



# KARDIALE REHABILITATION

Informationsbroschüre

**KARDIOLOGIE  
& PHYSIO-  
THERAPIE**



**01** Kardiale Rehabilitation

**04** Anmeldung und Kosten

**05** Partner

# KARDIALE REHABILITATION

Die ambulante kardiale Rehabilitation richtet sich an Patientinnen und Patienten mit einem Herzleiden (zum Beispiel nach Herzinfarkt, Herzkathetereingriff, Herzoperationen, oder bei Herzmuskelschwäche etc.).

Ziel der Rehabilitation ist es, die körperliche Leistungsfähigkeit mit einem angepassten Bewegungsprogramm zu steigern, den Krankheitsverlauf durch Optimierung von Risikofaktoren und Verhaltensweisen zu verbessern sowie Sicherheit im Umgang mit der Krankheit zu gewinnen. Dies führt zu einer verbesserten Lebensqualität und wirkt sich so positiv auf den Krankheitsverlauf aus.

Die Herz-Rehabilitation steht unter folgender ärztlicher Leitung:

**Dr. med. Marianne Zimmerli Voegtli**  
Leitende Ärztin Kardiologie

# KARDIALE REHABILITATION

Der erste Schritt im Programmablauf ist eine ärztliche Eintrittsuntersuchung. Diese dient unter anderem dazu, Ihre persönliche Leistungsfähigkeit und die optimale Trainingsbelastung zu bestimmen.

Auf der Basis der Eintrittsuntersuchung bietet das ambulante Rehabilitationsprogramm in der Physiotherapie des Spitals Thun für die Patienten ein individuell abgestimmtes Training in einer Gruppe. Das Programm wird von diplomierten Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten geleitet, die auf diesem Gebiet speziell ausgebildet sind. In enger Zusammenarbeit mit den zuständigen Ärztinnen und Ärzten planen und überwachen sie Ihren Trainingsfortschritt.





Das Programm dauert in der Regel 12 Wochen, findet an jeweils drei Tagen pro Woche statt und wird durch regelmässige Vorträge und ärztliche Kontrollen ergänzt. Es wird ganzjährig angeboten, so dass Sie jederzeit einsteigen können. Zu unserem abwechslungsreichen Programm gehören Ausdauertraining, Krafttraining und Spielsportarten in der Turnhalle, sowie Nordic Walking draussen. Das Training verbessert Ihre Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination.

Entspannungstechniken und Tipps für den Umgang mit Stress erlernen Sie in den Gruppenlektionen der Psychologinnen und Psychologen der psychiatrischen Dienste.

Im Rahmen des Rehabilitationsprogrammes spielt auch die Ernährung eine wichtige Rolle. Die Fachpersonen unserer Ernährungsberatung bieten Ihnen die Möglichkeit zur Ernährungsoptimierung. Eine persönliche Beratung mit einer individuellen Standortbestimmung ermöglicht bei Bedarf die praktische Umsetzung im Alltag. Erweiternd wird ein Fachvortrag zum Thema herzgesunde Ernährung angeboten.

# ANMELDUNG UND KOSTEN

Die Anmeldung zur kardialen Rehabilitation erfolgt am besten über Ihren Hausarzt/Ihre Hausärztin oder den behandelnden Facharzt/die behandelnde Fachärztin im Akutspital. Bei Fragen können Sie sich an das Sekretariat der Kardiologie wenden.

Eine fachärztliche Betreuung ist Bestandteil des Programms. Ihr Hausarzt/Ihre Hausärztin wird über das Programm, dessen Verlauf und über die Ergebnisse der Rehabilitation informiert und wird teils während, mindestens aber am Ende der Rehabilitation schriftlich und ausführlich informiert. Während der Rehabilitation werden Sie für alle kardiologischen Belange vom für Sie zuständigen Kardiologen betreut.

## ZUSTÄNDIGKEITEN UND KOSTEN

Ihre Krankenkasse trägt die Kosten für ambulante Rehabilitationsprogramme im Rahmen der Grundversicherung (KVG). Beachten Sie bitte Ihre vereinbarte Franchise und den üblichen Selbstbehalt.

## VERSICHERUNG

Bitte beachten Sie, dass bei Unfällen Ihre eigene Unfallversicherung respektive Ihre Krankenkasse haften. Die Spital STS AG kann nur bei einem Verschulden unsererseits aufkommen.

# KONTAKTE

## **Kardiale Rehabilitation**

Tel. 058 636 26 49

kardiologie@spitalstsag.ch

## **Physiotherapie (Spital STS AG Thun ), Haus F**

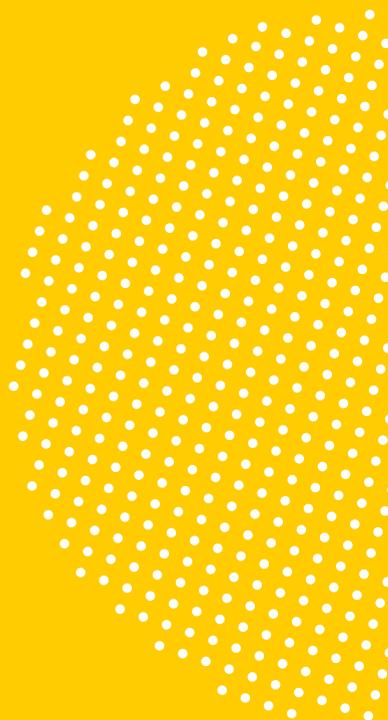
Tel. 058 636 26 77

physio.thun@spitalstsag.ch

## **Ernährungsberatung (Spital STS AG Thun ), Haus F**

Tel. 058 636 28 66

ernaehrungsberatung@spitalstsag.ch



## **Kardiologie**

Medizinische Klinik

Tel. 058 636 26 49

[kardiologie@spitalstsag.ch](mailto:kardiologie@spitalstsag.ch)

## **Spital STS AG Thun**

Krankenhausstrasse 12

CH-3600 Thun

[www.spitalthun.ch](http://www.spitalthun.ch)

