

REHABILITATION



Was ist medizinische Rehabilitation?

Darunter versteht man Maßnahmen zum Erhalt oder zur Wiedererlangung der (sozialen) Selbstständigkeit bzw. Arbeitsfähigkeit. Sie umfassen verschiedene Therapieformen wie Physio- oder Ergotherapie, medizinische Beratung, Vorträge, Trainingseinheiten (Kraft, Ausdauer, Gymnastik, ...), Entspannungsverfahren, uvm. (Das Angebot kommt auf die Einrichtung und die Fachrichtung an.)

Welche Arten von Reha gibt es?

Es gibt **stationäre** oder **ambulante** Aufenthalte. Stationär bedeutet, du wirst für mehrere Wochen aufgenommen, Übernachtung (Gemeinschafts- oder Einzelzimmer) und Verpflegung inklusive. Ambulant bedeutet, dass du nach den Therapieeinheiten jeden Tag nach Hause fährst.

Es gibt drei Phasen der medizinischen Rehabilitation.

- 1.) Phase 1 erfolgt nur bei einem stationären Aufenthalt im Krankenhaus (in Folge einer Operation, akuten Erkrankung oder Verletzung).
- 2.) **Phase 2** wird entweder stationär oder ambulant angeboten.
- 3.) **Phase 3** ist nur ambulant und kann im Anschluss an Phase 2 beantragt werden, am besten von der Rehaeinrichtung selbst. Sie ist weniger intensiv, weil die Einheiten innerhalb eines halben Jahres aufgeteilt werden können.

Rehaeinrichtungen spezialisieren sich auf verschiedene medizinische **Fachbereiche** (Neurologie, Psychiatrie, Pneumologie, Orthopädie, Pädiatrie usw.).



Wie lange dauert eine Reha?

Die Dauer richtet sich nach dem Krankheitsbild und wird vom Versicherungsträger festgelegt. Eine stationäre Reha dauert **mindestens 2 Wochen**, oft wird bei Bedarf verlängert. Eine ambulante Reha dauert meist **6 Wochen** mit mehreren Therapietagen pro Woche.

Was kostet eine Reha?

Die Therapiekosten werden vom Sozialversicherungsträger übernommen.

Eine Kostenbeteiligung ist für nur bei stationärer Reha vorgesehen und richtet sich nach deinem Einkommen. Der sogenannte **Selbstbehalt** liegt zwischen 10,31 € und maximal 25,04 € pro Tag (Stand 2025) pro Tag.

Vom Selbstbehalt befreit werden:

- Personen mit einem geringen monatlichen Einkommen (maximal **1.273,99 €**, Stand 2025)
- Personen die eine Leistung nach den Mindestsicherungs- und Sozialhilfegesetzen der Länder beziehen
- Personen, bei denen eine besondere soziale Schutzbedürftigkeit besteht (z.B. Personen die eine Ausgleichszulage beziehen)

Welche Behörde ist zuständig?

1. **Unfallversicherungsträger:** z.B. [AUVA](#)
 - Wenn ein Arbeitsunfall zur gesundheitlichen Problematik geführt hat (Ansteckung in der Arbeit)
2. **Pensionsversicherungsträger:** z.B. [PVA](#)
 - Für Angestellte (Teilzeit oder Vollzeit)
 - Beim AMS gemeldete Personen
3. **Krankenversicherungsträger:** [ÖGK](#)
 - Mitversicherte Angehörige (z. B. Studierende)
 - Freiwillig Versicherte (z. B. bei geringfügiger Beschäftigung oder pflegende Angehörige)
 - Asylwerber:innen
 - Bezieher:innen der Mindestsicherung



Welche Reha eignet sich am besten?

Folgende Überlegungen spielen bei der Wahl einer geeigneten Einrichtung eine Rolle:

1.) „Rehabilitationsfähigkeit“ muss gegeben sein

Rehabilitationsfähigkeit bedeutet, dass eine Person körperlich und psychisch/mental dazu in der Lage ist, eine medizinische Rehabilitation zu absolvieren

Wenn PEM (Post Exertional Malaise), also Belastungsintoleranz vorliegt, ist das oft nicht der Fall!

