge nach medizinischer  
Rehabilitation**

## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>BEDEUTUNG DER TRAININGSTHERAPEUTISCHEN REHABILITATIONSNACHSORGE (T-RENA®)</b> .....	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>ZIELE VON T-RENA®</b> .....	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>VORAUSSETZUNGEN FÜR T-RENA®</b> .....	<b>4</b>
3.1	RECHTLICHE GRUNDLAGE .....	4
3.2	ANSPRUCHSBERECHTIGUNG .....	4
3.3	ALLGEMEINE VORAUSSETZUNGEN .....	5
3.4	SPEZIFISCHE VORAUSSETZUNGEN .....	5
<b>4</b>	<b>EINLEITUNG VON T-RENA®</b> .....	<b>6</b>
4.1	FESTSTELLUNG DES T-RENA®-BEDARFS.....	6
4.2	VEREINBARUNG DES NACHSORGE-ERSTTERMINS WÄHREND DER MEDIZINISCHEN REHABILITATION .....	6
4.3	ÜBERMITTLUNG VON INFORMATIONEN AN DEN NACHSORGE-THERAPEUTEN .....	6
4.4	INFORMATIONEN FÜR VERSICHERTE ÜBER T-RENA® .....	7
<b>5</b>	<b>DURCHFÜHRUNG VON T-RENA®</b> .....	<b>7</b>
5.1	BEGINN/ABSCHLUSS, UNTERBRECHUNG SOWIE WECHSEL .....	7
5.2	DURCHFÜHRUNGSFORM .....	8
5.2.1	Gruppentraining .....	8
5.2.2	Sonderform: T-RENA® in Form von Einzeltraining .....	9
5.3	INHALTLICHE AUSGESTALTUNG VON T-RENA® .....	9
5.4	DOKUMENTATION .....	10
5.4.1	Abschlussdokumentation und Abrechnung .....	10
5.4.2	Verlaufsdokumentation .....	10
<b>6</b>	<b>NACHSORGEEINRICHTUNGEN UND -THERAPEUTEN</b> .....	<b>11</b>
<b>7</b>	<b>VERGÜTUNG</b> .....	<b>12</b>
<b>8</b>	<b>FAHRKOSTEN</b> .....	<b>12</b>
<b>9</b>	<b>ABGRENZUNG VON T-RENA®</b> .....	<b>12</b>
9.1	... ZU DEM MULTIMODALEN PROGRAMM „IRENA®“ .....	12
9.2	... ZU REHABILITATIONSSPORT .....	13
9.3	... ZU FUNKTIONSTRAINING .....	13
9.4	... ZU KRANKENGYMNASTIK/PHYSIOTHERAPIE .....	13
9.5	... ZU KRAFTTRAINING IM FITNESS-STUDIO .....	13
<b>10</b>	<b>KOMBINATIONSMÖGLICHKEITEN VON NACHSORGEANGEBOTEN</b> .....	<b>13</b>
<b>11</b>	<b>ÜBERSICHT ÜBER DEN GESAMTEN VERFAHRENSABLAUF VON T-RENA®</b> .....	<b>14</b>

*Die Konzeption betrifft selbstverständlich alle Menschen. Im Text haben wir uns zugunsten der Lesbarkeit für die männliche Form entschieden.*

## **1 Bedeutung der Trainingstherapeutischen Rehabilitationsnachsorge (T-RENA®)**

Die medizinische Rehabilitation der Rentenversicherung stellt eine wichtige Säule unseres Gesundheitswesens dar. Um den durch die Leistung zur medizinischen Rehabilitation eingetretenen Erfolg weiter zu verbessern oder nachhaltig zu sichern, können im Anschluss an eine stationäre oder ganztägig ambulante medizinische Rehabilitation nachgehende Leistungen erforderlich sein. Gesundheitsbezogene Verhaltens- und Lebensstiländerungen, die Entwicklung eines adäquaten Umgangs mit einer Erkrankung sowie Verhaltens- und Lebensänderungen im Erwerbskontext sind oft länger andauernde (Lern-) Prozesse, die vielfach eine in der Regel wohnortnahe (berufsbegleitende) Fortführung der begonnenen Therapien notwendig machen. In der Nachsorgephase sollen insbesondere Eigenaktivitäten gefördert und damit die in der Rehabilitation geweckten Selbsthilfepotentiale gestärkt werden (vgl. dazu das Rahmenkonzept zur Reha-Nachsorge der Deutschen Rentenversicherung, online: [www.reha-nachsorge-drv.de](http://www.reha-nachsorge-drv.de)).

