



Zurück aus der Reha und dann? Webinar 28.05.2024

Zurück aus der Reha und dann?

In der einen Sekunde mitten im Leben, in der nächsten betroffen durch Schlaganfall. Für gewöhnlich geht es danach erst auf eine Stroke Unit und danach in eine geeignete Rehamaßnahme. Aber was folgt danach?

Wie kann die erfolgreiche Nachsorge zuhause gelingen. Was ist dabei zu beachten? Gemeinsam mit Herrn Uzun verrate ich ihnen meine Tipps und Tricks zum Thema Nachsorge. Von der Wahl von Therapeuten und Ärzten, über die Phase der beruflichen Wiedereingliederung, dem Stellen von Anträgen auf Schwerbehinderung oder Pflegegrad bis zum Aktivurlaub in den Neurointensivwochen. Begleiten sie mich durch ein paar Stationen auf meinem persönlichen Nachsorgeweg.

Kurz zu uns:

Olaf Schlenkert

Dipl. Ing.

ehrenamtlicher Richter

im BDH seit 2020

Cenkut Uzun, Soz. jur. LL.B

BDH-Rechtsabteilung/Rechtsabteilung Hessen/Thüringen

Agenda



Schlagartig war alles anders!



Was haben sie am 17.03.2020 gemacht?

Schlagartig änderte sich mein Leben

Mitten im ersten Lockdown

Halbes Jahr Reha beim BDH Hessisch Oldendorf

Übrig geblieben ist eine Hemiparese rechts
sowie eine Fußheberschwäche

Die Ausgangssituation

„Vom 22.03.2020 bis 24.09.2020 war ich in der Reha in der BDH Klinik in Hessisch Oldendorf.

Dort hatte ich an 151 Tagen gut 863 Therapiestunden. Physio- und Ergotherapie, aber auch Neuropädagogik (wie ich zum Schreiben kam) oder die Holzwerkstatt als Vorbereitung aufs wieder anstehende Arbeitsleben.

Danach dachte ich, jetzt hast du es geschafft. Dabei sollte die schwierigste Zeit meiner Rehabilitation

**“
noch folgen.**

Was sollte man wann organisieren?

- Therapeuten bereits aus der Reha organisieren. Termine brauchen Zeit.
- Hausarzt informieren
- Im Laufe der Zeit an geeignete Therapeuten denken, Situationen verändern sich.
- Spätestens nach einem Jahr sollte man bei einem Neurologen bekannt sein. Grund hierfür ist, dass viele Hausärzte nur bis dahin unproblematisch Verordnungen erstellen können.

- Rehasport wirkt mit den Mitteln des Sports und sportlich ausgerichteter Spiele ganzheitlich auf die Betroffenen mit Handicap ein. Ziel ist, die Ausdauer und Kraft zu stärken, Koordination zu verbessern und das Selbstbewusstsein insbesondere auch von weiblichen Teilnehmern zu stärken. Dies wird in Gruppen, angeleitet durch speziell ausgebildete Übungsleiter erreicht. Kann bereits in der Reha verordnet werden.

- <http://weitermitplanb.org/2021/06/24/es-lebe-der-sport/>

Wiedereingliederung

- Das Hamburger Modell ist eine schrittweise Wiedereingliederung von Arbeitnehmern, die nach einer Erkrankung noch nicht vollständig geheilt sind.
- Die stufenweise Wiedereingliederung erfolgt immer schrittweise und richtet sich an Menschen, die aufgrund einer Erkrankung oder Verletzung längere Zeit arbeitsunfähig waren und nun ins Arbeitsleben zurückkehren.
- Die Grundvoraussetzung für die schrittweise Wiedereingliederung ist ein gesundheitlicher Zustand, der es den Arbeitnehmern erlaubt, an den Arbeitsplatz zurückzukehren – wenn auch zunächst nur in geringerem Umfang.
- Das Modell kann auch nach einer ambulanten oder stationären Reha angewendet werden.
- Allgemein kann Wiedereingliederung laut Hamburger Modell sowohl von dem betroffenen Arbeitnehmer als auch vom Arbeitgeber, der Krankenkasse oder dem behandelnden Arzt beantragt werden.

Meine Wiedereingliederung fand im Oktober 2020 im Homeoffice stufenweise statt.

