Für wen ist Rehasport geeignet?

Eine Teilnahme ist mögich bei:

- Koronarer Herzerkrankung
  – mit stabiler Angina pectoris
  – nach ST-Hebungs- und Nicht-ST-Hebungsinfarkt
  – nach Reinfarkt
  – nach PCI mit/ohne Stent Implantation
  – nach Bypass-Operation
  – nach Herzwand
  – Aneurysmaresektion
- Herzvitien jeder Art mit und ohne operative Korrektur
- Zustand nach Endo-, Myo-, Perikarditis
- Kardiomyopathie
- Herzinsuffizienz
- Zustand nach Schrittmacherimplantation
- Zustand nach Implantation eines Defibrillators
- Zustand nach einer Herztransplantation
- Ausgeprägten funktionellen Herz-Kreislaufstörungen
  – besonders arterielle Hypertonie mit kardiovaskulären Schäden
  – hyperkinetisches Herzsyndrom



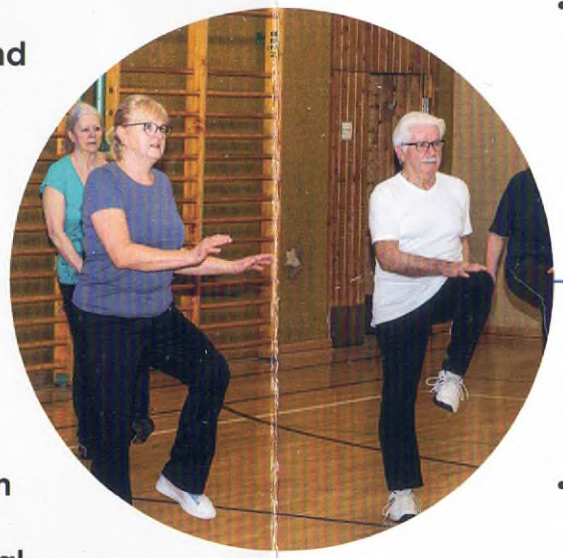
Voraussetzungen für die Teilnahme:

- Kardiovaskuläre Belastbarkeit nach standardisierter Fahrradergometrie unter Medikation: mindestens 0,4 Watt/kg Körpergewicht
- Stabile kardiovaskuläre Symptomatik unter Medikation
- Keine die Motorik wesentlicheinschränkende orthopädische Erkrankung/ Behinderung
- Möglichst jährliche Kontrolle der kardiovaskulären Belastbarkeit im Verlauf auch bei fehlender akuter Symptomatik



Ziele

- **Vermittlung von Wissen, Techniken, Selbsterfahrungen**
- **Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen aufbauen**
- **Informationen über krankheitsgerechtes und gesundheitsförderndes Verhalten**
- **Üben und Trainieren von sinnvollen, selbst kontrollierbaren Bewegungsmustern**
- **Einüben von Stressbewältigungs- und Entspannungstechniken**
- **Gruppen- und Individualgespräche zur Krankheitsbewältigung**



Sie sollen eigenverantwortlich zu einem krankheitsgerechten und gesundheitsfördernden Lebensstil finden!

Medizinischer Hintergrund

Wir wissen:

- Kardiologische Rehabilitationen und Sekundärprävention sind effektive Teilbereiche der medizinischen Versorgung von Herz-Kreislaufkranken.
- Nur ein multidisziplinäres Team hilft den Patienten, die bestmögliche psychophysische Gesundheit wieder zu erlangen und eigenverantwortlich zu erhalten (WHO 1993).

Herzgruppen sind daher:

- Partner niedergelassener Ärzte/Kardiologen
- Ein Angebot, um die in Rehakliniken eingeleiteten rehabilitativen und sekundärpräventiven Maßnahmen ambulant konsequent fortzusetzen
- Eine wichtige ergänzende Leistung der ambulanten Therapie von Herz-Kreislaufkrankheiten

So können Sie teilnehmen

Wenn Ihre Ärztin oder Ihr Arzt den Bedarf für eine Verordnung von Rehabilitationssport sieht, wird das Formular „Muster 56“ ausgefüllt, welches Sie in Ihrer Praxis oder von Ihrer Krankenkasse erhalten.

Kontaktieren Sie uns gerne zu unseren aktuellen Kursangeboten.

Anschließend heißen wir Sie herzlich Willkommen in unserem Verein.
Wir freuen uns auf Sie!



Aktuelles Angebot

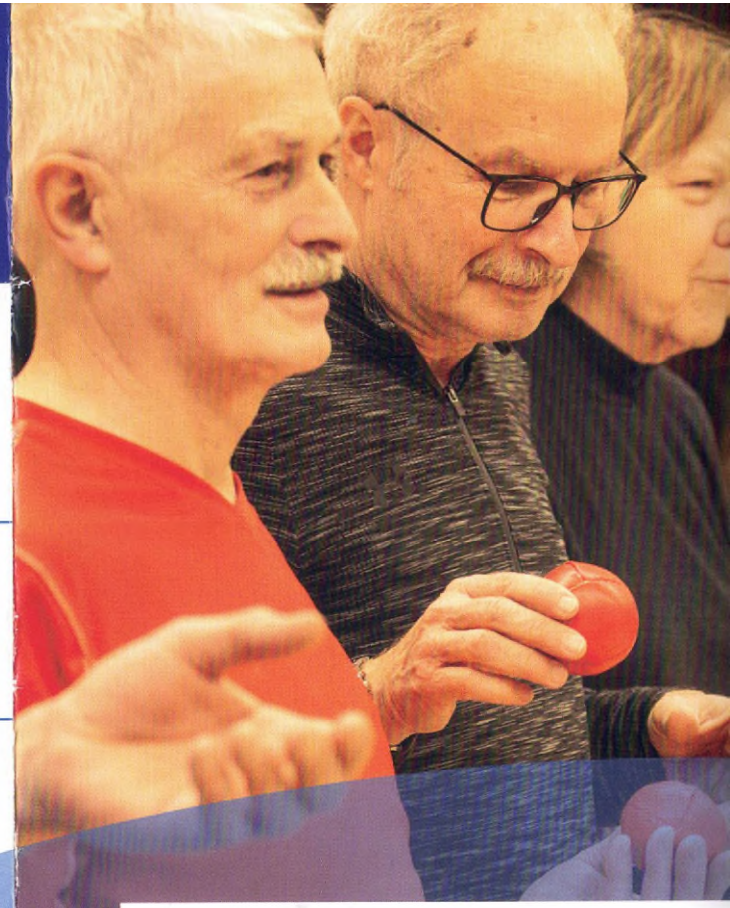
Herzsport
Montag 18 - 19.30 Uhr
Turnhalle am Gymnasium Wertheim

Rehabilitationstraining
Dienstag 14 - 15 Uhr und 15 - 16 Uhr
Mehrzweckhalle Vockenrot

Wassergymnastik
Samstag 14.30 - 15.30 Uhr
Schwimmhalle Wertheim

Nehmen Sie Kontakt auf!

Bewegungs- und Rehasport-gemeinschaft Wertheim e.V.
Mitglied im Badischen Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.
Erster Vorsitzender Christian Wüst
Telefon 09342 919814
Mobil 0178 806 1291
E-Mail christian.wuest@t-online.de
Web www.brsg-wertheim.de



Die ambulante **Herzgruppe**

BRSG WERTHEIM e.V.

Rehabilitationstraining
Rehasport
Wassergymnastik