Bei Menschen mit Beeinträchtigungen am Haltungs- und Bewegungsapparat (ungeachtet der Grunderkrankung) ist die Trainingstherapeutische Reha-Nachsorge (T-RENA®) von besonderer Bedeutung, da die Steigerung der allgemeinen und speziellen Leistungs- und Belastungsfähigkeit durch gerätegestütztes Training insbesondere in Bezug auf das Erwerbsleben einen hohen Stellenwert für die medizinische Rehabilitation der Rentenversicherung besitzt. Während der Leistung zur medizinischen Rehabilitation fehlen zumeist die Möglichkeit zur praktischen Erprobung neuer Fertigkeiten im Alltagskontext sowie die Sicherheit in der Anwendung des Gelernten im Lebensumfeld und im Erwerbsleben. Zur Stabilisierung eines gesundheitsfördernden Bewegungs- und Sportverhaltens muss am Wohnort Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer weiter trainiert werden.

Da für die Erreichung der trainingstherapeutischen Nachsorgeziele bei dem Versicherten eine Leistungsfähigkeit von mindestens drei Stunden bezogen auf den allgemeinen Arbeitsmarkt vorliegen und das durchgeführte Gerätetraining nach einem individuellen Trainingsplan erfolgen muss, reichen Rehabilitationssport oder Funktionstraining für die Begleitung dieses Prozesses nicht aus. Deshalb ist es sinnvoll, die Festigung der Rehabilitationsergebnisse und den Transfer des Gelernten durch eine spezielle Trainingstherapeutische Reha-Nachsorge (T-RENA®) sicherzustellen.

Die Bedeutung von Reha-Nachsorge für den Langzeiterfolg der Leistungen zur medizinischen Rehabilitation ist wissenschaftlich erwiesen.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Vgl. dazu [www.reha-wissenschaften-drv.de](http://www.reha-wissenschaften-drv.de)

## **2 Ziele von T-RENA®**

T-RENA® ist eine unimodale Nachsorgeleistung, die dem Versicherten helfen soll, das in der Rehabilitationseinrichtung Gelernte in die Zeit nach der medizinischen Rehabilitation zu übertragen und bei der Einleitung etwaiger erforderlicher weiterführender Maßnahmen in ihrem gewohnten Umfeld zu nutzen.

Die Leistungserbringung in der Reha-Nachsorge folgt 3 Grundprinzipien:

- Individualisierung
- Berufliche Orientierung
- Übergang in Eigenaktivität.

Ziel ist die Vertiefung und Stabilisierung der in der Rehabilitationseinrichtung erreichten Therapieerfolge für die persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Lebensbereiche des Versicherten. Die Nachsorgeziele sollen dabei in einem erkennbaren Zusammenhang mit dem Rehabilitationsauftrag der gesetzlichen Rentenversicherung stehen und Aspekte der beruflichen Integration berücksichtigen.

T-RENA® wird auch als Muskelaufbautraining, Medizinische Trainingstherapie oder Krafttraining an medizinischen Geräten bezeichnet. Mittels eines gezielten Kraft-, Koordinations- und Ausdauertrainings wird die Belastbarkeit des Muskel- und Skelettsystems sowie des Herz-Kreislaufsystems erhalten und gesteigert.

Neben den oben genannten trainingspezifischen Nachsorgezielen von T-RENA® sind auch allgemeine Nachsorgeziele von T-RENA® bedeutsam, hierbei insbesondere: Erzielen einer ausreichenden Belastbarkeit in Alltag und Beruf, Ressourcenstärkung sowie Auseinandersetzung mit Regeneration außerhalb der Arbeitszeit.

## **3 Voraussetzungen für T-RENA®**

### **3.1 Rechtliche Grundlage**

Die Deutsche Rentenversicherung erbringt Reha-Nachsorge bei Beeinträchtigungen am Haltungs- und Bewegungsapparat (ungeachtet der Grunderkrankung) auf der Grundlage von § 17 SGB VI.

### **3.2 Anspruchsberechtigung**

Anspruchsberechtigt können Versicherte sein,

- die zuvor eine Leistung zur medizinischen Rehabilitation nach § 15 SGB VI abgeschlossen haben und
- denen in der Regel vom behandelnden Arzt der Rehabilitationseinrichtung eine Nachsorgeleistung empfohlen wurde und
- bei denen eine positive Erwerbsprognose vorliegt oder
- die bei Entlassung aus der Rehabilitationsbeinrichtung eine Leistungsfähigkeit von mindestens 3 Stunden auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt aufweisen.

**Keine** Ausschlussgründe sind

- ein Antrag auf Rente wegen verminderter Erwerbsfähigkeit
- Arbeitslosigkeit
- Arbeitsunfähigkeit
- eine stufenweise Wiedereingliederung nach der Rehabilitation
- eine Empfehlung zur Prüfung von Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben durch die Rehabilitationseinrichtung.