Es ist es wichtig eine Rehaeinrichtung zu finden, die Erfahrung damit hat und Rücksicht darauf nimmt!

Tipp: Am besten klärst du vorab, ob die Einrichtung auf deine Bedürfnisse eingehen kann oder nicht. Ob du eine Reha schaffen und davon profitieren kannst, ist im Vorfeld schwer einzuschätzen. Als grobe Orientierung: Liegt dein Aktivitätsniveau auf der [Bell Scala](#) unter 30, ist definitiv von Reha abzuraten. In dem Fall wäre es besser, wenn du dir ein privates maßgeschneidertes Rehaprogramm zusammenstellen lässt. Du kannst erfahrene Therapeut:innen suchen und gegebenenfalls auch Zuhause mit ihnen arbeiten.

2.) Erfahrungswerte

Leider gibt es in Österreich keine einzige offizielle Long Covid-Reha. Hier eine kleine Auswahl an Reha-Einrichtungen mit inzwischen größtenteils guten Rückmeldungen von Betroffenen:

Einrichtung	Bundesl.	Fachrichtung	Art
Therme Wien Med, Oberlaa	W	Pneumo, Ortho, Stoffwechsel, Herz-Kreislauf, Onko, Neuro, Psychat, Post-Covid	ambulant
Neurologisches Rehasentrum Rosenhügel	W	Neuro oder Neuropsych.	stationär / ambulant
Rehaklinik Enns	OÖ	Neuro, Pneumo	stationär
OptimaMed Rehasentrum Raxblick	NÖ	Ortho, Pulmo	stationär
Neurologisches Therapiezentrum Gmundnerberg	OÖ	Neuro	stationär
Vortuna Gesundheitsressort Bad Leonfelden	OÖ	Psychosomat.	stationär
Rehasentrum Bad Schallerbach	OÖ	Neuro, Onko, Ortho, Rheuma	stationär
Klinikum Bad Gleichenberg	STMK	Pneumo, Stoffwechsel, Onko (SVS), Post-Covid	stationär
Privatklinik Laßnitzhöhe	STMK	Neuro, Ortho	stationär
Rehasentrum Münster	T	Neuro, Pneumo, Herz-Kreislauf, Onko, psychosozial,	stationär

3.) ambulant oder stationär?

Bei einer ambulanten Reha solltest du bedenken, dass auch der Hin- und Rückweg Kraft kostet. Die Reha kommt zu deinem normalen Arbeits- und Haushaltspensum noch dazu. Es gibt auch freie Tage und du hast eine Rückzugsmöglichkeit in deinen eigenen vier Wänden. Außerdem spielen Nahrungsmittelunverträglichkeiten keine Rolle, da du selbst für deine Verpflegung zuständig bist. Bei einer ambulanten Reha fallen keine Kosten an.

Bei einer stationären Reha kannst du für einige Wochen aus dem Alltag aussteigen. Du musst dich weder um Haushalt noch Arbeit kümmern. Du solltest überlegen, ob du ein Einzelzimmer benötigst. Da du an Ort und Stelle verköstigt wirst, ist es ratsam, Unverträglichkeiten vorab zu besprechen. In den meisten Fällen ist ein Selbstbehalt zu zahlen. Ausgangs- und Besuchszeiten sind beschränkt.



Wie stelle ich einen Antrag?

Sprich mit dem:der Ärzt:in deines Vertrauens! Diese:r sollte über deine Erkrankung im Bilde sein. Gemeinsam könnt ihr das [Antragsformular](#) ausfüllen.

Tipps: Ein ärztliches Attest für PEM oder andere relevante Symptome und Erkrankungen ist zur Vorlage bei der Einrichtung nützlich! Anträge von Fachärzt:innen werden übrigens eher bewilligt.

