

Alltag und  
Rehabilitation  
vereinen

Weiterhin für die  
Familie da sein

Trotzdem im  
Berufsleben  
stehen

#### Voraussetzungen

Guter Allgemeinzustand, Rehabilitationsbedarf und Rehabilitationsfähigkeit, positive Reha-prognose, ausreichende Mobilität. Für die Reha-phase III grundsätzlich die erfolgte Absolvierung der Phase II (stat. oder amb.), evtl. Ausnahme-bewilligung durch Sozialversicherungsträger.

#### Zuweisung

Die ambulante Rehabilitation wird beim Sozialver-sicherungsträger mittels „Antrag auf Rehabili-tationsaufenthalt“ beantragt. Sie steht Erwachsenen im erwerbsfähigen Alter sowie Pensionierten, welche über die PVA, die ÖGK, die SVS oder die BVAEB versichert sind zur Verfügung. Privat-versicherungen übernehmen u.U. Kosten (anteils-mäßig/komplett).

#### Krankenstand

Bei Bedarf durch Zuweiser:in vor Antritt der Reha-bilitation. Wir sind nicht befugt, Krankenstände auszustellen.

#### aks reha+

Broßwaldengasse 8  
6900 Bregenz  
05574 202 3100  
rz@aks.or.at



#### Telefonische Erreichbarkeit

Montag bis Freitag 8:00 bis 10:00  
Montag bis Donnerstag 13:30 bis 15:00

Ein Unternehmen der aks Gruppe



Informationen für Zuweiser:innen

Ambulante  
Rehabilitation  
Stoffwechsel

[www.aks.or.at/rehaplus](http://www.aks.or.at/rehaplus)

# Grundlegendes

## Rehaphase II

Kann statt einer stationären Rehabilitation absolviert werden.

Dauer 6 - 10 Wochen

Intensität 3 - 4 x pro Woche à 2,5 bis 3,5 Einheiten  
48 Therapie-Einheiten à 50 Minuten

## Rehaphase III

Kann nach der Rehaphase II absolviert werden.

Dauer und Intensität je nach Bewilligung durch den Sozialversicherungsträger.

Dauer 3 - 6 Monate

Intensität 1 - 2x pro Woche à 2 bis 3 Einheiten  
50 Therapie-Einheiten à 50 Minuten

## Angebote (Gruppen- oder Einzelsetting)

- Ausdauer- und Krafttraining
- Ernährungsberatung
- Entspannung
- Mobilisationstraining
- Atemphysiotherapie
- Vorträge und Schulungen zu Gesundheits- und Ernährungsthemen, Gesunder Lebensstil, Stressbewältigung
- Ärztliche Untersuchungen

# Indikationen

## Rehaphase II

- Diabetes mellitus (Typ II, Typ I bzw. Diabetes anderer Ursache)
- Metabolisches Syndrom
- Adipositas (BMI 30 bis 39 kg/m<sup>2</sup>) mit zumindest einem zusätzlichen Risikofaktor
- Morbide Adipositas (BMI 40 kg/m<sup>2</sup> oder darüber)

## Rehaphase III

- Zusätzlich: alle oben nicht erfassten Patient:innen mit Adipositas (nach Absolvierung eines stationären Heilverfahrens der Phase II in derselben Indikation mit Erreichen der Zielkriterien Körpergewicht minus 5% bzw. BMI minus 5%.

# Kontraindikationen

## Absolute Kontraindikationen

- Akute oder dekompensierte Krankheitszustände
- Floride Infektionskrankheiten
- Belastende laufende oder geplante Therapien (z. B. Chemo- oder Strahlentherapie nach Malignom)

## Relative Kontraindikationen

Erfordern individuelle Einschätzung der Reha-prognose und Prüfung der Risikokonstellation durch Sozialversicherungsträger



Modernes Rehazentrum in Bregenz