### **3.3 Allgemeine Voraussetzungen**

Die Empfehlung von T-RENA® im Anschluss an eine Leistung zur medizinischen Rehabilitation ist möglich, wenn das übergeordnete Ziel der Rentenversicherung, der Erhalt oder die Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit im Erwerbsleben, durch die Leistung zur medizinischen Rehabilitation grundsätzlich erreicht worden ist, einzelne Teilziele aber noch optimiert werden können, um das übergeordnete Ziel zu sichern bzw. die nachhaltige Erreichung des Ziels nicht zu gefährden.

Reha-Nachsorge ist in folgenden Fällen indiziert:

- Das jeweilige Teilziel der Rehabilitation ist zwar erreicht, es bedarf jedoch weiterer Leistungen, um nachhaltig in den Alltag und das Erwerbsleben integriert zu werden und so den Erfolg der Rehabilitationsleistung zu sichern.
- Das jeweilige Teilziel ist im Rahmen der vorangegangenen Rehabilitation weitgehend, aber noch nicht vollständig erreicht. Die Nachsorge ist dann Voraussetzung für die vollständige Erreichung des Teilziels, z. B. durch weitere Verbesserung noch eingeschränkter Funktionen und Fähigkeiten, die Verstetigung von Lebensstil- und Verhaltensänderungen, den nachhaltigen Transfer des Gelernten in Alltag und Beruf oder auch die Förderung der Selbstmanagementkompetenzen der Versicherten.

### **3.4 Spezifische Voraussetzungen**

Eine Indikation für T-RENA® liegt vor:

- bei Beeinträchtigungen bzw. Funktionseinschränkungen am Haltungs- und Bewegungsapparat (unabhängig von der Reha-Entlassungsdiagnose).

Die Indikation ist insbesondere gegeben, wenn trainingstherapeutische Leistungen bereits mit Erfolg in der Rehabilitation eingesetzt wurden und bei Weiterführung des Trainings zu erwarten ist, dass sowohl die erreichten Reha-Ziele im Hinblick auf Beweglichkeit, Koordination, Kraft, Ausdauer und Schmerzreduktion stabilisiert werden, als auch ein gesundheitsförderndes Bewegungs- und Sportverhalten durch das regelmäßige Training über einen mehrmonatigen Zeitraum aufrecht erhalten werden kann.

## **4 Einleitung von T-RENA®**

### **4.1 Feststellung des T-RENA®-Bedarfs**

Die Entscheidung über die Notwendigkeit von Nachsorgeleistungen wird in der Regel durch den behandelnden Arzt der Rehabilitationseinrichtung aus dem Verlauf der Leistung zur medizinischen Rehabilitation und unter Beachtung der oben dargestellten Voraussetzungen (siehe Ziffer 3) getroffen. Aus diesem Grund ist es erforderlich, dass die Rehabilitationseinrichtung den Nachsorgebedarf in Art und Umfang im Einzelfall feststellt und T-RENA® als Nachsorge empfiehlt. Zusammen mit dem Rehabilitanden wird ein Nachsorgeplan erarbeitet. Dieser enthält u. a. konkrete Nachsorgeziele.

Der Versicherte muss der Leistung zur Nachsorge zustimmen. Die dann erstellte T-RENA®-Empfehlung gilt als Kostenzusage, eine gesonderte Bescheiderteilung durch den Rentenversicherungsträger erfolgt nicht.

Wird im Einzelfall erst im Nachhinein ein Nachsorgebedarf erkennbar, kann der Versicherte innerhalb von vier Wochen nach Abschluss der medizinischen Rehabilitation einen Antrag bei dem zuständigen Rentenversicherungsträger stellen. Dieser kontaktiert die vorangegangene Reha-Einrichtung, die dann ggf. nachträglich eine Empfehlung ausstellt. Wird keine Empfehlung ausgesprochen, kann ggf. über den Versicherten ein begründetes ärztliches Votum eingeholt werden.

Zuständiger Rentenversicherungsträger und damit Ansprechpartner ist der Träger, der auch die Kosten für die ursprüngliche Leistung zur medizinischen Rehabilitation getragen hat.

### **4.2 Vereinbarung des Nachsorge-Ersttermins während der medizinischen Rehabilitation**

Bereits aus der Rehabilitationseinrichtung heraus stellt der Versicherte ggf. mit Unterstützung des behandelnden Arztes / Fachtherapeuten / Sozialdienstes (Nachsorgebeauftragten) den Kontakt zur Nachsorgegruppe / zum Nachsorgetherapeuten her und vereinbart einen ersten Nachsorgetermin.

Die empfohlenen Nachsorgeangebote sollen wohnortnah innerhalb einer angemessenen Zeit erreichbar sein. Die zeitnahe Verfügbarkeit eines Angebotes ist bereits während des Prozesses der Einleitung von T-RENA® zu prüfen.

