

Hartrevalidatie bij hartfalen

Hartrevalidatie bij hartfalen

Als u hartfalen heeft, werkt uw hart minder goed. Het kan dan niet genoeg bloed rondpompen. Daardoor krijgen organen en spieren niet genoeg zuurstof. Hartrevalidatie is een effectieve manier om te leren omgaan met uw hartklachten. Het ondersteunt u zowel lichamelijk als geestelijk. Revalidatie geeft u inzicht in uw hartaandoening en kan u helpen om uw leefstijl te veranderen. Ook kunt u werken aan uw conditie waardoor u weer vertrouwen krijgt in uw lichaam.

Doel van de behandeling

Het doel van de behandeling is het verbeteren van het dagelijks functioneren en het beperken van uw hartfalen. Dit door te werken aan bijvoorbeeld het verbeteren van uw lichamelijke

conditie, het leren omgaan met uw beperkingen en energieverdeling.

Inhoud van het programma

Fysiotherapie

U krijgt twee weken lang, twee keer per week een uur hartfysiotherapie om uw persoonlijke doelen en uw conditie te bepalen. Na deze twee weken volgt er een groepsbehandeling van twaalf weken. U krijgt dan twee keer per week onder begeleiding van een hartfysiotherapeut een uur een bewegingsprogramma. Dit programma bestaat uit werken aan uw doelen en opbouw van uw conditie en kracht.

Ontspanningsmodule

Tijdens de twaalf weken van de groepsbehandeling vinden ook de ontspanningssessies plaats.

Laat zien wat je kunt

U volgt zes bijeenkomsten van een half uur voor het bewust ervaren van het verschil tussen spanning en ontspanning. U leert verschillende technieken om te kunnen ontspannen en hoe u dit kunt toepassen in uw dagelijks leven.

Ergotherapie

Bij een ergotherapeut krijgt u adviezen over energieverdeling en het eventueel aanpassen of het regelen van voorzieningen die dagelijkse zaken voor u gemakkelijker maken.

Maatschappelijk werk

De gevolgen van hartfalen op uw dagelijks functioneren en hoe u hier mee om kunt gaan worden besproken met een maatschappelijk werker.

Behandelteam

Een team van verschillende behandelaars zijn betrokken bij uw behandeling. Het team bestaat uit een revalidatiearts, fysiotherapeut, ergotherapeut, maatschappelijk werker en psycholoog en werkt nauw samen met de cardiologen en hartfalen/ICD verpleegkundigen van het MCL.

Meer informatie

088 580 1580

info@revalidatie-friesland.nl

www.revalidatie-friesland.nl



Laat zien wat je kunt



Revalidatie
Friesland