Rückenschmerzen > Reha und Rente

Das Wichtigste in Kürze

Menschen mit Rückenschmerzen bekommen unter bestimmten Voraussetzungen eine medizinische oder berufliche Reha, um wieder in den normalen Alltag und das Berufsleben zurückzufinden. Wenn die Reha nicht hilft, wieder voll arbeitsfähig zu werden, können sie eine Rente wegen voller oder teilweiser Erwerbsminderung beantragen. Die Rente wird aber meist nur bewilligt, wenn neben den Rückenschmerzen weitere Gesundheitsprobleme vorliegen, z.B. schwere Depressionen.

Medizinische Reha bei Rückenschmerzen

Über Reha soll schon nach 4–8 Wochen nachgedacht werden, um zu vermeiden, dass die Rückenschmerzen chronisch werden. Wer wegen Rückenschmerzen im Krankenhaus war, kann die Reha als Anschlussrehabilitation bekommen (ambulant oder stationär).

Bei medizinischer Reha wegen Rückenschmerzen sind verschiedene Schwerpunkte möglich:

- Neurologische und orthopädische Reha in Kombination
- Verhaltensmedizinisch-orthopädische Reha (VMO)
- Psychosomatische Reha
- Berufliche Belastungserprobung
- Medizinisch-beruflich orientierte Reha (MBOR)

Bei der Prüfung, ob eine medizinische Reha nötig ist, werden folgende Kriterien berücksichtigt:

- Wie lange dauert die Krankheit schon?
- Inwieweit sind aus vorübergehenden Beschwerden schon dauerhafte (chronische) Schmerzen geworden?
- Strahlen Schmerzen in der Lendenwirbelsäule (LWS) in die Beine aus oder nicht?
- Bestehen die Schmerzen in Ruhe und/oder bei Bewegung?
- Treten die Schmerzen auch in der Nacht auf und kommt es dadurch zu Schlafstörungen?
- Welche Auswirkungen hat die Erkrankung auf die Gehfähigkeit und die Fähigkeit zu sitzen?

Eine Reha hilft mit hoher Wahrscheinlichkeit, wenn:

- die Rückenschmerzen noch nicht so lange andauern,
- die Rückenschmerzen noch nicht chronisch sind,
- keine weiteren Erkrankungen und psychischen Probleme vorliegen.

Eine medizinische Reha kann bewilligt werden, wenn:

- die ambulante Behandlung (Rückenschmerzen > Ursachen und Behandlung) nicht ausreicht, um aktiv am Leben teilhaben und erwerbstätig sein zu können,
  und
- die Person mit Rückenschmerzen rehabilitationsfähig ist, das heißt bei den Reha-Maßnahmen mitmachen kann,
  und
- voraussichtlich eine Wiedereingliederung in das Erwerbsleben möglich ist.

Sozialrechtliche Informationen zur medizinischen Reha

Die folgenden Links führen zu den sozialrechtlichen Bestimmungen rund um medizinische Reha, die bei Rückenschmerzen infrage kommen:

- Reha-Leistungen
- Medizinische Rehabilitation (ambulant oder stationär)
- Medizinische Rehabilitation > Antrag
- Vorsorgeleistungen und Vorsorgekuren
- Anschlussrehabilitation an den Akutklinik-Aufenthalt
- Stufenweise Wiedereingliederung in den Arbeitsalltag
- Ergänzende Leistungen zur Reha, z.B. Reisekosten oder Patientenschulungen
- Reha-Sport und Funktionstraining

Berufliche Reha bei Rückenschmerzen

Manchmal reichen schon technische Hilfsmittel (z.B. ein Stehpult) aus, um den Arbeitsplatz zu erhalten. In anderen Fällen hilft eine

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Versetzung innerhalb des Betriebs. In manchen Fällen ist hingegen eine Fortbildung oder Umschulung nötig, z.B. wenn die bisherige Arbeit wegen der Rückenprobleme körperlich nicht mehr bewältigt werden kann.

Sozialrechtliche Informationen zur beruflichen Reha

Zu den sozialrechtlichen Bestimmungen rund um berufliche Reha wegen Rückenschmerzen gibt es Informationen unter den folgenden Links:

- Berufliche Reha > Rahmenbedingungen
- Berufliche Reha > Leistungen
- Stufenweise Wiedereingliederung
- Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen

Rente wegen Erwerbsminderung bei Rückenschmerzen

Eine Erwerbsminderungsrente **allein** wegen Rückenschmerzen wird immer seltener. Die meisten Menschen mit Rückenschmerzen bekommen sie heute nur noch, wenn andere Krankheiten bzw. Behinderungen hinzukommen, z.B. psychische Störungen.

Erwerbsminderungsrente ist **keine** Berufsunfähigkeitsrente, d.h. die Rente gibt es nicht schon, wenn der bisherige Beruf nicht mehr oder nur noch eingeschränkt ausgeübt werden kann. Voraussetzung ist vielmehr, dass der betroffene Mensch nur noch unter 6 Stunden pro Tag auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt **irgendeiner** Tätigkeit nachgehen kann.

Die meisten Menschen mit Rückenschmerzen können noch körperlich leichte Tätigkeiten für mindestens 6 Stunden pro Tag ausüben, bei denen ein Wechsel zwischen Sitzen und Stehen sowie Bewegung zwischendurch möglich ist. Eine Erwerbsminderungsrente bekommen diese Menschen i. d. R. auch dann nicht, wenn sie eine solche Tätigkeit nicht finden, sondern nur theoretisch ausüben könnten. (§ 43 Abs. 3 SGB VI)

Näheres unter Erwerbsminderungsrente. Zu anderen Leistungen bei Erwerbsminderung Näheres unter Erwerbsminderung.

Vorgezogene Altersrente bei Schwerbehinderung wegen Rückenschmerzen

Menschen mit einem Grad der Behinderung (GdB) über 50 (Schwerbehinderte) können früher in die Altersrente gehen als Menschen ohne Behinderungen, allerdings nur, wenn sie schon die sog. Wartezeit von 35 Jahren erfüllt haben. Näheres unter Altersrente für schwerbehinderte Menschen. Diese Altersrente kann auch als Teilrente in Anspruch genommen werden.

Praxistipp

Wird eine Reha oder Rente wegen Rückenschmerzen abgelehnt, lohnt es sich oft, wenn Sie dagegen Widerspruch einlegen und bei Ablehnung des Widerspruchs eine Klage einreichen. Widerspruch und Klage selbst sind für Sie kostenlos. Wenn Sie anwaltliche Hilfe brauchen, müssen Sie die Kosten aber selbst bezahlen und bekommen sie nur erstattet, wenn Sie das Verfahren gewinnen.

Sollten Sie sich die Anwaltskosten nicht leisten können, helfen ggf. Beratungshilfe oder Prozesskostenhilfe weiter.

Wer hilft weiter?

- Rentenversicherungsträger
- Bei Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten: Unfallversicherungsträger
- Bei beruflicher Reha: Agentur für Arbeit
- Bei (drohender) Behinderung: Träger der Eingliederungshilfe oder unabhängige Teilhabeberatung

Verwandte Links

Rückenschmerzen

Rückenschmerzen > Behinderung

Rückenschmerzen > Finanzielle Hilfen

Berufliche Reha > Leistungen

Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen

Medizinische Rehabilitation

Rehabilitation > Zuständigkeit

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Erwerbsminderungsrente

Altersrente für schwerbehinderte Menschen

Chronische Schmerzen

Chronische Schmerzen > Beruf

Chronische Schmerzen > Behandlung und Rehabilitation

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg