

## Zur Vorlage bei der Krankenkasse

Arbeitsbereich  
Bewegung und Gesundheit  
(Leitung: Prof. Dr. Klaus Pfeifer)

## Antrag auf Übernahme der Kosten für eine Patientenschulung zu körperlicher Aktivität und Training bei Multipler Sklerose (PAkT-MS, gem. §§43 SGBV)

Name des Versicherten: \_\_\_\_\_  
Geb. Datum \_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_  
Versichertennummer \_\_\_\_\_

### Ärztliche Bescheinigung

Die oben genannte Patientin / der oben genannte Patient befindet sich wegen einer Multiplen Sklerose bei mir in Behandlung. Die medizinische Notwendigkeit für körperliche Aktivierung und somit für die Teilnahme an der Patientenschulung ist gegeben, da eine diesbezügliche eingehende Information und Schulung/Betreuung nicht durch die normale Krankenbehandlung abgedeckt werden kann. Eine Rehabilitationsmaßnahme ist nicht indiziert. Der Patient erfüllt die medizinischen Zugangsvoraussetzungen. Die Ausschlusskriterien wurden überprüft:

- medizinische Kontraindikation für körperliche Aktivität (internistisch, orthopädisch)
- akuter Infekt
- Expanded disability status scale (EDSS) über 7,5

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift und Stempel Arzt

### Anbieter:

Institut für Sportwissenschaft und Sport der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg  
Gebbertstr. 123b, 91058 Erlangen

#### Ansprechpartner:

Dr. Alexander Tallner

Email: [Alexander.Tallner@sport.uni-erlangen.de](mailto:Alexander.Tallner@sport.uni-erlangen.de)

Tel.: 09131 85 28175 Fax: 09131-85-28198

## Schulungsinhalte:

Initiales Blockseminar mit daran gekoppelter internetgestützter Betreuung eines Ausdauer- und Kräftigungstraining über 12 Wochen (erbracht als Patientenschulung gemäß §§43 SGBV, ergänzende Leistungen zur Rehabilitation). Schulungsinhalte des Blockseminars:

- Wesen der Erkrankung (Pathophysiologie, Symptome, Uhthoff-Phänomen)
- Allgemeine Gesundheitswirkungen von körperlicher Aktivität
- Wirkungen von körperlicher Aktivität auf die MS-Symptomatik
- Grundlagen des Ausdauertrainings
- Grundlagen des Krafttrainings
- Anleitung zu einem selbständig geplanten und gesteuerten Kräftigungs- und Ausdauertraining
- Zielsetzungstraining und Barrierenmanagement
- Praktische Eigenrealisation: Kräftigungsübungen, Gleichgewichtsübungen, leichte Formen des Ausdauertrainings, Pulskontrolle
- Selbsteinschätzung der Belastung und eigenständige Steuerung körperlichen Trainings
- Überblick über Bewegungsangebote für MS-Patienten

## Mitglieder des Schulungsteams:

- Dr. phil. Alexander Tallner
- Dipl.-Sportwiss. Marc Morgott
- Dipl.Sportwiss. Rabea Trumpp
- Dipl. Sportwiss. Astrid Werner
- Dipl. Sportwiss. Steffi Pelz
- Dipl. Sportwiss. Dirk Fuhrmann

## Kosten:

€ 279,- pro Teilnehmer

## Bestätigung der Kostenübernahme durch die Krankenkasse

Die Kosten werden wie beantragt übernommen.

Höhe des Zuschusses: \_\_\_\_\_ Prozent der Kurskosten.

---

Unterschrift, Datum, Stempel der Krankenkasse