



Deutscher Behindertensportverband e.V.  
National Paralympic Committee Germany

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **„Nur als befristete und überbrückende Maßnahme“**

#### Positionierung des Deutschen Behindertensportverbandes zum Online-Rehabilitationssport

Frechen, 9. April 2020. Der Deutsche Behindertensportverband hält Online-Rehabilitationssport grundsätzlich für ungeeignet, spricht sich in der derzeitigen Situation jedoch für eine befristete und überbrückende Maßnahme aus. Schließlich stellen die aktuellen Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus auch für die Durchführung des ärztlich verordneten Rehabilitationssports eine Ausnahmesituation dar. Diese erfordert von allen Beteiligten innovative Maßnahmen und lösungsorientierte Ansätze.

Jedoch ist jede Form von Fernangebot des ärztlich verordneten Rehabilitationssports im Sinne des §64 SGB IX im Grundsatz ungeeignet: Neben den rein körperlichen Zielen – der Stärkung von Ausdauer, Kraft sowie der Verbesserung von Koordination und Flexibilität – verfolgt der ärztlich verordnete Rehabilitationssport insbesondere das Ziel, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. „Ein wesentlicher Bestandteil ist das gemeinsame Üben in festen Gruppen, um gruppenspezifische Effekte zu fördern, den Erfahrungsaustausch zwischen den Betroffenen zu unterstützen und damit den Selbsthilfecharakter der Leistung zu stärken“, betont DBS-Vize-Präsidentin Katrin Kunert. Die physische Präsenz und der unmittelbare Kontakt der Gruppe untereinander sowie mit den Übungsleiter\*innen könne grundsätzlich nicht durch Fernangebote ersetzt werden.

Die bisher bekannten Systeme zum Online-Rehabilitationssport fokussieren stark auf den körperlichen Aspekt und bedienen eindimensional gymnastische Übungen im Sinne der Verbesserung von Kraft, Koordination und Flexibilität. Der ärztlich verordnete Rehabilitationssport muss jedoch deutlich mehr leisten. Bei einer ganzheitlichen Betrachtung spielen insbesondere Sport- und Spielformen mit Interaktion in der Gruppe und die gemeinsame Freude an der Bewegung eine wichtige Rolle.

Darüber hinaus ist die Durchführung des ärztlich verordneten Rehabilitationssports auch hinsichtlich weiterer Aspekte nicht in der erforderlichen Qualität durchführbar. So erscheint es bei einer Anzahl von bis zu 15 Personen auf einem Computer-Bildschirm schwierig, alle so im Blick zu behalten, dass eine ausreichende Korrektur möglich ist. Es fehlt darüber hinaus die Möglichkeit der taktilen Korrektur durch die Übungsleiter\*innen. „Das Spüren einer durch die Übungsleiter geführten Bewegung ist bspw. nicht durch verbale Anleitung zu ersetzen“, sagt Katrin Kunert.

Die Teilnehmer\*innen benötigen neben einem kompatiblen Endgerät zudem eine gewisse Technikkompetenz. Sofern dies nicht durch den zuständigen Rehabilitationsträger sichergestellt wird, steht das Angebot nur für einen begrenzten, u. U. privilegierten Personenkreis zur Verfügung. Damit verstärkt sich die ohnehin bestehende Ungleichheit zwischen verschiedenen sozialen Gruppen mit Blick auf die Gesundheit sowie die Gesundheitsförderung. „Dadurch besteht die Gefahr, dass finanzschwache und/oder nicht technikaffine Personen vom Online-Rehabilitationssport ausgeschlossen werden“, erklärt Kunert.

Neben den technischen und kognitiven Kompetenzen kommt der Online-Rehabilitationssport nur für eine bestimmte Gruppe überhaupt in Frage. Aufgrund der erhöhten Unfallgefahr müssen beispielsweise sturzgefährdete Personen von dem Angebot ausgeschlossen bleiben. Gleichzeitig haben nach Angaben der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) geschätzt ein Drittel der Seniorenheime – also dem Ort, an dem aufgrund der Zielgruppe viele Teilnehmer\*innen wohnen – kein Internet.

„Gegenwärtig können keine verlässlichen Prognosen gemacht werden, ab wann der ärztlich verordnete Rehabilitationssport wieder wie gewohnt durchgeführt werden kann. Daher muss derzeit der Grundsatz gelten, dass es besser ist für einen Teil der Rehabilitationssportler\*innen jetzt eine Lösung anzubieten als gar keine“, sagt Katrin Kunert. Sportärzt\*innen warnen bereits vor den gesundheitlichen Folgen aufgrund eingestellter Sportangebote, die die Eindämmungsmaßnahmen mit sich bringen. Gerade für die Risikogruppe plädieren sie für eine Verlegung der Bewegungsangebote in das heimische Umfeld.

Die Zielgruppe des ärztlich verordneten Rehabilitationssports zählt in großen Teilen zu einer Risikogruppe (z. B. durch chronische Erkrankungen und/oder höheres Alter). Es zeichnet sich bereits jetzt ab, dass für diesen Personenkreis die derzeitigen Einschränkungen länger andauern können als für andere Personengruppen.

„Auch wenn der Online-Rehabilitationssport vom Grundsatz als ungeeignet zu betrachten ist, kann er eine befristete und überbrückende Maßnahme für eine bestimmte Zielgruppe sein“, betont DBS-Vize-Präsidentin Kunert. Für diese Rehasport-Teilnehmer\*innen können die Einschränkungen und die erhöhten Risiken, die durch weiteren Bewegungsmangel entstehen, reduziert werden. Die Teilnehmer\*innen können den ärztlich verordneten Rehabilitationssport mit ihren vertrauten Übungsleiter\*innen durchführen, so dass die Kontinuität gewährleistet ist.

„Für den DBS ist die Durchführung von Online-Rehabilitationssport ausschließlich aufgrund einer Ausnahme-situation und befristet auf die Dauer der behördlichen Einschränkungen zur Durchführung des ärztlich verordneten Rehabilitationssports denkbar“, stellt Katrin Kunert klar.

Deutscher Behindertensportverband e.V. // National Paralympic Committee Germany  
Kevin Müller - stv. Leitung Kommunikation & Events - Tel: +49 (0) 2234-6000-212 - Fax +49 (0) 2234-6000-150 - mueller@dbs-npc.de - www.dbs-npc.de

Nationale Förderer



Co Förderer

Inklusionspartner



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages