



Willkommen in der ambulante kardiologische Rehabilitation am HFR Meyriez-Murten

Informationsbroschüre für Patientinnen,
Patienten und Angehörige

- 4 An wen richtet sich das Programm?
- 5 Was beinhaltet das Programm?
- 5 Übernimmt die Krankenkasse die Kosten für das Programm?
- 7 Was muss ich tun, um am Programm teilzunehmen?
- 8 Programm für die kardiologische Rehabilitation
- 9 Wichtige Informationen

Liebe Patientin, lieber Patient

Herzlich Willkommen in der Abteilung für kardiologische Rehabilitation! Wir werden alles daran setzen, Ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten. Diese Broschüre soll Ihnen und Ihren Angehörigen unser Reha-Konzept und die damit verbundenen Massnahmen erklären.

4 An wen richtet sich das Programm?

Die kardiologische Rehabilitation hilft Patientinnen und Patienten mit einer Erkrankung des Herzens oder der Herzkranzgefäße, ihre bestmögliche Gesundheit wiederzuerlangen und das Fortschreiten ihrer Krankheit zu bekämpfen. Diese Art der Rehabilitation eignet sich für Personen, die einen Herzinfarkt oder eine Herzoperation hatten oder bei denen eine Herzinsuffizienz besteht. Diese Erkrankungen wirken sich stark auf den Alltag der Betroffenen aus, und zwar sowohl auf ihre körperlichen und sozialen als auch auf ihre psychischen Fähigkeiten, und beeinträchtigt ihre Lebensqualität stark. Während ihres Aufenthalts können Patientinnen und Patienten mit Unterstützung verschiedener Gesundheitsfachpersonen gesunde Lebensgewohnheiten fördern und so ihre kardiovaskulären Risikofaktoren reduzieren.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die Teilnahme an einem solchen Programm die Sterblichkeitsrate nach zwei Jahren um 47 Prozent senkt und das Rückfallrisiko um 17 Prozent reduziert.



Was beinhaltet das Programm?

5

Das Programm dauert acht Wochen:

- In den ersten vier Wochen findet die Rehabilitation täglich von Montag bis Freitag statt (Dauer: Halb- oder Dreivierteltage)
- In den letzten vier Wochen sind es drei Halbtage pro Woche

Das Programm basiert auf folgenden drei Eckpfeilern:

- Konditionsaufbau
- Patientenedukation in der Gruppe und einzeln, damit Sie Ihre Erkrankung und die Behandlung besser verstehen
- Anpassung der Behandlung

Übernimmt die Krankenkasse die Kosten für das Programm?

Ja, die Kosten des Programms für die ambulante kardiologische Rehabilitation werden von der Grundversicherung (KVG) vergütet.



Was muss ich tun, um am Programm teilzunehmen?

7

- Wenn Sie Patientin/Patient sind, sprechen Sie mit Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt oder Ihrer Kardiologin/Ihrem Kardiologen.
- Wenn Sie Ärztin/Arzt sind, wenden Sie sich an Dr. med. Eric Gobin, sekretariat.kardiorehaambulant@h-fr.ch oder 026 306 73 22.

Anreise

HFR Meyriez-Murten
Chemin du Village 24
3280 Meyriez

Im Rahmen dieses Programms steht Ihnen ein Parkplatz zur Verfügung. Am Empfang können Sie eine Parkkarte für einen Monat (30 Tage) kaufen (50 Franken, sofort zahlbar).

Kontakt

Für das Programm CAREA verantwortlicher Arzt: Dr. med. Eric Gobin

CAREA dpt – Kardiologische Uniklinik: Prof. Dr. Med. Stéphane Cook und Prof. Dr. med. Mario Togni

