



Lange Nacht der Forschung

24. April 2026

www.pv.at



Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Pensionsversicherungsanstalt (PVA)
Friedrich-Hillegeist-Straße 1, 1020 Wien
Telefon: +43 (0)5 03 03
Website: www.pv.at
E-Mail: pva@pv.at

Verlags- und Herstellungsort: PVA, Wien

Druck: PVA, Wien

Stand: März 2026, 1. Auflage

Titelbild: © Lange Nacht der Forschung

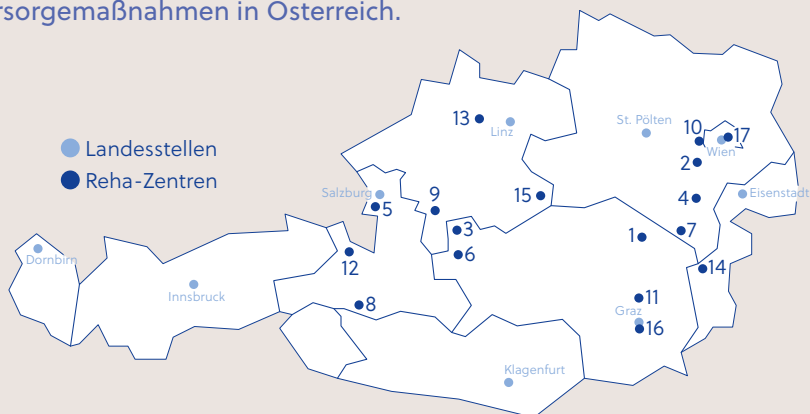
Haftungsausschluss: Die bereitgestellten Inhalte dienen der allgemeinen Information. Eine Gewähr für Richtigkeit oder Vollständigkeit wird nicht übernommen. Jegliche Haftung ist ausgeschlossen.

Inhalt

Lange Nacht der Forschung in der Pensionsversicherung.....	2
Was ist Rehabilitation?	3
Welche Rolle spielt die Reha-Forschung?	4
Fallbeispiel 1: Ambulante Reha bei Stoffwechselerkrankungen	6
Fallbeispiel 2: Reha für Job, Erwerbsfähigkeit & Teilhabe (PV RehaJET®)	7
Fallbeispiel 3: Reha bei neurologischen Erkrankungen	8
Station 1: Reha-Aufnahme	10
Station 2: Medizinische Trainingstherapie	12
Station 3: Technische Hilfsmittel.....	14
Station 4: Patient*innenschulung.....	16
Station 5: Reha-Entlassung	18

Willkommen zur langen Nacht der Forschung in der Pensionsversicherung!

Die Pensionsversicherung ist mit 17 eigenen Reha-Zentren und mehr als 150 Vertragspartnern der größte Dienstleister von medizinischen Rehabilitations- und Gesundheitsvorsorgemaßnahmen in Österreich.



- | | | |
|------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. RZ Aflenz | 7. RZ Hohegg | 13. RZ Bad Schallerbach |
| 2. RZ Alland | 8. RZ Bad Hofgastein | 14. RZ Bad Tatzmannsdorf |
| 3. RZ Bad Aussee | 9. RZ Bad Ischl | 15. RZ Weyer |
| 4. RZ Felbring | 10. RZ Laab im Walde | 16. PV ZAR Graz |
| 5. RZ Großmain | 11. RZ St. Radegund | 17. PV ZAR Wien |
| 6. RZ Gröbming | 12. RZ Saalfelden | |

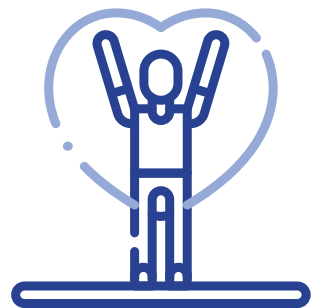
Was ist Rehabilitation?

Die Rehabilitation unterstützt Menschen nach Operationen, Verletzungen, akuten oder chronischen Erkrankungen dabei, zurück in ihren beruflichen und sozialen Alltag zu finden.

