



Spitalregion Fürstenland Toggenburg



KardioRehab – ambulante Herztherapie in der Region

KardioRehab ist ein gemeinsames Angebot der Spitalregion Fürstenland Toggenburg mit den beiden Akutspitälern Wil und Wattwil sowie des Herzteams Wil.
Für Auskünfte können Sie sich jederzeit direkt an uns wenden:

KardioRehab
Spitalregion Fürstenland Toggenburg
Fürstenlandstrasse 32
9500 Wil
Telefon 071 914 63 85
kardiorehab@srft.ch
www.kardiorehab.ch

herzteam wil
Kardiologische Doppelpraxis
Obere Bahnhofstrasse 45
9500 Wil
Telefon 071 913 60 13
herzteam-wil@hin.ch
www.herzteam-wil.ch

IN ZUSAMMENARBEIT MIT:

herzteam  wil
KARDIOLOGISCHE DOPPELPRAXIS

KardioRehab – DIE AMBULANTE HERZTHERAPIE IN DER REGION

KardioRehab ist eine ganzheitliche und effiziente Therapiemöglichkeit, die nach einem Herzinfarkt oder bei Herzkrankheiten die Leistungsfähigkeit bestmöglich verbessert und das Risiko eines erneuten Infarktes deutlich reduziert.

Das ambulante Präventions- und Rehabilitationsprogramm der Spitalregion Fürstenland Toggenburg in Zusammenarbeit mit dem Herzteam Wil eignet sich für Patienten, die in gewohnter Umgebung ihres Wohnortes die Gesundheit wieder aufbauen wollen und die selber aktiv dazu beitragen möchten, Rückfälle zu vermeiden. Die Wiedereingliederung in das Alltags- und Berufsleben nach einem Herzinfarkt oder einem Eingriff am Herzen erfolgt bei KardioRehab unter Einbindung des sozialen Umfeldes. Dieser Umstand steigert nachweislich den langfristigen Rehabilitationserfolg.

Dank KardioRehab lernen die Patienten einen gesunden und aktiven Lebensstil kennen und können so langfristig einen wesentlichen Beitrag zur Prävention von Herzkrankheiten beitragen.

Ziel von KardioRehab ist es, die körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern und gleichzeitig die Psyche zu stabilisieren, um Sicherheit und Lebensqualität zu gewinnen.

Wann ist die ambulante Rehabilitation sinnvoll?

- _ Nach einem Herzinfarkt
- _ Bei einer Erkrankung der Herzkranzgefässe
- _ Nach einer Bypassoperation
- _ Nach einer Ballonerweiterung der Herzkranzgefässe
- _ Nach einer Herzklappenoperation, Aortenoperation oder einer Herztransplantation
- _ Bei eingeschränkter Herzpumpfunktion (Herzinsuffizienz)
- _ Bei peripherer-arterieller Verschlusskrankheit (PAVK = Schaufensterkrankheit)
- _ Nach Implantation eines internen Defibrillators
- _ Bei Patienten mit erheblichen Risikofaktoren (Diabetes mellitus, Bluthochdruck, erhöhte Blutfette, Bewegungsmangel, Rauchen, Stress, Übergewicht)
- _ Bei Patienten mit chronischen kardiovaskulären Beschwerden
- _ In Ergänzung und im Anschluss an eine verkürzte stationäre Rehabilitation

Wichtig zu wissen

Unser Programm wird durch die Krankenkassen anerkannt. Das heisst: Bei entsprechender Indikation und nach erfolgter Kostengutsprache werden die Kosten als Pflichtleistung der Grundversicherung übernommen.

KardioRehab – DER PROGRAMMAUFBAU

Das Programm dauert neun bis zwölf Wochen. Die Therapien finden jeweils an drei Nachmittagen statt. Eine gleichzeitige Wiederaufnahme der Arbeitstätigkeit ist mindestens teilzeitlich möglich.

Beratung

Nach einer gründlichen Eintrittsuntersuchung und einem Vorgespräch durch eine Kardiologin oder einen Kardiologen erfolgt eine praktische Einführung in das Therapieprogramm.

Bewegung

Mit einem individuellen Aufbautraining werden Kraft und Ausdauer gefördert. Damit diese Fitnessstunden auch Freude bereiten, haben wir ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt – von Wandern und Walken in der Natur über Training auf dem Hometrainer und Wassergymnastik bis hin zu Entspannungsübungen.

Während der sportlichen Aktivitäten stehen den Patienten speziell geschulte Physio- und Herztherapeutinnen und -therapeuten zur Seite. Sie betreuen die Stunden und überwachen – in enger Zusammenarbeit mit den Ärzten – den Trainingseffekt.

Vorträge

Neben der Bewegung ist es wichtig, dass die Patienten gezielte Informationen zum Thema Herzkrankheit und den Umgang damit erhalten. Daher finden im Rehabilitationsprogramm auch regelmässig Vorträge über Herzkrankheiten, Risikofaktoren, Stressbewältigung und Krankheitsverarbeitung sowie über herzgesunde Ernährung statt. Zu diesen Vorträgen sind auch die Angehörigen der Betroffenen herzlich eingeladen.

Aus Gründen der Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet.