Sekretariat: 026 306 73 22

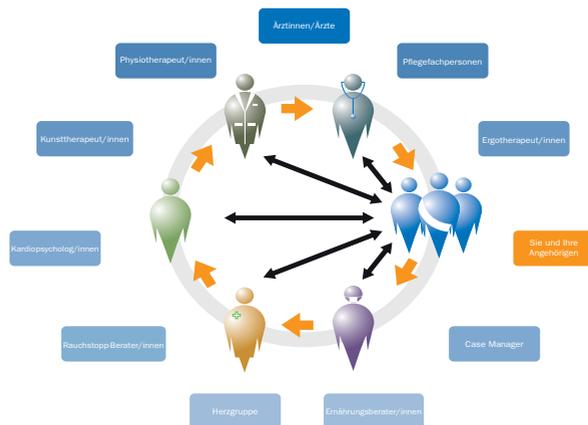
Pflege: 026 306 73 87

Physiotherapie: 026 306 71 65

8 Programm für die kardiologische Rehabilitation

Sie beginnen in Kürze Ihr Programm für die ambulante kardiologische Rehabilitation. Es umfasst Physiotherapie und Patientenedukation in der Gruppe. Um Ihr Wissen über Ihre Erkrankung zu verbessern, werden dabei verschiedene Themen besprochen. Das Programm wird für jede Patientin/jeden Patienten individuell angepasst. Die Patientenedukation soll Ihnen Wissen über die Pathophysiologie von Herzerkrankungen (krankheitsbedingte Veränderungen oder Störungen von Organfunktionen), kardiovaskuläre Risikofaktoren, verschiedene Herztherapien sowie Stressbewältigung und Ernährung vermitteln. Dabei erhalten Sie unter anderem Tipps zur körperlichen Betätigung sowie zur Wiederaufnahme Ihrer Hobbys und Ihrer beruflichen Tätigkeit. Je nach Ihren Bedürfnissen steht Ihnen psychologische Unterstützung oder eine Rauchstopp-Beratung zur Verfügung. Wenn Ihre Angehörigen an den Vorträgen teilnehmen möchten, wenden Sie sich bitte vorgängig an das ärztliche oder das pflegerische Personal.

Die Vorteile dieser Rehabilitation bei Menschen mit einer Herzerkrankung sind heute unbestritten. Die Betreuung durch verschiedene Berufsgruppen spielt dabei eine Schlüsselrolle.



Wichtige Informationen 9

- Am Tag Ihres ersten Termins begeben Sie sich bitte eine halbe Stunde vorher zum Empfang. Dort werden die Aufnahmeformalitäten erledigt.
- Am ersten Tag werden verschiedene Fachpersonen Ihren Gesundheitszustand beurteilen. Zu diesem Zweck finden verschiedene Untersuchungen statt, darunter auch ein Belastungstest.
- Nach dieser Erstbeurteilung beginnt Ihr Programm für die kardiologische Rehabilitation.
- Es umfasst obligatorische Therapien und Gruppensitzungen, in denen verschiedene Themen behandelt werden, um Ihr Wissen über Ihre Erkrankung zu verbessern.
- Wichtig ist auch, dass Sie sich angemessen kleiden (sportliches Tenü):
 - bequeme Hallensportkleidung sowie geeignete Schuhe (Turnschuhe)
 - Wettertaugliche Outdoor-Sportkleidung und -schuhe (Wandern)
- Es stehen Ihnen Schliessfächer und eine Dusche zur Verfügung. Erkundigen Sie sich beim Pflegepersonal.
- Während Ihrer Behandlung in der ambulanten kardiologischen Rehabilitation ist Ihre Ansprechperson immer Ihre behandelnde Ärztin/Ihr behandelnder Arzt.
- **Bei Fragen oder Bedürfnissen steht Ihnen das Stationszimmer montags bis freitags von 8 bis 12.15 Uhr und von 12.45 bis 16.30 Uhr offen** (Büro **B142**, erster Stock).
- Falls Sie verhindert sind, informieren Sie uns bitte mindestens 24 Stunden vor Ihrem Termin, zwischen **8 und 16.30 Uhr**. Andernfalls wird Ihnen der Termin in Rechnung gestellt.
- Wenn Ihre Angehörigen an den Vorträgen teilnehmen möchte, wenden Sie sich bitte vorgängig an das ärztliche oder das pflegerische Personal.

Programm	Saal HFR Meyriez-Murten
Physiotherapeutische Beurteilung und Sechs-Minute-Gehtest	gemäss Plan
Belastungstest	B140
Kardiologische Beratung	B140
Pflegeberatung	B142
Workshop «Pflege-Instruktionen»	gemäss Plan
Workshop «Ernährungs-Instruktionen»	gemäss Plan
Workshop «Medizinische Instruktionen»	gemäss Plan
Körperliche Aktivität (Tage)	Fitnessraum Turnhalle
Physiotherapeutische Beurteilung und Sechs-Minute-Gehtest	Fitnessraum
Belastungstest	B140
Ernährungsberatung	gemäss Plan
Kardiologische Beratung	B140
Pflegeberatung	B142

Wo Sie uns finden

Kardiologische Rehabilitation

HFR Meyriez-Murten

Chemin du Village 24

3280 Meyriez

026 306 70 00