### **4.3 Übermittlung von Informationen an den Nachsorge-Therapeuten**

Die Rehabilitationseinrichtung muss sicherstellen, dass dem nachbehandelnden Nachsorgetherapeuten alle erforderlichen Patienteninformationen zugänglich gemacht werden, d. h. die T-RENA®-Empfehlung enthält u.a. Angaben zum erwerbsbezogenen Status des Versicherten, zu den bisherigen Therapien und deren Ergebnissen, eine Definition der Nachsorgeziele sowie den Trainingsplan des Versicherten aus der vorangegangenen medizinischen Rehabilitation.

Diese Informationen sind dem Nachsorgetherapeuten zeitnah zur Verfügung zu stellen (Zusendung oder Übergabe durch den Rehabilitanden). Hierfür muss das schriftliche Einverständnis des Versicherten noch während der Leistung zur medizinischen Rehabilitation eingeholt werden.

#### **4.4 Informationen für Versicherte über T-RENA®**

Die Rehabilitationseinrichtungen informieren ihre Rehabilitanden in geeigneter Weise über die Möglichkeiten der Reha-Nachsorge (mündlich, elektronisch und/oder in Papierform). In den Rehabilitationseinrichtungen, die Versicherte der Deutschen Rentenversicherung mit Beeinträchtigungen am Haltungs- und Bewegungsapparat (ungeachtet der Grunderkrankung) behandeln, liegt ein Merkblatt bzw. Informationsflyer für Versicherte aus.

### **5 Durchführung von T-RENA®<sup>2</sup>**

#### **5.1 Beginn/Abschluss, Unterbrechung sowie Wechsel**

Die Versicherten sollen T-RENA® möglichst innerhalb von 4 Wochen, jedoch spätestens 6 Wochen nach Beendigung der medizinischen Rehabilitation aufnehmen und spätestens innerhalb von 6 Monaten, bei einer Verlängerung mit Bedarfsfeststellung 12 Monate nach Ende der Leistung zur medizinischen Rehabilitation abschließen. Eine Leistungserbringung über die 12 Monate hinaus ist ausgeschlossen.

Grundsätzlich ist eine Fortführung von T-RENA® nach kurzfristiger, begründeter Unterbrechung der Teilnahme zulässig. Nach 4 Wochen Unterbrechung wird eine Fortsetzung der Trainingstherapie aus medizinisch-therapeutischer Sicht nicht mehr als sinnvoll erachtet. Nach einer durchgehenden Unterbrechung von mehr als 6 Wochen ist die Fortführung von T-RENA® ausgeschlossen und einem Abbruch gleichzusetzen. In diesem Fall kann eine erneute T-RENA® erst wieder nach einer weiteren Leistung zur medizinischen Rehabilitation beantragt werden.

Die Fortführung von T-RENA® ist grundsätzlich ausgeschlossen, wenn eine erneute medizinische Rehabilitation begonnen wird. Der Bedarf für eine weitere Nachsorgeleistung wird am Ende der erneuten Leistung zur medizinischen Rehabilitation festgestellt.

Der Versicherte kann bei 3-maligem unentschuldigtem Fehlen, bei mangelnder Trainingsmotivation oder bei Fehlverhalten vom Leistungserbringer vorzeitig vom Training ausgeschlossen werden.

Muss der Versicherte, beispielsweise aufgrund eines Umzugs in eine andere Stadt, die T-RENA®-Einrichtung bzw. den T-RENA®-Therapeuten wechseln, sollte er zunächst mit dem aktuellen T-RENA®-Anbieter klären, ob ein Einrichtungs- oder Therapeutenwechsel möglich ist und wie die Nachsorge in einer anderen Einrichtung bzw. bei einem anderen Therapeuten fortgesetzt werden

---

<sup>2</sup> Vgl. dazu Übersicht über den gesamten Verfahrensablauf von T-RENA in Kapitel 11.

kann. Der T-RENA®-Therapeut unterstützt den Versicherten dabei, einen anderen geeigneten Behandler zu finden.

Die noch nicht in Anspruch genommenen T-RENA®-Behandlungseinheiten können auf die neue Einrichtung bzw. den neuen Therapeuten übertragen werden. Ein Wechsel bedeutet also nicht, dass T-RENA® von vorne begonnen werden kann. D.h. der Umfang der Behandlungseinheiten erhöht sich nicht. Ein Wechsel ist nur möglich, wenn innerhalb des gleichen Nachsorgeverfahrens gewechselt wird, d.h. Behandlungseinheiten aus einer alten T-RENA®-Leistung können nur auf eine neue T-RENA®-Einrichtung übertragen werden. Dabei zu beachten ist, dass T-RENA® spätestens nach 6 Monaten, bei Verlängerung spätestens nach 12 Monaten, nach Ende der vorangegangenen Rehabilitation abgeschlossen sein muss.

