

## NETZWERK

# Bewegungsangebote als Zusatz zum Disease Management Programm (DMP)

## Zielsetzung

Um Menschen mit chronischen Krankheiten nachhaltig zu Bewegung und Sport zu motivieren und ihnen mehr gesundheitliche Kompetenz zu vermitteln, bietet der Deutsche Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie (DVGS) e.V. in Kooperation mit der DAK Gesundheit zusätzliche Angebote zu Disease Management Programmen (DMP) an. Ein weiteres Ziel der Maßnahmen ist die Vermeidung von Über-/Unter-/Fehlversorgung sowie Reduktion von Folge- und Wiederholungskosten.



**DVGS**

Bild: Deutscher  
Verband für  
Gesundheitssport und  
Sporttherapie e.V.

## Umsetzung

Disease Management Programme (DMP) sind strukturierte Behandlungsprogramme für chronisch Kranke, die vom Bundesversicherungsamt zuzulassen sind. Die Behandlungs- und Betreuungsprozesse von Patienten werden über den gesamten Verlauf einer Krankheit und über die Grenzen der einzelnen Leistungserbringer hinweg koordiniert und auf der Grundlage wissenschaftlich gesicherter aktueller Erkenntnisse optimiert. Bei den Bewegungszusatzprogrammen handelt es sich um so genannte "ergänzende Leistungen" gemäß § 43 SGB V.

Im Leistungsangebot des DMP ist der Baustein Bewegung kaum berücksichtigt. Der DVGS entwickelte ein verhaltensorientiertes Bewegungsprogramm für DMP-Patienten. Die DAK startete im Herbst 2007 mit dem ersten Piloten für die Indikation Brustkrebs, der wissenschaftlich begleitet wurde. Nach den sehr positiven Evaluationsergebnissen folgten Bewegungsprogramme für weitere DMP-Indikationen. Die bestätigend positiven Evaluationsergebnisse führt zur flächendeckenden Ausweitung der Bewegungsprogramme bundesweit für alle gesetzlichen Krankenkassen.

---

## KONTAKT

Deutscher Verband  
für Gesundheitssport  
und Sporttherapie  
(DVGS) e.V.  
Vogelsanger Weg 48  
50354 Hürth-Efferen

**Ansprechpartnerin**  
Angelika Baldus  
Telefon: 02233-65017  
E-  
Mail: [angelika.baldus@dvgs.de](mailto:angelika.baldus@dvgs.de)

---

## LINKS

[www.dvgs.de](http://www.dvgs.de)

Das Bewegungsprogramm wird für folgende Indikationen angeboten:

- Mammakarzinom
- Diabetes mellitus Typ 2
- Koronare Herzkrankheit (KHK)
- Co-Morbidität Adipositas

Der Kurs ist individuell auf die Bedürfnisse des Teilnehmers und der jeweiligen Erkrankung abgestimmt und findet jeweils in 10 bis 12 Einheiten einmal wöchentlich zu je 60 bis 90 Minuten statt. Zu Beginn erhalten die Patienten Informationen zum Krankheitsbild, auch in Verbindung mit Bewegung.

Die Bewegungsprogramme haben u. a. folgende biopsychosoziale Ziele:

- Verbesserung von Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit
- Vermittlung von Wissen zu Ressourcen und Erkrankung
- Erlangen von Fähigkeiten im Umgang mit der Erkrankung
- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Förderung der Motivation
- Förderung des Selbstbewusstseins und Selbstwertgefühls
- Reduzierung von Angst und Depressivität
- Positives gemeinschaftliches Erleben von Bewegung und Sport
- Förderung des sozialen Miteinanders

Die Kursteilnehmer lernen beispielsweise folgende Bewegungsarten und -techniken kennen:

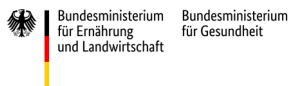
- Walken
- Nordic-Walking
- Ballspiele
- Kräftigungsgymnastik
- Entspannungstechniken
- Wassergymnastik



Dieses Projekt trägt das Logo "Wir sind IN FORM". Wenn auch Sie ein

Projekt kennen, dass sich für gesunde Ernährung und/ oder mehr Bewegung einsetzt, können Sie das Logo ebenfalls beantragen.

Alle nötigen Informationen finden Sie unter  
**IN FORM Partner werden.**



Link zur Webseite:

**<https://www.in-form.de/netzwerk/projekte/bewegungsangebote-als-zusatz-zum-disease-management-programm-dmp/>**