SPITALREGION
RHEINTAL
WERDENBERG
SARGANSERLAND

AMBULANTE VASKULÄRE REHABILITATION UND PRÄVENTION

Ostschweizer Gefässzentrum

SICHERHEIT UND LEBENSFREUDE ZURÜCKGEWINNEN

Leiden Sie an einer peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (PAVK) mit eingeschränkter Gehstrecke – ein Krankheitsbild, welches unter dem Namen Schaufensterkrankheit bekannt ist?

Möglicherweise wurde dieses Leiden bereits behandelt. Mit dem Programm der ambulanten vaskulären Rehabilitation und Prävention (AVR) können Sie nicht nur Ihre schmerzfreie Gehstrecke verlängern, sondern auch Ihre körperlichen Kräfte wieder aufbauen und damit Sicherheit und Lebensfreude zurückgewinnen. Wir unterstützen Sie bei diesen Zielsetzungen.

WANN IST EINE REHABILITATION SINNVOLL?

Ambulante vaskuläre Rehabilitation ist indiziert bei der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit mit eingeschränkter Gehstrecke (Schaufensterkrankheit) mit oder ohne vorangegangene kathetertechnische Intervention (Ballondilatation, Stenteinlage) oder Gefässoperation.
Das Trainingsprogramm wirkt sich zudem günstig auf die kardiovaskulären Risikofaktoren (Diabetes mellitus, Bluthochdruck, erhöhte Blutfette, Bewegungsmangel, Rauchen, Stress, Übergewicht) aus. Es verbessert die allgemeine Leistungsfähigkeit und senkt die Sterblichkeit.

REHABILITATIONSPROGRAMM

Das vielseitige Bewegungsprogramm wird in kleinen Gruppen durchgeführt. Dabei werden Ausdauer, Koordination und Kraft langsam gesteigert. Dies mit dem Ziel, die Gehdistanz zu verlängern, um damit allenfalls Gefässinterventionen und Operationen zu ersparen. Mit Entspannungsübungen wird Stress abgebaut und das körperliche sowie seelische Wohlbefinden gefördert. Zudem werden Sie über Themen wie arterielle Verschlusskrankheit, andere Formen der Herz-Kreislauferkrankungen und Risikofaktoren informiert sowie bezüglich Ernährung und Raucherentwöhnung beraten.

ABLAUF

Bei der ärztlichen Eintrittsuntersuchung wird Ihr aktueller Gesundheitszustand beurteilt. Alle Aktivitäten des Programms stehen unter ärztlicher Aufsicht. Die Trainingseinheiten werden von physiotherapeutischem Fachpersonal geführt.

KOSTEN

Nach erfolgter Kostengutsprache übernehmen die Krankenversicherungen die Kosten für die ambulante vaskuläre Rehabilitation, abzüglich Selbstbehalt. Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden.

ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt über den Hausarzt / die Hausärztin oder durch angiologische Spezialistinnen und Spezialisten direkt ans Ostschweizer Gefässzentrum. Nach Erhalt der Anmeldung werden Sie zu einer Eintrittsuntersuchung eingeladen. Danach erfolgt eine individuelle praktische Einführung in das Therapieprogramm.

SPITALREGION
RHEINTAL
WERDENBERG
SARGANSERLAND

03/2024 SAP 1011276

Kontakt

Ostschweizer Gefässzentrum (OGZ)
Spital Grabs
T +41 81 772 5474
gefaesszentrum@srrws.ch

Trainingsstandort
Spital Grabs

Spitalregion
Rheintal Werdenberg
Sarganserland
Alte Landstrasse 106
CH-9445 Rebstein
T +41 71 775 8100
www.srrws.ch

Spital Altstätten
F.-Marolanistrasse 6
CH-9450 Altstätten

Spital Grabs
Spitalstrasse 44
CH-9472 Grabs