Der Rentenversicherungsträger wird vom bisherigen T-RENA®-Anbieter über den Einrichtungs-/Therapeutenwechsel informiert (Nennung der Form der Nachsorge, des neuen Nachsorge-Leistungserbringers inklusive Adresse, Beginn der Nachsorge bei dem neuen Leistungserbringer, Versichertennummer, Diagnose gemäß ICD-10, Stempel der Einrichtung/Unterschrift). Bei einem Wechsel stellt der alte Nachsorgeanbieter dem neuen Nachsorgeanbieter alle notwendigen Behandlungsinformationen für eine Übergabe zur Verfügung. Der bisherige Nachsorge-Therapeut sendet die Rechnung für die bisher erbrachten Nachsorgeleistungseinheiten inklusive Abschlussdokumentation (mit Begründung des Wechsels) dem jeweiligen Rentenversicherungsträger zu.

## 5.2 Durchführungform

T-RENA® wird grundsätzlich **in der Gruppe** durchgeführt.

Ein *Einzeltraining* ist in Ausnahmefällen möglich, wenn keine Gruppen zustande kommen (siehe Ziffer 5.2.2).

### 5.2.1 Gruppentraining

In der Regel umfasst T-RENA® 26 Behandlungseinheiten (zzgl. Einweisungstraining), die in einer offenen Gruppe bei einer Gruppengröße von bis zu 12 Personen stattfinden.

Die Dauer der Behandlungseinheiten beträgt jeweils 60 Minuten. Die erste Behandlungseinheit à 60 Minuten erfolgt üblicherweise als Einzelleistung zur Einführung in T-RENA® und Abstimmung des Trainingsplans mit dem Versicherten (einmaliges Einweisungstraining).

T-RENA® ist kontinuierlich durchzuführen. Aus trainingstherapeutischen Gesichtspunkten sollten zwei Termine pro Woche stattfinden. Um ein Übertraining in Folge zu kurzer Regenerationszeiten zwischen den Trainingseinheiten zu verhindern, darf nicht an aufeinanderfolgenden Tagen trainiert werden. Die Ruhetage (ein bis drei Tage) richten sich nach der individuellen Regenerationsfähigkeit der Teilnehmer.

Sofern im Einzelfall 26 Behandlungseinheiten nicht ausreichen, um das Nachsorgeziel zu erreichen, ist nach individueller Bedarfsfeststellung eine Verlängerung um bis zu weitere 26 Behandlungseinheiten möglich. Die Nachsorgeeinrichtung muss eine Verlängerung von T-RENA® bei dem zuständigen Rentenversicherungsträger anzeigen und begründen. Die weiteren Behandlungseinheiten (Aufstockung) müssen innerhalb des Zeitrahmens von 12 Monaten nach Ende der vorangegangenen Leistung zur medizinischen Rehabilitation abgeschlossen sein.

### **5.2.2 Sonderform: T-RENA® in Form von Einzeltraining**

T-RENA® kann in Ausnahmefällen als Einzeltraining erbracht werden. Das kann der Fall sein, wenn

- keine Gruppenangebote in zumutbarer Entfernung für den Rehabilitanden bestehen (45 Minuten Fahrzeit) oder
- die Wartezeit bis zur Aufnahme in eine Gruppe zu lang ist (länger als 6 Wochen nach der Leistung zur medizinischen Rehabilitation).

Die T-RENA®-Einzelleistung beginnt dann spätestens in der 7. Woche nach der Leistung zur medizinischen Rehabilitation.

Wird T-RENA® vollständig in Einzelleistung erbracht, können 12 Behandlungseinheiten à 15 bis 20 Minuten mit der Möglichkeit der Verlängerung um weitere 12 Behandlungseinheiten nach einer Bedarfsfeststellung empfohlen werden. Die Nachsorgeeinrichtung muss eine Verlängerung von T-RENA® dem zuständigen Rentenversicherungsträger anzeigen und begründen.

### **5.3 Inhaltliche Ausgestaltung von T-RENA®**

Unter Berücksichtigung des Trainingsplans des Versicherten während der medizinischen Rehabilitation, der gesundheitlichen Entwicklung seit der Reha-Entlassung, aktueller Beschwerden und des Trainingszustandes (T-RENA®-Eingangsbefund) prüft der Nachsorgetherapeut die Eignung des Versicherten für T-RENA® und erstellt einen individuellen Trainingsplan mit Trainingszielen für T-RENA®.

Die Wahl der therapeutischen Mittel und Geräte zur Umsetzung der Nachsorgeziele liegt in der Verantwortung der Nachsorgetherapeuten. Auch evtl. Anpassungen der Nachsorgeziele an die aktuelle Situation sind möglich.

