



Willkommen in der kardiologischen Rehabilitation

Informationsbroschüre für Patientinnen,
Patienten und Angehörige

- 4 Was ist die kardiologische Rehabilitation?
- 5 Rahmenbedingungen
- 6 Kann ich während des Spitalaufenthalts Urlaub nehmen?
- 6 Besuchszeiten
- 8 Wer gehört zum interprofessionellen Team?
- 9 Programm für die kardiologische Rehabilitation

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 Was ist die kardiologische Rehabilitation?

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.



Rahmenbedingungen 5

Die Rehabilitation funktioniert nur, wenn Sie und das Team aus Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Berufsgruppen partnerschaftlich zusammenarbeiten. Bei Ihrer Ankunft in der Abteilung nimmt sich jedes Teammitglied Zeit, sich mit Ihnen auszutauschen und die Ziele Ihres Aufenthalts festzulegen.

Die Dauer Ihres Aufenthalts hängt von mehreren Faktoren ab, richtet sich aber hauptsächlich nach Ihren Rehabilitationszielen, Ihren Fortschritten sowie der Kostenübernahmevereinbarung mit Ihrer Krankenversicherung.

Ein Aufenthalt in der Rehabilitation setzt voraus, dass Sie bereit sind, selbst eine aktive Rolle zu spielen. Die Therapien finden täglich statt und sind obligatorisch (ausser an Wochenenden und Feiertagen). Falls es Termine gibt, die in Ihren Spitalaufenthalt fallen, verschieben Sie diese bitte.

Persönliche Gegenstände und Hilfsmittel, die Sie mitbringen sollten:

- Toilettenartikel
- Persönliche Medikamente und Medikamentenliste
- Unterwäsche
- Genügend Sportkleidung für die Indoor-Therapien
- Genügend Sportkleidung für die Outdoor-Therapien
- Für jedes Wetter geeignete Schuhe (Turnschuhe o. Ä.)
- Persönliches Mobilisierungshilfsmittel (falls Sie eines besitzen)
- Für Diabetiker/innen: Material zur Selbstkontrolle Ihres Blutzuckers
- Für Stomaträger/innen: Stomamaterial
- _____
- _____

6 Kann ich während des Spitalaufenthalts Urlaub nehmen?

Während Ihres Spitalaufenthalts ist es mit ärztlicher Erlaubnis möglich, über das Wochenende Urlaub zu nehmen (von Samstag bis Sonntagabend). Wenn Sie einen Urlaub beziehen, wird das Pflorgeteam Ihnen mitteilen, was es dabei zu beachten gilt.

Besuchszeiten

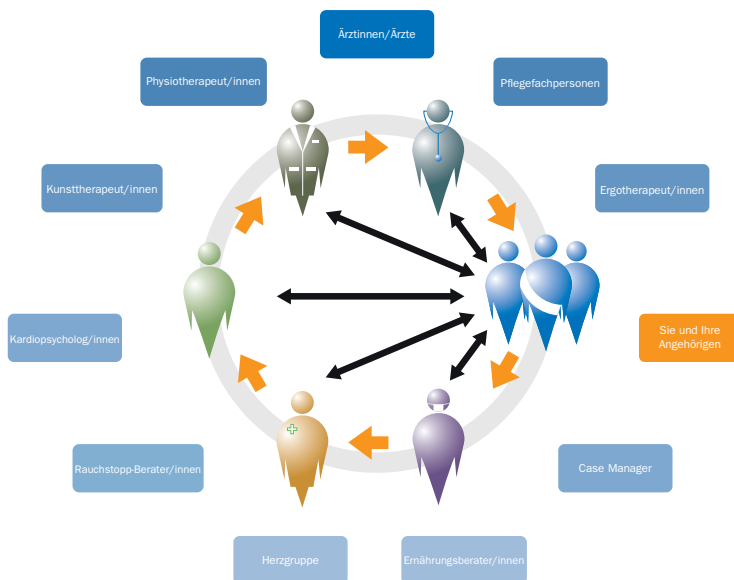
Sie können täglich zwischen 14 und 20 Uhr Besuch empfangen. Bitte respektieren Sie die folgenden Regeln:

- Halten Sie sich an die vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen.
- Befolgen Sie die Anweisungen des medizinischen und therapeutischen Personals.
- Überprüfen Sie vorgängig den Therapieplan, der auf dem Whiteboard in Ihrem Zimmer aushängt, und legen Sie Ihre Besuche auf die Zeit zwischen den Therapien.



8 Wer gehört zum interprofessionellen Team?

Sie beginnen in Kürze Ihr Programm für die ambulante kardiologische Rehabilitation. Die Vorteile dieser Rehabilitation bei Menschen mit einer Herzerkrankung sind heute unbestritten. Die Betreuung durch verschiedene Berufsgruppen spielt dabei eine Schlüsselrolle.



Programm für die kardiologische Rehabilitation 9

Das Programm 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. Je nach Ihren Bedürfnissen stehen drei Programme zur Auswahl:

- Standardprogramm
- Programm Herzinsuffizienz
- Programm für Personen über 75 Jahren

Die Patientenedukation soll Ihnen Wissen über die Pathophysiologie von Herzkrankungen (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.

Es ist möglich, nach einem stationären Aufenthalt in der kardiologischen Rehabilitation ein ambulantes Programm zu absolvieren. Dieses dauert zwei bis vier Wochen. Der Zeitaufwand dafür beträgt zwei halbe Tage pro Woche von Montag bis Freitag.



Wo Sie uns finden

Kardiologische Rehabilitation

HFR Riaz

Rue de l'Hôpital 9

1632 Riaz

026 306 40 00