



REHABILITACJA KARDIOLOGICZNA

Rehabilitacja kardiologiczna to jedna z najbardziej efektywnych i jednocześnie chyba najbardziej niedoceniana gałąź rehabilitacji. Rehabilitacja kardiologiczna pozwala pacjentom po incydentach kardiologicznych (np. zawał) czy operacjach kardiologicznych na szybki i bezpieczny powrót do codziennej aktywności. Bezpieczeństwo zapewniamy przez wykonanie szerokiej diagnostyki układu, indywidualnie dobrane obciążenia treningowe oraz monitoring zapisu EKG podczas ćwiczeń. Tę formę usprawniania prowadzimy od wielu lat. Nasza kadra to fachowcy godni zaufania i powierzenia swojego zdrowia.

Dla kogo jest rehabilitacja kardiologiczna

W naszym Centrum prowadzimy rehabilitację kardiologiczną w ramach oddziału dziennego pobytu. Pacjenci na nią kierowani nie wymagają szpitalnej opieki całodobowej. Jest to tzw. etap rehabilitacji kardiologicznej poszpitalnej lub inaczej ambulatoryjnej. Ten etap jest przeznaczony dla pacjentów:

- po ostrych zespołach wieńcowych;
- plastyce naczyń wieńcowych;
- zabiegach z zakresu chirurgii naczyniowej;
- zaostrzeniach niewydolności serca;
- obniżenia tolerancji wysiłku fizycznego;
- przy powrocie do aktywności fizycznej po długotrwałym bezruchu, zwłaszcza w wieku podeszłym.

Jak przebiega rehabilitacja kardiologiczna

Rehabilitacja kardiologiczna zaczyna się każdorazowo od konsultacji lekarskiej, podczas której wykonywane są podstawowe badania, jak EKG, glikemia itp. Na podstawie tej wizyty pacjent jest kwalifikowany na próbę wysiłkową. Próba wysiłkowa jest badaniem wykonywanym w celu zdiagnozowania poziomu wydolności organizmu i tolerancji wysiłku fizycznego. Próba może być wykonana na bieżni lub cykloergometrze rowerowym. Na podstawie jej wyniku lekarz tworzy odpowiedni trening kardiologiczny oraz program rehabilitacji. Po ustaleniu tętna treningowego pacjenci odbywają indywidualnie zaprogramowane treningi interwałowe na rowerach stacjonarnych. Podczas treningów fizjoterapeuta na bieżąco monitoruje sygnał EKG pacjenta. W celu zwiększenia wydolności fizycznej i tolerancji wysiłku wykonywane są również tzw. treningi oporowe. Innym elementem, często lekceważonym, są zajęcia z psychologiem. Nie zdajemy sobie sprawy z tego, że nic tak nie cierpi z powodu stresu, jak nasze serca. Dlatego w celu przezwyciężenia

tw. wpływu psychosomatycznego na układ krążenia dużą wagę przykładamy do zajęć z psychologiem. Prowadzimy zarówno sesje indywidualne, jak i zbiorowe treningi relaksacyjne. W trakcie rehabilitacji pacjent ma wykonywany szereg badań diagnostycznych. W naszym ośrodku istnieje możliwość wykonania badania echokardiograficznego (USG serca), badania EKG metodą Holtera (24 godziny), badanie ciśnienie krwi metodą ciągłą (24 godziny, tzw. holter ciśnieniowy), EKG oraz innych niezbędnych badań. Czas trwania rehabilitacji jest ustalany przez lekarza prowadzącego. Dla pacjentów leczących się w ramach NFZ trwa on nie więcej niż 24 dni zabiegowych do wykorzystania w okresie 90 dni kalendarzowych. Dla pacjentów prewencji rentowej ZUS czas trwania turnusu wynosi 24 dni, dzień po dniu, od poniedziałku do piątku.

Jak dostać się na rehabilitację kardiologiczną?

W naszym Centrum prowadzimy rehabilitację kardiologiczną w ramach Oddziału dziennego rehabilitacji kardiologicznej refundowaną przez NFZ oraz w ramach prewencji rentowej ZUS. Aby dostać się na rehabilitację w ramach ubezpieczenia zdrowotnego (NFZ) należy posiadać skierowanie przez lekarza:

- oddziału kardiologii;
- oddziału kardiochirurgii;
- oddziału chorób wewnętrznych;
- poradni kardiologicznej;
- poradni rehabilitacyjnej.
-

Aby dostać się na rehabilitację kardiologiczną w ramach prewencji rentowej ZUS

należy od lekarza (obojętne jakiej specjalności, obojętne również czy przyjmującego komercyjnie czy na NFZ) uzyskać odpowiednie zaświadczenie (skan do ściągnięcia), które należy dostarczyć do jednostki terenowej ZUS. ZUS wezwie daną osobę na komisję lekarską, która orzeka m.in. o potrzebie rehabilitacji i kieruje do odpowiedniej Placówki na turnus stacjonarny (sanatorium) lub ambulatoryjny (taki jak w naszej Placówce). Po krótkim czasie pacjent pocztą tradycyjną dostanie skierowanie z wyznaczoną godziną i miejscem rozpoczęcia turnusu. Wszyscy pacjenci prewencji ZUS na skierowaniu mają wpisaną tę samą godzinę – 8.30. Jest to godzina rozpoczęcia zebrania informacyjnego, po którym jest konsultacja lekarska zgodnie z kolejnością rejestracji.