Nach einer individuellen Einweisung in T-RENA® durch einen Nachsorgetherapeuten (Einzeltermin), wird das Training in einer offenen Gruppe unter ständiger fachlicher Beobachtung/Anleitung durch speziell geschultes medizinisches Personal bzw. Therapeuten durchgeführt.

Folgende Leistungen werden im Rahmen von T-RENA® insbesondere erbracht:

- Vorbereitungsübungen für das anschließende Muskelaufbautraining (z. B. allgemeines Ausdauertraining, allgemeines Krafttraining)

- spezifisches Beweglichkeits-, Koordinations-, Kraft- und Ausdauertraining zur Verbesserung der organzentrierten Funktionen
- Aufbau und Festigung von motorischen Grundmustern sowie von Aktivitäten des täglichen Lebens (ADL)
- Training von Kompensationstechniken.

## **5.4 Dokumentation**

### **5.4.1 Abschlussdokumentation und Abrechnung**

Nach Beendigung von T-RENA® reicht der Nachsorgetherapeut neben der Rechnung einen Ergebnisbericht über die abgeschlossene Leistung (Abschlussdokumentation) bei dem zuständigen Träger der Deutschen Rentenversicherung ein.

Von der Nachsorgeeinrichtung sind grundsätzlich für jeden teilnehmenden Rehabilitanden folgende Aspekte zu dokumentieren: Bezeichnung des Angebots, Dauer, Anzahl der Termine, Beginn und Ende der Leistung, ggf. Abbrüche, Name der Nachsorgeeinrichtung, zuständiger Rentenversicherungsträger, Erreichen der Nachsorgeziele, Arbeits- bzw. Leistungsfähigkeit (inkl. Erwerbsstatus) sowie Art der Fortsetzung der Trainingstherapie.

Der Ergebnisbericht ist mit dem Versicherten zu besprechen und diesem zusammen mit einer Ausfertigung für den behandelnden Arzt auszuhändigen.

Gleichzeitig stellt der T-RENA®-Therapeut bzw. die T-RENA®-Einrichtung der Deutschen Rentenversicherung die durchgeführten Leistungen in Rechnung. Die T-RENA®-Rechnung ist – gesondert für jeden einzelnen Versicherten – erst nach Abschluss der Leistung an den Kostenträger zu richten.

Zuständig ist der Rentenversicherungsträger, der auch die Kosten für die ursprüngliche Leistung zur medizinischen Rehabilitation, aus der heraus die Nachsorge empfohlen wurde, getragen hat.

Für die Abschlussdokumentation und die Abrechnung stehen Formulare auf den Internetseiten der Deutschen Rentenversicherung zur Verfügung.

### **5.4.2 Verlaufsdokumentation**

Die Durchführung der einzelnen Gruppenstunden muss vom Nachsorgetherapeuten in geeigneter Weise personenbezogen dokumentiert werden. Die personenbezogenen Stundendokumentationen müssen gemäß der üblichen Aufbewahrungsregelungen mindestens 10 Jahre im Archiv der Klinik / Praxis aufbewahrt werden. Die Verantwortung für die Stundendokumentation liegt beim durchführenden Nachsorgetherapeuten.

## 6 Nachsorgeeinrichtungen und -therapeuten

Für die Durchführung von T-RENA® kommen in Frage:

- alle von dem jeweiligen Rentenversicherungsträger zugelassenen (ganztagig ambulanten und stationären) Rehabilitationseinrichtungen, mit denen ein Vertrag nach § 38 SGB IX geschlossen wurde
- von der DRV speziell hierfür zugelassene reha-komplementäre Einrichtungen (z. B. physiotherapeutische Praxen, sonstige ambulante Reha-Zentren und andere geeignete Einrichtungen).

Die Zulassung von Nicht-Reha-Einrichtungen erfolgt durch den jeweils regional zuständigen Rentenversicherungsträger und gilt auch für alle anderen Rentenversicherungsträger. Bei Neuzulassung oder Auffälligkeiten kann die Einrichtung visitiert werden. Hierüber wird ein Protokoll geführt.

Für alle zugelassenen Anbieter gilt, dass Trainingsräume vorhanden sein müssen, die ein gleichzeitiges Training in der Gruppe von mindestens 12 Teilnehmern/innen unter permanenter Überwachung gewährleisten. Ferner müssen mindestens acht Geräte (ohne Kleingeräte) verfügbar sein, davon fünf mit der Möglichkeit zu differierendem Therapieansatz:

- Laufband / Stepper / Ergometer, möglichst mit Herzfrequenzmessung
- Seilzug oder ähnlicher Zugapparat
- mindestens je zwei medizinische Geräte für Übungen an den oberen und unteren Extremitäten sowie am Rumpf (also 6 Geräte) sowie
- Matten für ergänzende Bodenübungen, Hanteln, Therabänder für Ganzkörpertraining, Hocker in verschiedenen Höhen, Keilkissen und Lagerungshilfen.

