digIRENA Nachhaltiger Therapieerfolg und ein flächendeckendes Nachsorgeangebot mit Hilfe einer multimodalen Tele-Rehabilitationsplattform

Das Projekt digIRENA erprobt eine app-basierte Tele-Rehabilitationsnachsorge als digitale Alternative zur ortsgebundenen Nachsorge. Ziel ist es, Therapieerfolge nach der Reha zu sichern und Zugangsbarrieren durch lange Wege sowie familiäre und berufliche Tagesabläufe zu reduzieren. Rehabilitand*innen trainieren zu Hause angeleitet von einer App und erhalten bei Bedarf Unterstützung durch Therapeutinnen und Therapeuten per Video oder Chat.

Auf einen Blick

Bundesländer
Baden-Württemberg, Bayern, Hessen

Förderaufruf
1. Förderaufruf

Zeitraum
August 2019 – September 2022

Zielgruppe(n)
Menschen mit spezifischen körperlichen Krankheiten

Grundsätzliche Verstetigung
ja, wie erprobt

Verstetigung vor Ort
ja

Beschreibung
Ein Reha-Aufenthalt entfaltet nur dann nachhaltige Wirkung, wenn die Therapie auch im Anschluss zu Hause fortgeführt wird. Mit dem Projekt IRENA – Intensive Reha-Nachsorge – bietet die Deutsche Rentenversicherung ein entsprechendes Nachsorgeprogramm an. Doch nur zehn bis 15 Prozent der Rehabilitandinnen und Rehabilitanden nehmen ein solches Angebot wahr. Vielen Versicherten ist eine Teilnahme an den Nachsorgeprogrammen aus verschiedenen Gründen nicht möglich: Zum einen sind entsprechend geeignete Nachsorgeeinrichtungen in ländlichen Gebieten nicht immer in einer zumutbaren zeitlichen Erreichbarkeit, zum anderen passt eine Nachsorge nicht in die familiär oder beruflich vorgegebenen Tagesabläufe.

Die Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See testet mit dem Projekt digIRENA eine app-basierte Tele-Rehabilitationsnachsorge und nutzt so die neuen Möglichkeiten mobiler Technologien wie Smartphones und Tablets.

Vor der Abreise aus der Reha-Klinik wird der Ablauf der digitalen Nachsorge mit der Rehabilitandin oder dem Rehabilitanden besprochen und geplant. Das individuelle Trainingsprogramm wird in der App hinterlegt und ist über einen persönlichen Zugang zu Hause abrufbar.

Die App leitet die Übungen an und stellt bei Fragen oder Unsicherheiten den Kontakt zum Therapeutinnen- und Therapeutenteam per Video oder Chat her.

Im Projekt wird erprobt, ob mit der digitalen Betreuung der gleiche oder ein besserer Therapieerfolg erzielt werden kann als beim klassischen IRENA-Programm. Zunächst erfolgt die Anwendung im orthopädischen Bereich; bei erwiesener Wirkung kann das Programm auf andere Patientinnen- und Patientengruppen ausgeweitet werden.

basierend auf den Informationen des Projekts aus April 2026

Inhaltsverzeichnis

Auf einen Blick 1
Inhaltsverzeichnis 3
Auswertung von Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See 4
Ansatz 1: Digitale Erbringung der IRENA 4
Ansatz 2: Betreuung durch Therapeut*innen des externen Anbieters 6

Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See (Koordination)

Ansatz 1: Digitale Erbringung der IRENA

Beschreibung	Die IRENA-Leistung findet nicht in Präsenz statt, sondern digital über eine app-basierte Tele-Reha-Plattform. In den beteiligten orthopädischen Kliniken erhalten Rehabilitand*innen mit Nachsorgebedarf, die nicht an einer IRENA teilnehmen können, das Angebot einer digitalen IRENA. Therapeut*innen stellen in der App aus vorhandenen Übungen individuelle Therapiepläne zusammen. Das Training mit der App startet bereits in der Schlussphase der Reha unter Anleitung, damit sich die Rehabilitand*innen mit der App und den Übungen vertraut machen können.
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Verstetigung vor Ort	**bereits realisiert** Die technische Infrastruktur steht inzwischen in fast allen Kliniken bereit. Der Einsatz und die Anerkennung digitaler Leistungen durch die Deutsche Rentenversicherung wurden durch die Corona Pandemie beschleunigt.
Bundesweite Verstetigung	**auf jeden Fall** Die Umsetzung erfolgt bereits bundesweit.

Ansatz 1: Digitale Erbringung der IRENA	Wirkung
Wichtigste Ziele	
Erweiterung des Spektrums möglicher Leistungen bzw. Interventionen (Leistungen)	**Positiv**
Verbesserung der Angebotssituation in Bezug auf Reha-Leistungen bzw. Leistungserbringer (insgesamt und in bestimmten Regionen, Bedarfssegmenten) (Leistungen)	**Positiv**
Wirkung auf Personen	
Sicherung des Rehabilitationserfolgs im Alltag (Individuell vergebene Kategorien)	**Positiv**
Wirkung auf Organisationen	
Verstetigung	
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Umsetzung vor Ort	**bereits realisiert**
Bundesweit empfohlen	**auf jeden Fall**

Nicht zutreffend = dem Ansatz nicht zugeordnet, Keine = nicht wirksam, Eher positiv = teilweise wirksam, Positiv = sehr wirksam

Ansatz 2: Betreuung durch Therapeut*innen des externen Anbieters

Beschreibung	In digIRENA werden die Teilnehmenden durch ein interdisziplinäres Team aus Therapeut*innen eines digitalen Anbieters betreut. Zuvor erfolgt die Nachsorge stets durch Therapeut*innen der Klinik.
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Verstetigung vor Ort	**bereits realisiert** Das Rahmenkonzept der Deutschen Rentenversicherung (DRV) für Nachsorgeleistungen wurde angepasst und ermöglichte auch eine externe Betreuung der Nachsorgeteilnehmenden.
Bundesweite Verstetigung	**auf jeden Fall** Die bundesweite Verstetigung wurde bereits umgesetzt.

Ansatz 2: Betreuung durch Therapeut*innen des externen Anbieters	Wirkung
Wichtigste Ziele	
Erweiterung des Spektrums möglicher Leistungen bzw. Interventionen (Leistungen)	**Nicht zutreffend**
Verbesserung der Angebotssituation in Bezug auf Reha-Leistungen bzw. Leistungserbringer (insgesamt und in bestimmten Regionen, Bedarfssegmenten) (Leistungen)	**Positiv**
Wirkung auf Personen	
Sicherung des Rehabilitationserfolgs im Alltag (Individuell vergebene Kategorien)	**Positiv**
Wirkung auf Organisationen	
Verstetigung	
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Umsetzung vor Ort	**bereits realisiert**
Bundesweit empfohlen	**auf jeden Fall**

Nicht zutreffend = dem Ansatz nicht zugeordnet, Keine = nicht wirksam, Eher positiv = teilweise wirksam, Positiv = sehr wirksam