



**DeinHaus 4.0**  
selbstbestimmt leben  
OBERBAYERN

Technische  
Hochschule  
**Rosenheim**



**POST  
REHA**

**DeinHaus 4.0:  
Nach der Reha  
gut versorgt!**

gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



## Problemfelder in der Post-Reha-Phase:



Wer hilft mir mit den Medikamenten?



Wer macht jetzt den Haushalt?



Wer begleitet mich zum Arzt?



Wer kümmert sich um die Post und den Papierkram?

Die Klärung dieser und weiterer Fragen ist für die Versorgung zu Hause nach dem Reha-Aufenthalt essentiell.

## Gut versorgt von der Reha nach Hause

Wenn Menschen eine schwerwiegende Erkrankung wie beispielsweise einen Schlaganfall erleiden, werden diese nach der Akutbehandlung im Krankenhaus in spezialisierten Rehabilitationseinrichtungen weiter betreut. Wie die dort erlangten gesundheitlichen Fortschritte durch neuartige Versorgungskonzepte auch zu Hause sichergestellt werden können, erfahren Sie in dieser Broschüre.

Menschen, die nach einer stationären medizinischen Rehabilitationsphase in ihr eigenes Zuhause zurückkehren, befinden sich in der sogenannten „Post-Reha-Phase“. In dieser Phase sollen bereits erreichte Therapieziele langfristig gesichert und ggf. weiter ausgebaut werden.

### Darüber hinaus stellen sich oft folgende Fragen:

Wie kann ich meine **Wohnung barrierefrei** gestalten, um mehr Selbstbestimmung zu erhalten?

Was kann mir helfen, dass ich meinen **Haushalt** wieder alleine führen kann?

Wie organisiere ich notwendige **Behandlungs- und Therapietermine**?

Welche technischen und **digitalen Unterstützungsmöglichkeiten** im Bereich Therapie und Versorgung gibt es?

Welche davon sind in meiner Situation **besonders hilfreich**?

Die Klärung dieser und vieler weiterer Fragen ist nach einem Reha-Aufenthalt essentiell. Zur Sicherstellung der Rehabilitationseffekte und der häuslichen Versorgung wurde daher im Projekt DeinHaus 4.0 ein Post-Reha-Konzept entwickelt, welches die Geborgenheit der eigenen Wohnung mit einer rehabilitationsfördernden Wohnraumgestaltung sowie individuellen digitalen und analogen Aktivitätsangeboten verknüpft.

# Technische Hochschule Rosenheim Technical University of Applied Sciences

## Kontakt

Hochschulstraße 1  
83024 Rosenheim, Germany  
Telefon +49 8031 805-0  
Fax +49 8031 805-2105  
info@th-rosenheim.de  
**www.th-rosenheim.de**

---

Haftung: Der Inhalt dieses Heftes wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch übernehmen Herausgeber und Redaktion keine Haftung für die Richtigkeit des Inhalts oder evtl. Druckfehler. Bildnachweis: Alle abgedruckten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die Verwendung ist nur mit vorheriger Genehmigung des Herausgebers gestattet. Die vorangehenden Erläuterungen beziehen sich in der Regel auf beide Geschlechter, auch wenn für eine bessere Lesbarkeit nur eine Form verwendet wurde.

---

Herausgeber **Technische Hochschule Rosenheim Technical University of Applied Sciences** Hochschulstraße 1, 83024 Rosenheim, Germany, Telefon +49 8031 805-0, Fax +49 8031 805-2105, www.th-rosenheim.de, Verantwortlich I.S.d.P. Prof. Heinrich Köster, Präsident

Teilprojekt 4 Post Reha: Yvonne Rauner, B.Sc. Pflegewissenschaft, M.Sc. Medizinmanagement; Prof. Dr. Franz Benstetter; Mitwirkende: Andrea Kastl, B.Sc. Physiotherapie, M.A. International Health and Social Management; Sonja Engelhardt, B.Sc. Mechatronik, M.Sc. Interdisziplinäre Produktentwicklung; Sandra Mayer-Huber, B.Sc. Psychologie, M.Sc. Psychologie; Redaktion: Christina Koch; Konzept und Layout: Gestalten am Berg GbR; Bildnachweise: Titel: Shutterstock, Seite 2: pixels.com, Stand Juni 2022

---