

Hjärtprogrammet

Hjärtinfarkt drabbar idag lika många kvinnor som män. Att sätta in livsstilsförändringar i god tid är mycket viktigt. Vårt hjärtprogram fungerar både i förebyggande syfte, för den som befinner sig i riskzonen, och för den som redan har råkat ut för en hjärtåkomma.

Till vem riktar sig programmet?

Hjärtprogrammet är ett diagnosrelaterat program som vänder sig till personer med någon form av hjärtsjukdom, eller som är i riskzonen för att utveckla hjärtsjukdom.

Vad är målet med programmet?

Målet med hjärtprogrammet är att få tillstånd en livsstilsförändring som leder till fortsatt välmående.

Om programmet

Hjärtprogrammet är framtaget, dokumenterat och kvalitetssäkrat av en specialist inom området. Under två veckor finns hjärtspecialiserad sjukgymnast och hjärtläkare på plats. Träningen intensifieras då till flera pass per dag. Minst tre månader ska ha förflutit sedan senaste infarkt eller hjärtoperation. Medicinska underlag som krävs:

- Remiss från läkare med utförlig anamnes och status
- Aktuell medicinlista
- Aktuellt lipidstatus med totalkolesterol, LDL, HDL och triglyceridvärde
- Arbets-EKG protokoll och utlåtande
- Ekokardiografi-utlåtande

Aktuellt arbetsprov och eko ska vara utförda efter senaste hjärthändelse och helst inte äldre än 3 mån.

Ur innehållet:

- Enskilda samtal med specialiserad sjukgymnast och hjärtläkare
- Hälsoprofilbedömning
- Gruppaktiviteter på land och i vatten
- Workshops
- Avspänningsövningar
- Handlingsplan för att utveckla och behålla god hälsa
- Stresshantering
- Specifik teori kring hjärtsjukdom och riskfaktorer
- Cykeltester

HELHETSSYN – MULTIMODAL REHABILITERING

Svenska Re arbetar med multimodal rehabilitering där deltagarna har tillgång till läkare, sjuksköterska, psykolog, sjukgymnast och arbetsterapeut. Denna metod borgar för att deltagarna återfår, behåller och förbättrar hälsan och arbetskapaciteten.

Programmets längd: 3 veckor, mars och november

Anmälan: via info@svenska-re.se eller genom att ringa 08-20 55 10.

Resebokning: Vi rekommenderar Sölvesborgs Resebyrå för bokning av resa och boende, info@sbgres.se, 0456-108 00.