Die Ziele der Rehabilitation sind:

- » Teilhabe am beruflichen und gesellschaftlichen Leben unterstützen
- » Gesundheitszustand verbessern und Verschlechterungen verhindern
- » Lebensqualität erhöhen
- » Selbstständigkeit im Alltag fördern

Grundlagen der Rehabilitation sind das bio-psycho-soziale Modell und die Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF).



Welche Rolle spielt die Reha-Forschung?

In der Forschungsabteilung der Pensionsversicherung arbeiten Expert*innen unterschiedlicher Disziplinen daran, die Leistungen und Programme der Reha-Zentren zu untersuchen, weiterzuentwickeln und ihre Wirksamkeit zu evaluieren.

Im Mittelpunkt der Forschung stehen Menschen mit Gesundheitsproblemen und ihre aktive und selbstbestimmte Teilhabe am beruflichen und sozialen Leben.

Wir laden Sie heute zu einem beispielhaften Reha-Aufenthalt aus Sicht der Reha-Forschung ein. Ausgewählte Fallbeispiele finden Sie auf den folgenden Seiten.



Infopoint

Station

1

Reha-Aufnahme

Vergessen Sie nicht auf die
Stempel für Ihren Stempel-
pass auf der Rückseite!



Glücksrad
drehen

Station

3

Technische
Hilfsmittel

Station

5

Reha-Entlassung

2

Station

Medizinische
Trainingstherapie

4

Station

Patient*innenschulung



Fallbeispiel 1

Ambulante Reha bei Stoffwechselerkrankungen

Alter	» 50 Jahre
Erkrankung	» erhöhte Blutzuckerwerte und Blutfettwerte » Mehrgewicht » Kniearthrose
privates Umfeld	» verheiratet » 2 Kinder (10 und 13 Jahre)
Beruf	» Vollzeit (5-Tage, All-in) » Projektmanagement bei einer renommierten Baufirma » hohe berufliche Verantwortung
Reha-Art	» berufsbegleitende ambulante Rehabilitation » Dauer: 8 Wochen
Reha-Ziel	» Gesundheitskompetenz verbessern » Wissen zu Ernährung und Bewegung steigern » Gelerntes nachhaltig in den Alltag integrieren



www.pv.at/Fall1



© istockphoto.com/zensstock

Fallbeispiel 2

Reha für Job, Erwerbsfähigkeit & Teilhabe (PV RehaJET®)

Alter	» 38 Jahre
Erkrankung	» Schulterbeschwerden nach Fahrradsturz » nach 3-wöchiger Reha sind noch Beschwerden vorhanden
privates Umfeld	» ledig » keine Kinder » ehrenamtliche Tätigkeit im Sozialbereich
Beruf	» Teilzeit (3 Tage) » Elementarpädagogik
Reha-Art	» Reha für Job, Erwerbsfähigkeit und Teilhabe (PV RehaJET®) » Dauer: 3–4 Wochen
Reha-Ziel	» Tätigkeiten, die das Arbeitsbild verlangt, wieder beschwerdefrei durchführen können » Gelerntes nachhaltig in den Alltag integrieren



www.pv.at/Fall2

Der PV RehaJET® ist die einzige medizinisch-berufsorientierte Reha in Österreich und bereitet Patient*innen bestmöglich auf den beruflichen Wiedereinstieg vor.

Fallbeispiel 3

Reha bei neurologischen Erkrankungen

Alter	» 47 Jahre
Erkrankung	» Schlaganfall » Probleme mit der Feinmotorik z. B.: Hemdknöpfe schließen, Schuhe binden » Probleme mit dem Gedächtnis v.a. Vergesslichkeit
privates Umfeld	» verheiratet, zwei Kinder (15 und 17 Jahre) » Haus mit Garten
Beruf	» Vollzeit (5 Tage, im Wechselschichtdienst) » gehobener Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege
Reha-Art	» stationärer Rehabilitationsaufenthalt » Dauer: 4 Wochen
Reha-Ziel	» Gesundheitskompetenz verbessern » berufliche Teilhabe sicherstellen



www.pv.at/Fall3

Station

1

Reha-Aufnahme



Aufnahme

Bei der Reha-Aufnahme macht sich das Behandlungs-Team ein genaues Bild von allen Patient*innen.