Erst 4 Stufen, dann 6 Stunden danach 8 Stunden.

Wichtig: In dieser Zeit ist man noch krank und bezieht Krankengeld.

Mein Tipp: Eventuell die Arbeitszeit für einen Zeitraum reduzieren und diese Zeit für weitere Therapien investieren. In meinem Fall: Reduzierung auf 80 Prozent für ein Jahr. Es hat sich gelohnt.

BEM Gespräch

- Das Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) ist ein Instrument, um Arbeitnehmern mit längeren Arbeitsunfähigkeitszeiten eine möglichst frühzeitige Rückkehr in ihren Betrieb zu ermöglichen.
- Der Ablauf des BEM-Verfahrens kann in sechs Schritten erfolgen: Antragstellung, Einladung zum BEM-Gespräch, Durchführung des BEM-Gesprächs, Erstellung des BEM-Plans, Umsetzung des BEM-Plans und Evaluation des BEM-Prozesses.
- Das BEM-Team besteht aus einem Vertreter des Arbeitgebers, einem Vertreter der Interessenvertretung und bei schwerbehinderten Beschäftigten auch der Vertrauensperson der schwerbehinderten Person.
- Das BEM-Gespräch ist ein vertrauliches Gespräch zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber, das dazu dient, die Ursachen für die Arbeitsunfähigkeit herauszufinden und gemeinsam eine Lösung zu entwickeln.

Bei mir erst drei Monate nach der Wiedereingliederung.

Mein Tipp:

Meine Frau als Vertrauensperson benannt.

Weiter die Betriebsärztin eingebunden.

Gespräch sollte protokolliert werden.

Rund um meine Schwerbehinderung

Wurde bei mir bereits durch den Sozialdienst der Klinik beantragt.

Bescheid erfolgt durch Versorgungsämter nach Aktenlage.

Ab GDB 50 spricht man von Schwerbehinderung.

Auf Merkzeichen achten!

Wird häufig befristet ausgestellt

Bei mir bedeutet das:

- 5 Tage Schwerbehindertenerurlaubstage (nutze ich für Therapie und meine Arbeit im Sozialgericht)
- 2 Jahre vorzeitig in Rente
- Jahresticket für ÖPNV ca. 95€ Bearbeitungsgebühr
- Steuerliche Vorteile
- Besonderer Kündigungsschutz

Hilfsmittel beantragen

Das Wichtigste in Kürze:

- Das Hilfsmittel wird in der Regel von Ärzten und Ärztinnen verordnet. Es kann sinnvoll sein, dass diese hier bereits begründen, warum das Hilfsmittel erforderlich ist.
- Mit dieser Verordnung können Sie das Hilfsmittel bei der gesetzlichen Krankenkasse beantragen.
- Der Antrag auf Genehmigung wird bei der Krankenkasse gestellt, teilweise kommen auch weitere Kostenträger in Frage.

Wie es nach einer Ablehnung weitergeht und was man tun kann, wenn auf der Widerspruch abgelehnt wird, erfahren sie im **Webinar am 16.05.2024 um 17:00.**

<https://weitermitplanb.org/2021/04/15/da-stand-mir-doch-glatt-der-mund-offen/>



Einschätzung der Pflegesituation: Zuerst sollte eine Einschätzung der Pflegesituation erfolgen. Dies kann durch den Pflegebedürftigen selbst, Angehörige, einen Hausarzt oder einen Pflegedienst geschehen.

Antragsformular: Anschließend muss ein Antragsformular für die Pflegegradeinstufung ausgefüllt werden. Dieses Formular kann bei der zuständigen Pflegekasse angefordert oder oft auch online heruntergeladen werden.

Ärztliches Gutachten: In der Regel ist ein ärztliches Gutachten erforderlich, das die Pflegebedürftigkeit bestätigt. Hierbei kann der behandelnde Arzt des Pflegebedürftigen eine Einschätzung abgeben oder es kann ein Gutachten durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) oder den Medizinischen Dienst der Privaten Krankenversicherung (MDP) erfolgen.

Begutachtung durch den MDK/MDP: Ein Gutachter des MDK oder MDP wird den Pflegebedürftigen zu Hause oder im Pflegeheim besuchen, um die Pflegebedürftigkeit zu überprüfen und den Pflegegrad festzustellen.