Zudem müssen T-RENA®-Anbieter mindestens zwei qualifizierte Therapeuten bereitstellen. Dabei gelten die folgenden fachlichen Qualifikationen für die beiden Therapeuten:

*Erster Therapeut:*

- Ausbildung als Krankengymnast bzw. Physiotherapeut mit Nachweis der Teilnahme am MTT-Grundkurs (mindestens 50 UE) und / oder
- Sportwissenschaftler (Diplom, Bachelor, Master, Magister) der Fachrichtung Rehabilitation/Prävention mit Nachweis der Teilnahmen am MTT-Grundkurs (mindestens 50 UE) und am MTT-Aufbaukurs (mindestens 50 UE) oder
- Sportwissenschaftler (Diplom, Bachelor, Master, Magister) mit der Zusatzqualifikation DVGS e. V., spezialisiert auf Orthopädie / Rheumatologie
- Nachweise zu rehabilitationsmedizinischen Erfahrungen sind wünschenswert.

### *Zweiter Therapeut:*

- Ausbildung als Krankengymnast bzw. Physiotherapeut mit Nachweis der Teilnahme am Kurs KG-Gerät (40 UE) oder
- Sportwissenschaftler (Diplom, Bachelor, Master, Magister) der Fachrichtung Rehabilitation/Prävention mit Nachweis der Teilnahme am Kurs KG-Gerät (40 UE).

Weitere Modalitäten zum Zulassungsverfahren oder der Anerkennung von fachlichen Qualifikationen können bei dem zuständigen Rentenversicherungsträger erfragt werden.

Zugelassene T-RENA®-Leistungsanbieter werden von der Deutschen Rentenversicherung im Internet über das Suchportal [www.nachderreha.de](http://www.nachderreha.de) zur Verfügung gestellt.

## **7 Vergütung**

Angaben zur Vergütung von T-RENA® sind in der Anlage 1 zum Rahmenkonzept zur Reha-Nachsorge näher beschrieben. Der Aufwand für während T-RENA® durchgeführte diagnostische Leistungen ist in den o. a. Abrechnungssätzen bereits enthalten; darüber hinausgehende in Rechnung gestellte Kosten werden nicht erstattet. Die Versicherten haben keine Zuzahlung zu leisten.

## **8 Fahrkosten**

Um die Teilnahme an den Leistungen zur Nachsorge zu fördern, wird von den Trägern der Rentenversicherung auf Antrag des Versicherten eine Fahrkostenpauschale erstattet.

## **9 Abgrenzung von T-RENA®**

### **9.1 ... zu dem multimodalen Programm „IRENA®“**

IRENA® ist ein multimodales Programm. Bei der Indikationsstellung werden mindestens zwei Problembereiche in Bezug auf die Hauptdiagnose benannt. Die IRENA®-Durchführung erfordert die Erbringung von Leistungen aus mindestens zwei Therapiebereichen (der KTL).

Der zuständige Nachsorgetherapeut trägt dafür Sorge, dass neben dem gerätgestützten Training von Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Muskelaufbau weitere mit-empfohlene Behandlungskomponenten, wie z. B. Ernährungsberatung oder Patientenschulung, in angemessenem Umfang in die Behandlung integriert werden.

IRENA® kann nur in Rehabilitationseinrichtungen durchgeführt werden.

IRENA® und T-RENA® können nicht parallel empfohlen werden.

## **9.2 ... zu Rehabilitationssport**

T-RENA® ist ein zielgerichtetes trainingstherapeutisches Nachsorgeprogramm, welches die individuelle Trainingssituation des Versicherten bzw. Postrehabilitanden berücksichtigt und nach Trainingsplan an Geräten erfolgt. Im Rehabilitationssport ist ein Gerätetraining – mit Ausnahme des Ergometertrainings bei Herzsportgruppen – ausgeschlossen. Zudem reicht für die Teilnahme am Rehabilitationssport bei Abschluss der medizinischen Rehabilitation ein Leistungsvermögen von unter drei Stunden bezogen auf den allgemeinen Arbeitsmarkt aus.

## **9.3 ... zu Funktionstraining**

Ziel des Funktionstrainings ist der Erhalt und die Verbesserung von Funktionen sowie das Hinauszögern von Funktionsverlusten einzelner Organsysteme. Funktionstrainingsarten sind insbesondere Trockengymnastik und Wassergymnastik. Ein Gerätetraining wie bei T-RENA® ist hier nicht vorgesehen. Zudem reicht für die Teilnahme am Funktionstraining bei Abschluss der medizinischen Rehabilitation eine Leistungsfähigkeit von unter drei Stunden bezogen auf den allgemeinen Arbeitsmarkt aus.