Das Formular kannst du anschließend (zusammen mit relevanten Befunden) an den jeweiligen Sozialversicherungsträger senden.

ÖGK:

MeineÖGK-App, persönlich in einer ÖGK-Kundenservicestelle oder per Post an
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien

E-Mail: office@oegk.at

Telefon: +43 5 0766-0

PVA:

an die jeweilige Landeshauptstelle:

Wien	pva-lsw@pv.at
Burgenland	pva-lsb@pv.at
Niederösterreich	pva-lsn@pv.at
Oberösterreich	pva-lso@pv.at
Salzburg	pva-lss@pv.at
Steiermark	pva-lsg@pv.at
Kärnten	pva-lsk@pv.at
Triol	pva-lst@pv.at
Vorarlberg	pva-lsv@pv.at

AUVA:

E-Mail: HME@auva.at

Muss ich mich krankmelden?

Nein. Eine stationäre Reha wird (ähnlich wie ein Krankenhausaufenthalt) als Arbeitsunfähigkeit gewertet. Du bist währenddessen automatisch im Krankenstand. Eine ambulante Reha wäre theoretisch eine Möglichkeit, nebenbei noch reduziert zu arbeiten, daher wirst du nicht automatisch krankgemeldet. Bei fortbestehender Arbeitsunfähigkeit muss aber danach ein Krankenstand beantragt werden.



Wie lange sind die Wartezeiten?

Je nach Fachrichtung variieren die Wartezeiten. Auf Long Covid spezialisierte Rehaeinrichtungen haben durchschnittlich eine Wartezeit von 3 bis 6 Monaten. Nach der Bewilligung hat die vom Versicherungsträger gewählte Rehaeinrichtung 14 Tage Zeit, um sich bei dir zu melden. Viele Einrichtungen haben Wartelisten.

Tipp: Wenn du zeitlich flexibel bist, kannst du das der Einrichtung sagen. Manchmal fällt jemand aus und du wirst vorgereicht.

Mein Antrag wurde abgelehnt. Was kann ich tun?

Bei Ablehnung kann frühestens ein Jahr später ein neuer Antrag gestellt werden. Ausnahme ist eine akute Zustandsverschlechterung oder neu hinzugekommene Erkrankung, in dem Fall kann schon vor Ablauf der Frist erneut beantragt werden. Dann erfolgt eine ärztliche Begutachtung seitens des Versicherungsträgers.

Leider besteht aber kein Rechtsanspruch auf medizinische Rehabilitation.

Ich schaffe die Reha nicht. Was soll ich tun?

Deine Gesundheit ist das Wichtigste! Bitte lass dich nicht zu Therapien zwingen! Eine dauerhafte Verschlechterung in Kauf zu nehmen, nur um kurzfristig Ärger aus dem Weg zu gehen, zahlt sich nicht aus. Es gibt mehrere Möglichkeiten.

1. Sprich mit der Einrichtung und bitte um eine Stellungnahme, dass keine „Reha-Fähigkeit“ gegeben ist. Den Patient:innen wohlgesinnte Einrichtungen haben meist Einsicht und versuchen, das bei der Versicherung bestmöglich zu argumentieren.
2. Rücksprache mit dem Sozialversicherungsträger halten. Wenn dieser uneinsichtig ist, gibt es noch Ombudsstellen.
3. Mit Ärzt:innen intervenieren. Bei Organisationen wie z. B. Verein Chronischkrank Unterstützung ersuchen. Im schlimmsten Fall muss die Sache vor Gericht verhandelt werden.

Weiterführende Infos:

[Allgemeine Infos | Österreichischer Rehabilitationskompass](#)

[Versicherungsträger im Detail \(oesterreich.gv.at\)](#)

[Medizinische Rehabilitation | Gesundheitsportal](#)

[Medizinische Rehabilitation \(gesundheitskasse.at\)](#)