Entscheidung der Pflegekasse: Basierend auf dem ärztlichen Gutachten und dem Besuch des Gutachters wird die Pflegekasse eine Entscheidung über die Gewährung eines Pflegegrades treffen.

Bescheid erhalten: Nach Abschluss des Verfahrens erhält der Antragsteller einen schriftlichen Bescheid von der Pflegekasse, der den bewilligten Pflegegrad und eventuell weitere Leistungen wie Pflegegeld oder Sachleistungen enthält.

Beantragung Pflegegrad

- Einschätzung der Pflegesituation
- Antrag → Was ist zu beachten?
- Medizinische Unterlagen
- Begutachtung durch den MD → Wie bereitet man sich vor?
- Gutachten des MD und Bescheid der Pflegekasse
- Widerspruch gegen die Entscheidung → Was ist zu beachten?
-

Erwerbsminderungsrente

- Voraussetzungen
- Antragsstellung → Worauf ist zu achten?
- Ärztliche Unterlagen
- Sonderfall Krankengeldbezug und Aussteuerung
- Begutachtung durch die DRV
- Entscheidung der DRV
- Widerspruch und Klage

Und, gibt es noch etwas über die normalen Verordnungen hinaus?

Die Neurointensivwochen (NIWo) im BDH-Therapiezentrum Ortenau bieten ein intensives, aufgabenorientiertes und aufgabenspezifisches Training mit hohen Wiederholungszahlen für Betroffene, die motiviert sind, über 3 Wochen hinweg intensiv an ihren persönlichen Zielen zu arbeiten.

Das NIWo-Programm ist ein ambulantes neurologisches Therapieangebot, das eine ideale Alternative zu einer stationären Rehabilitationsmaßnahme darstellt ¹.

Das NIWo-Programm bietet viele Therapieeinheiten in kurzer Zeit und ermöglicht es, substantielle Verbesserungen auch bei länger zurückliegenden Ereignissen und chronischen Störungsbildern zu erreichen.

Das NIWo-Programm bietet ein intensives, aufgabenorientiertes und aufgabenspezifisches Training mit hohen Wiederholungszahlen. **Studien belegen, dass es nicht nur darauf ankommt, das richtige Therapieverfahren für bestimmte Störungsmuster zu finden, sondern es sind vor allem Häufigkeit und Intensität (Wiederholungszahlen) der Therapie, die entscheidend für substantielle Verbesserungen sind.**

Das NIWo-Programm umfasst moderne ergotherapeutische, physiotherapeutische, sprach- und schlucktherapeutische Behandlungsverfahren.

Das NIWo-Programm bietet auch hochintensives physiologisches Gangtraining am "Lokomat" für Betroffene mit schweren neurologischen Beeinträchtigungen

Die Neurointensivwochen (NIWo)

Mein Tipp:

4 Stunden Physio- und Ergotherapie am Stück.

Fast immer im 1:1 Verhältnis.

Mein Fazit, viel effektiver als meine stationäre Reha.

Keine vorherige Genehmigung durch die Krankenkasse nötig.

Jetzt auch am Standort Greifswald.



<https://weitermitplanb.org/2021/12/02/es-war-irgendwie-ein-adventureurlaub/>

Weitere Informationen

Schlaganfall und nun? Blog zum Leben mit Schlaganfall

Weiter geht's mit Plan b.

[Startseite](#) [Blog](#) [Was bisher geschah](#)
[Kontakt zu mir](#) [Impressum](#)

Mein persönlicher Plan b nach dem Schlaganfall

Als ich 2020 meinen Schlaganfall hatte, habe ich vom Beginn einer unbekanntenen Reise abseits des Heimatlandes gesprochen. Nun, ich bin inzwischen sehr weit gekommen.

[Hier geht es los.](#)

Mein Plan b nach dem Schlag. Von den ganz alltäglichen Herausforderungen beim Leben mit Schlaganfall. Alle Beiträge, Tipps & Tricks sowie meine Kolumne aus dem BDH Magazin findet ihr unter Blog.

Tag des Schlaganfalls – gleich mal ne Extrarunde gedreht

Heute ist Tag des Schlaganfalls. Seit ihr betroffen? Was macht ihr an unserem Tag? Hinterlasst gerne einen Kommentar?

