



Phase II - HerzRehab

Ambulante kardiale Rehabilitation

Was ist ambulante kardiale Rehabilitation?

Wiederherstellung des gewohnten physischen, psychischen und sozialen Zustands nach einem Herzinfarkt, nach einer Ballondilatation/ Stenting oder nach einer Herzoperation (Bypass und/oder Klappenoperation) und Herzinsuffizienz (Herzschwäche).

Ziele

- Verbesserung des Wohlbefindens und der physischen Leistungsfähigkeit
- Vertiefte Kenntnisse in die eigene Krankheit und deren therapeutischen Möglichkeiten
- Verminderung von Risiken
- Verhinderung von Komplikationen resp. erkennen und behandeln
- Optimale Einstellung der medikamentösen Therapie
- Verbesserung der Prognose
- Reintegration in Familie und Beruf

Programm

- 3-4 x pro Woche jeweils ca.1-1,5 Stunden überwachtes Training
- Aufklärung
- Risikofaktoren-Management
- Diätberatung
- Raucherentwöhnungsprogramm
- Insgesamt 36 Therapiestunden (mit individueller Anpassung)