Therapieplanung

Vorbefunde, Untersuchungen, Gespräche und Fragebögen liefern die notwendigen Informationen, um individuelle Therapien zu planen und durchzuführen.



Reha-Ziele

Persönliche Bedürfnisse, Erwartungen und Lebensumstände werden dabei berücksichtigt, damit die Patient*innen ihre Reha-Ziele erreichen können.



Informationen

Die bei der Reha-Aufnahme eingeholten Informationen sind deshalb der Grundstein für jede erfolgreiche Rehabilitation – aber auch Gegenstand der Forschung.

Fragestellungen

Mit den Informationen von vielen Patient*innen können grundlegende Fragen beantwortet werden.

- » Welche Personen kommen in die Reha?
- » Welche Gesundheitsprobleme haben sie?
- » Wie stark sind sie belastet?
- » Was belastet sie am stärksten?



Fortschritte

Bei der Reha-Entlassung füllen die Patient*innen erneut Fragebögen aus. Dann können Veränderungen der Gesundheit genau beurteilt werden.



Studien

Die Nachhaltigkeit nach Abschluss der Reha kann u. a. mit Fragebögen über längere Zeiträume in Studien untersucht werden.



Station

2

Medizinische Trainingstherapie

Trainingsempfehlung für jeden¹



Wie viele Ausdauerminuten haben Sie letzte Woche geschafft?

moderat

intensiv

An wie vielen Tagen konnten Sie letzte Woche ein Krafttraining bzw. Übungen zur muskulären Kräftigung einbauen?

Tag(en)

¹ Diese Empfehlungen gelten für gesunde & chronisch erkrankte Personen ab 18 Jahren.

Positive Auswirkungen von regelmäßigem Training



Im Rahmen der Rehabilitationsforschung werden die Effekte von Bewegung und Sport auf Körper, Gesundheit und Wohlbefinden untersucht. Anhand verschiedener Tests, Assessments und Fragebögen werden Veränderungen erfasst und beschrieben. So wird sichtbar, wie gezieltes Training das tägliche Leben verbessern kann.

Station

3

Technische Hilfsmittel

Innovative technische Hilfsmittel werden in unterschiedlichen Reha-Maßnahmen (z. B. med. Trainingstherapie, Schulungen) ergänzend eingesetzt.

VR-Brille (Fallbeispiel 3)

Diese Therapieform ist für Personen gut geeignet, die ihre Konzentration und ihre Feinmotorik trainieren wollen.

Glukosemesssystem (Fallbeispiel 1)

Personen können von diesem Hilfsmittel profitieren, indem sie ihre Blutzuckerwerte im Blick behalten und so ihre Diabeteserkrankung besser managen können.



Forschungserkenntnisse helfen, das technisch unterstützte Reha-Angebot auszubauen, anwenderfreundlich zu gestalten und das Potential der technischen Hilfsmittel voll auszuschöpfen.

Exoskelett

Diese Therapieform ist für Personen mit neuromuskulären Einschränkungen gut geeignet, da mit Unterstützung dieses Hilfsmittels das Gehen wiedererlernt bzw. geübt werden kann.



TENS / EMS (Fallbeispiel 2)

Diese Therapieform ist für Personen mit muskulären Schmerzen gut geeignet, da durch den Einsatz dieses Hilfsmittels Schmerzen gelindert werden können.



Wie anstrengend war die Übung mit der VR-Brille?*



*von 0 (gar nicht anstrengend) bis 10 (extrem anstrengend)

Patient*innenschulung

Schulungen werden oft in Form von Vorträgen und Seminaren angeboten. Sie finden in Gruppen statt und werden interaktiv gestaltet.

Der Umfang und die Inhalte der Schulungen werden auf die individuellen Bedürfnisse der Patient*innen abgestimmt, damit sie ihre Rehabilitationsziele erreichen können.

Ziel ist die Förderung der Gesundheit und der Gesundheitskompetenz.