<https://weitermitplanb.org/2023/10/24/elliott-oder-kein-halt-in-passamaquod...>

Abonnieren

Wir sind deutschlandweit vertreten mit:



- 6 BDH-Kliniken
- 3 ambulanten Therapiezentren
- 9 BDH-Geschäftsstellen
- und über 60 Kreisverbänden

Der BDH. Sozialverband und Klinikträger.

Der BDH ist ein Sozialverband. Für 60 Euro im Jahr kann jeder Mitglied werden.

Der BDH ist der Verband für Selbsthilfe, Rehabilitation, Teilhabe und Beratung.

Er bietet eine lebendige Gemeinschaft in über 60 Kreisverbänden.

Die BDH-Kliniken sind führend in der neurologischen Rehabilitations-, Intensiv- und Beatmungsmedizin.



Der BDH. Ihr Sozialverband.



Wir helfen durch

- Beratung
- und professionelle juristische Vertretung gegenüber Behörden und vor Sozialgerichten

Sie kommen
zu Recht!

Wir beraten zu allen Themen des Sozialrechts:

- Medizinische und berufliche Rehabilitation
- Schwerbehindertenrecht und Behinderung
- Pflege
- Gesetzliche Krankenversicherung
- Rente
- Grundsicherung
- Bundesteilhabegesetz, Landesteilhabegesetz

Wir unterstützen bei

- Antragstellung (z. B. Grad der Behinderung, Pflegegrad, Hilfsmittel)
- Anhörungen
- Widersprüchen
- Klagen
- Fragen jeder Art zum Sozialrecht

Sie erhalten bei uns eine professionelle juristische Beratung.

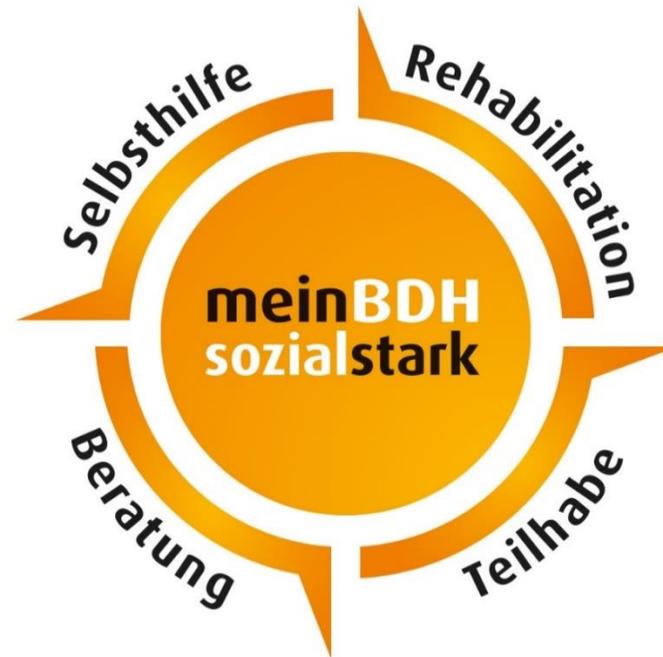
Wir sind für Sie da!

- Kommen Sie mit Ihrer Fragestellung/Problematik zu uns.
- Wir hören zu und beraten – wenn möglich – sofort.
- Verfahren sind oft langwierig.
- Bearbeitungszeiten bei Behörden/Gerichten werden immer länger.
- Oft gibt es tatsächliche Probleme
(Ärzte arbeiten nicht mit, Bestätigungen fehlen).
- Alle Interessen zusammenzubringen kann schwierig sein.

Auch das machen wir zu unserer Aufgabe:

- Wir vermitteln zwischen den Ansprüchen der Mitglieder und den Ansichten der Ämter.
- Wir erklären, wie es zur Entscheidung kam.
- Wir zeigen Sachverhalte auf.
- Wir versuchen die Interessen unserer Mitglieder bestmöglich zu vertreten.
- Wir leisten Öffentlichkeitsarbeit und stellen Fallbeispiele aus unserem Alltag vor:
im BDH-Magazin, auf der Webseite, im Newsletter und auf Social Media

Wir bedanken uns für Ihre Aufmerksamkeit!



Der BDH. Ihr Sozialverband.