



Dr. Jörg Klein,  
 Arzt für Innere Medizin/  
 Kardiologie/Angiologie/  
 Kardiovaskulärer  
 Präventivmediziner (DGPR)



Dr. Gabriela Oeser,  
 Ärztin für Innere Medizin  
 Kardiovaskuläre  
 Präventivmedizinerin (DGPR)

## Wem hilft die ambulante Rehabilitation?

### Geeignet ist diese Rehabilitation für Menschen

- nach einem Herzinfarkt
- nach Operationen an Herz und herznahen Gefäßen
- nach Herzkranzgefäßerweiterung (Ballondilatation, Stentimplantation, etc.)
- mit Klappenerkrankungen
- mit schwer einstellbarem Bluthochdruck
- mit Herzschwäche
- mit ausgeprägtem Risikoprofil für eine Herzerkrankung
- nach Lungenembolie

Auch wenn Sie wegen Ihrer Herzerkrankung nicht im Krankenhaus waren, kann es Sinn machen, an einer Rehabilitation (allgemeines Heilverfahren) teilzunehmen.



Fragen Sie hierzu Ihren behandelnden Arzt.



12/15



**Kontakt**  
 Heike Garding  
 Sekretariat  
 Tel.: 0281 163896-60  
 Fax: 0281 163896-18  
 Mail: heike.garding@prohomine.de  
 www.prohomine.de



RehaZentrum Niederrhein gGmbH  
 Kardiologie  
 Schillstraße 44 (Signalhaus)  
 46483 Wesel



RehaZentrum Niederrhein



## Aktiv leben mit der Herzerkrankung

Es betreut Sie ein interdisziplinäres Team aus Ärzten, Arzthelferin, Psychologin, Sportlehrerin, Physiotherapeutin, Sozialarbeiterin und Diätassistentin.

## Wohnortnahe Rehabilitation für Menschen mit der Herzerkrankung

Im RehaZentrum Niederrhein können Sie an einer dreiwöchigen ambulanten Rehabilitation teilnehmen, ohne auf die vertraute Nähe Ihrer Familie und Ihres heimatlichen Umfeldes verzichten zu müssen. In der Regel findet die Rehabilitation an Wochentagen in der Zeit zwischen 8 Uhr und 16 Uhr statt. Auf Wunsch können auch Ihre Angehörigen an vielen Veranstaltungen teilnehmen.



Ambulante kardiologische Rehabilitation für Menschen mit Herzerkrankungen





## Die vier Säulen aktiver Genesung

- › Medizinische Betreuung
- › Gesundheitsschulung
- › Bewegungstherapie
- › Psychosoziale Begleitung

Die ambulante Reha beruht auf einem ganzheitlichen Ansatz und wird von den vier oben genannten „Säulen“ getragen.

Hierzu gehören ein intensives praktisches Training und Übungen. Ergänzt wird dies durch wertvolle Informationen in Vorträgen und Seminaren.

Es ist genug Zeit vorhanden, Ihre persönlichen Fragen zu beantworten, denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

Die Kosten für Rehabilitation werden von den Rentenversicherungsträgern und Krankenkassen übernommen.



## Lernen Sie, gesund zu Leben und zu genießen

### Medizinische Betreuung

Selbstverständlich steht Ihnen jederzeit eine kompetente ärztliche Betreuung zur Seite. Während der Reha werden Sie von einem ärztlichen Team (Innere Medizin/Kardiologie) behandelt. Für die erforderliche Diagnostik ist das Rehazentrum mit modernen medizinischen Geräten ausgestattet.

### Gesundheitsschulung

Sie werden wertvolle Informationen und praktische Anregungen zur gesunden Lebensführung erhalten. Auf Wunsch können Sie zusammen mit Ihren Angehörigen an Schulungen und Seminaren teilnehmen.



Unser spezielles Programm zur Raucherentwöhnung (Tel.: 0281 104-1200)

## Vertrauen in die eigene Kraft wiedergewinnen

### Bewegungstherapie

Durch das tägliche Training können Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit systematisch steigern. Hierzu gehören ein intensives praktisches Training und Übungen, ergänzt durch wertvolle Informationen in Vorträgen und Seminaren. Zusätzlich erlernen Sie Techniken, sich willentlich in Belastungssituationen zu entspannen.



## Psychosoziale Begleitung

Die psychologische Betreuung umschließt vertrauliche Gesprächsrunden, in denen Sie ansprechen können, was Ihnen auf der Seele brennt. Bei Bedarf kann ein unterstützendes Programm zur Raucherentwöhnung, zum Stressabbau oder zu Gedächtnisproblemen angeboten werden.

„Bei sozialmedizinischen Fragestellungen (Antrag auf Schwerbehinderung, stufenweise berufliche Wiedereingliederung etc.) steht Ihnen unsere Sozialarbeiterin zur Seite.“

## Praktische Lebenshilfen für den Alltag