Lebensstil	Psychische Gesundheit	Krankheitsbewältigung
» Ernährung	» Stressmanagement	» Umgang mit Schmerz
» Schlaf	» Entspannungstechniken	» Umgang mit Medikamenten, Hilfsmitteln
» Raucherentwöhnung	» Psychosomatik	» Wundmanagement
» körperliche Gesundheit	» etc.	» etc.
» etc.		

Allgemeine und spezifische Schulungen

- » Digitale Gesundheitskompetenz
- » Hypertonie
- » Ergonomie am Arbeitsplatz
- » Stoffwechsel-spezifische Themen
- » etc.

Quiz

1. Worauf sollte man bei der Suche nach digitalen Gesundheitsinformationen achten? (Ein Beispiel reicht.)



2. Wie viele Liter Wasser sollte man täglich mindestens trinken?



3. Welches wichtige Wort fehlt hier?

Bio - _____ - soziale Gesundheit



4. Welche Schulung würden Sie der Person empfehlen, die in dem von Ihnen gewählten Fallbeispiel beschrieben wird?



Reha-Entlassung

Am Ende der Rehabilitation werden erneut Untersuchungen durchgeführt und Fragebögen ausgefüllt. Es wird auch geprüft und mit den Patient*innen besprochen, inwieweit sie ihre individuellen Reha-Ziele erreicht haben.

Mit Entlassungs- und Teilhabeberatung (ETB) wird sichergestellt, dass die Patient*innen die erlernten Fähigkeiten auch nach der Reha anwenden können und erfolgreich in ihren Alltag und Beruf zurückfinden.

Forschung in der PV

Beispielwerte einer*eines Patientin*Patienten

Aufnahme	Entlassung	Unterschied
50 Meter	500 Meter	+450 Meter

Bei Aufnahme konnte die Person innerhalb von 6 Minuten 50 m mit Krücken zurücklegen. Bei Entlassung waren es 500 m ohne Hilfsmittel.

Unterschiede zwischen Aufnahme und Entlassung werden bei vielen Patient*innen gemessen und können statistisch ausgewertet werden.

Diese Ergebnisse sind wichtig für die Evaluierung und Weiterentwicklung von Reha-Programmen.

Umfrage Besucher*innen

1. Wie oft haben Sie in den letzten 7 Tagen Obst gegessen?



2. Wie viele Stunden am Tag beschäftigen Sie sich gewöhnlich mit Ihrem Smartphone?



3. Wie oft haben Sie sich in den letzten 7 Tagen bewegt (z. B. spazieren gehen, Rad fahren etc.)?



4. Wie hat Ihnen der heutige Einblick in die Reha-Forschung gefallen?



Reha-Forschung: Wissen schafft Fortschritt

In der Forschungsabteilung der Pensionsversicherung (PV) arbeiten Expert*innen verschiedener Disziplinen daran, unsere Angebote weiterzuentwickeln & ihre Wirksamkeit zu evaluieren – für eine moderne, wissenschaftlich fundierte Rehabilitation im Sinne der Patient*innen.

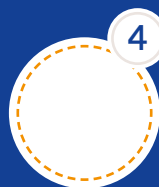
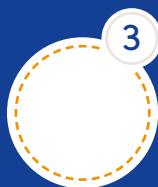
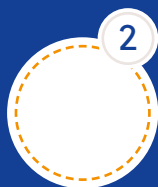
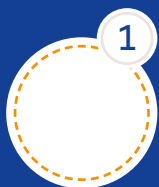


Alle Informationen:

www.pv.at/Reha-Forschung



Sammeln Sie alle Stempel der Stationen und versuchen Sie Ihr Glück an unserem Glücksrad.



Wissen schafft Fortschritt! Ihre Fragen an uns

Schreiben Sie uns, wenn Sie Fragen zu unseren Forschungsprojekten haben oder mehr über unsere Arbeit erfahren möchten.

www.pv.at/Reha-Forschung

E-Mail: pva-hfil.forschung@pv.at

Wir freuen uns über Ihr Interesse und sind bemüht, Ihre Anfrage zu beantworten!