## **9.4 ... zu Krankengymnastik/Physiotherapie**

Im Unterschied zu herkömmlichen Verfahrensweisen der Physiotherapie beinhaltet T-RENA® abgestimmte Trainingsprogramme mit Therapiegeräten. Im Rahmen von T-RENA® ist eine sehr gezielte Trainingstherapie mit genauer Belastungsdosierung möglich. T-RENA® dient der Entwicklung von Kraft, Kraftausdauer und funktioneller Vorbereitung zur aktiven Teilnahme an allen Bereichen des Lebens.

## **9.5 ... zu Krafttraining im Fitness-Studio**

Der entscheidende Unterschied zwischen T-RENA® und dem Krafttraining im Fitness-Studio ist die Ausbildung und Erfahrung der Therapeuten sowie die spezielle Geräteauswahl. Die T-RENA®-Therapeuten sind Physiotherapeuten mit Ausbildung in MTT bzw. Krankengymnastik am Gerät oder Sportwissenschaftler mit dem Schwerpunkt Rehabilitation und Prävention, die sonst z. B. nach schweren Operationen tätig werden. T-RENA® wird im Unterschied zum Krafttraining ärztlich empfohlen.

## **10 Kombinationsmöglichkeiten von Nachsorgeangeboten**

Eine Kombination von T-RENA® mit weiteren Nachsorgeangeboten ist nicht möglich.

## 11 Übersicht über den gesamten Verfahrensablauf von T-RENA®

### Rehabilitationseinrichtung:

- Feststellung von T-RENA®-Nachsorgebedarf in der Rehabilitationseinrichtung\*
- Besprechung der T-RENA®-Nachsorgeziele in der Rehabilitationseinrichtung (im Reha-Team und zusammen mit dem Rehabilitanden)
- Zustimmung zur Durchführung von T-RENA® durch den Rehabilitanden
- Suche, Kontaktnahme und Festlegung des 1. Termins bei dem Nachsorgetherapeuten für T-RENA® (durch die Rehabilitanden mit Hilfe der Rehabilitationseinrichtung)\*\*
- Empfehlung von T-RENA® durch die Rehabilitationseinrichtung und Weiterleitung der Empfehlung an den zuständigen RV-Träger
- Übergabe der erforderlichen Unterlagen an den Versicherten bzw. den Nachsorgetherapeuten für T-RENA® (Empfehlung zusammen mit Angaben zum erwerbsbezogenen Status des Versicherten, zu den bisherigen Therapien und deren Ergebnissen, den Nachsorgezielen sowie dem Therapie- bzw. Trainingsplan der vorangegangenen medizinischen Rehabilitation)

\* Wird erst im Nachhinein ein Nachsorgebedarf erkennbar, kann innerhalb von vier Wochen nach Abschluss der medizinischen Rehabilitation T-RENA® vom Versicherten bei dem zuständigen Rentenversicherungsträger beantragt und ggf. eine nachträgliche Empfehlung durch die Rehabilitationseinrichtung ausgesprochen werden.

\*\* Neben Rehabilitationseinrichtungen kommen dafür von der DRV speziell hierfür zugelassene reha-komplementäre Einrichtungen für die Leistungserbringung in Frage (z. B. physiotherapeutische Praxen, sonstige ambulante Reha-Zentren und andere geeignete Einrichtungen). Bei der Rehabilitations- und Nachsorgeeinrichtung kann es sich um ein und dieselbe Einrichtung handeln.

### Nachsorgeeinrichtung/-therapeut:

- Bildung von T-RENA®-Gruppen durch Nachsorgeeinrichtung/-therapeuten (Die Gruppen müssen nicht ausschließlich aus Versicherten der Deutschen Rentenversicherung bestehen, N = max. 12 Teilnehmer)
- Durchführung von T-RENA® durch dafür qualifizierte Nachsorgeeinrichtung/-therapeuten
  - Beginn: innerhalb von 4 Wochen, jedoch spätestens 6 Wochen nach Beendigung der vorangegangenen Leistung zur medizinischen Rehabilitation
  - Ende: spätestens innerhalb von 6 Monaten, bei Verlängerung innerhalb von 12 Monaten nach Beendigung der vorangegangenen Leistung zur medizinischen Rehabilitation
  - Gruppentraining: 26 Behandlungseinheiten à 60 Minuten;
  - Einzeltraining nur in Ausnahmefällen: 12 Behandlungseinheiten à 15 bis 20 Minuten (*bei Bedarf Verlängerung um 12 Behandlungseinheiten*)
- Abschlussdokumentation / Rechnung an den Rentenversicherungsträger.