

Auch eine Wiedereingliederung in das Alltags- und Berufsleben nach einem Herzinfarkt oder nach einem Eingriff am Herzen ist durch eine ambulante Rehabilitation rasch realisierbar. Bei «KardioRehab» wird zudem das soziale Umfeld des Patienten in die Therapie miteinbezogen. Dies steigert nachweislich - gerade in Bezug auf die wünschenswerte Veränderung des Lebensstils - den langfristigen Rehabilitationserfolg.

Tiefere Kosten

Die Kosten für eine ambulante Rehabilitation sind wesentlich günstiger. Kostet eine dreiwöchige stationäre Rehabilitationstherapie etwa 5 bis 6'000 Franken sind für ein 9 bis 12 wöchiges ambulantes Programm - wie zum Beispiel «KardioRehab» - zirka 3'000 Franken ausreichend.

3 Phasen der Rehabilitation

Die Behandlung einer Herz-Kreislaufkrankheit, zum Beispiel eines Herzinfarktes, ist in drei Phasen aufgeteilt: Die Phase 1 beginnt nach dem Akutereignis im Spital mit Sofortmassnahmen. In der Phase 2 erfolgt der Übertritt in ein kardiales Rehabilitationsprogramm. Der positive Effekt dieser zweiten Phase wird durch die Langzeitrehabilitation - zum Beispiel in einer Herzgruppe - in der Phase 3 gesichert. «KardioRehab» hat aber auch einen wichtigen präventiven Charakter: Die Patientinnen und Patienten lernen einen gesunden und aktiven Lebensstil kennen und können so langfristig einen wesentlichen Beitrag zur Prävention von Herzkrankheiten beitragen.

Wirksame Vernetzung

«KardioRehab» ist ein Beispiel für eine erfolgreiche Vernetzung zwischen verschiedenen Leistungserbringern der Spitalregion Fürstenland Toggenburg – insbesondere am Standort Wil. Bei der „KardioRehab“ vernetzt sich das Spital Wil mit den niedergelassenen Kardiologen sowie den Ernährungsberaterinnen der Region Wil-Toggenburg.

Segel richtig gesetzt

Die Umsetzung des Projektes "KardioRehab" ist ein weiterer wichtiger Schritt in der erfolgreichen Umsetzung der Strategie der Spitalregion Fürstenland Toggenburg. Die Gesundheitsdirektorin des Kantons St.Gallen, Regierungspräsidentin Heidi Hanselmann, meinte dazu an der Medienkonferenz vom 3. September im Spital Wil: «Zum Start von «KardioRehab» wünsche ich viel Erfolg und bin sicher, dass das Zitat aus dem Geschäftsbericht eines unbekanntenen Autors "Wir können die Windrichtung nicht bestimmen,

aber wir können die Segel richtig setzen" auch für dieses neue Dienstleistungsangebot gilt. Die Spitalregion hat einmal mehr die Segel richtig gesetzt und kann ein weiteres zukunftssträchtiges und vor allem bedarfsgerechtes Angebot für die Bevölkerung in der Region anbieten.»

KardioRehab auf einen Blick:

Die ambulante Therapie wird in einem Zeitraum von neun bis zwölf Wochen mit 40 bis 50 Trainingseinheiten à 1,5 Std. an drei Nachmittagen pro Woche durchgeführt werden. Nebst dem vielseitigen und aufbauenden Bewegungsprogramm werden die Patientinnen und Patienten individuell und in Gruppen strukturiert über ihre Krankheit aufgeklärt und lernen, was sie aktiv langfristig zu einem herzgesunden Lebensstil beitragen können. Entspannungsübungen, Massnahmen zum Stressabbau und Unterstützung in der Rauchentwöhnung runden das Programm ab.

Bei Fragen stehen Dr. Marion Börttschi, Kardiologin Spital Wil, Telefon 071 914 51 37 oder Dr. Raphael Koller, „herzteam wil“, Telefon 071 913 60 13 gerne zur Verfügung.