



**H. HARTZIEKENHUIS
MOL**

**Ambulante
hartrevalidatie**

WELKOM

**BIJ HET
H. HARTZIEKENHUIS
MOL**

Ambulante hartrevalidatie

Na een infarct of hartoperatie bestaat er de mogelijkheid om, met toestemming van de cardioloog, cardiale revalidatie te volgen.

Het doel hiervan is uw uithoudingsvermogen te verbeteren en u weer vertrouwd te maken met inspanningen zodat u sneller uw hobby's en werk kunt hervatten.

Deze fysieke training gaat 3x per week door op maandag-, woensdag- en vrijdagmiddag en duurt 50 minuten.

Er wordt geoefend in groepen. De oefeningen bestaan uit een opwarming, een fietstraining en algemene turnoefeningen. Dit alles gebeurt onder de continue leiding van een kinesitherapeut.

Aan de hand van regelmatige controle van hartritme en bloeddruk evalueert de kinesitherapeut uw vorderingen en zonodig wordt uw oefenschema aangepast.

Lichamelijke klachten kan u altijd doorgeven aan de begeleidende kinesitherapeut.

Bij ernstige klachten wordt uw cardioloog verwittigd.

Wat heeft u hiervoor nodig: een goed humeur en sportieve kledij.

Hieraan deelnemen kan na afspraak bij de dienst kinesitherapie op het volgende telefoonnummer:

014/71 20 52.

De eerste keer dat u komt, dient u zich aan de receptie in te schrijven.

Hiervoor heeft u uw ID-kaart nodig en vermeldt u de naam van uw cardioloog.

Daarna komt u naar oefenzaal 3 in de kelder (de receptionist zal u de weg wijzen).

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is eigendom van, het H. Hartziekenhuis Mol.

Elke reproductie of verspreiding zonder toestemming van de eigenaar is verboden.

Datum laatste aanpassing: 14 januari 2019

Naam auteur / verantwoordelijke: dr. R. Dirckx – dr. T. Peeters

Kwalificaties auteurs: Artsen Fysische Geneeskunde en revalidatie



H. Hartziekenhuis Mol
Gasthuisstraat 1 - 2400 Mol
Tel.: 014/71 20 00
E-mail: info@azmol.be
www.azmol.be