



مرکز آموزشی درمانی

فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان

پمفلت آموزشی

شماره فرم: NO-FO-۳۱۵

مرکز باز توانی قلبی بیمارستان قلب و عروق فرشچیان



فواید اقتصادی باز توانی قلبی چیست ؟

- ۱ - کاهش از کار افتادگی
- ۲ - کاهش نیاز به ویزیت های مکرر
- ۳ - کاهش داروهای مصرفی
- ۴ - بازگشت هر چه سریع تر به کار و فعالیت های اجتماعی



اهداف باز توانی قلبی چیست ؟

- ۱ - کمک به بیمار در بازگشت به زندگی طبیعی خود
- ۲ - شناخت و کنترل عوامل خطر بیماریهای قلبی
- ۳ - کاهش خطر عوارض بیماری های قلبی شامل ایست قلبی، سکته های مجدد، گرفتگی مجدد عروق قلبی و ایجاد پلاک های جدید
- ۴ - کنترل علائم بیماری های قلبی مثل درد سینه و تنگی نفس
- ۵ - کاهش استرس های روانی
- ۶ - افزایش توان و استقامت جسمی
- ۷ - بالا بردن کیفیت زندگی بیمار
- ۸ - کاهش مرگ و میر و افزایش طول عمر
- ۹ - آموزش در جهت ترک عادات غلط مثل سیگار کشیدن و تغذیه نادرست



آدرس: همدان، بلوار شهید فهمیده مرکز آموزشی
درمانی فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان
تلفن: ۰۸۱ ۳۸ ۳۸ ۱۶ ۸۶ - ۳۸ ۳۸ ۱۷ ۴۰ - نمابر: ۰۸۱ ۳۸ ۳۸ ۱۶ ۸۶
وبسایت: www.hcvc.umsha.ac.ir

برنامه باز توانی قلبی در این مرکز:

تحت نظر متخصصین طب فیزیکی و توانبخشی با همکاری تیم باز توانی که شامل:

- ۱ - پرستار دوره دیده
- ۲ - روانشناس بالینی
- ۳ - فیزیوتراپیست
- ۴ - کارشناس تغذیه انجام میگردد.



این برنامه ها به فرد اجازه می دهند که با شرکت در یک برنامه ورزشی منظم جهت ایجاد تغییرات در شیوه زندگی گام بردارد.

باز توانی قلبی شامل مراحل زیر می باشد:

- ۱ - بررسی پزشکی و تعیین وضعیت قلبی - عروقی بیمار با انجام تست ورزش و نوار قلب
- ۲ - نسخه نویسی ورزشی
- ۳ - ورزش های هوازی و تقویتی در هر جلسه
- ۴ - بررسی وضعیت روانی و مشاوره
- ۵ - مشاوره تغذیه ای و تجویز رژیم غذایی جهت تغییر عادات غذایی نادرست
- ۶ - مشاوره فیزیوتراپی جهت بررسی مشکلات اسکلتی - عضلانی و بر طرف کردن آن

چه افرادی در برنامه باز توانی قلبی شرکت میکنند؟

- ۱ - بیماران با سابقه بیماری قلبی عروق کرونر و آنژیوپلاستی
- ۲ - بیماران با سابقه سکته قلبی
- ۳ - بیماران با سابقه جراحی های پس عروق کرونر، تعویض دریچه و پیوند قلب
- ۴ - بیماران نارسائی قلبی



باز توانی قلبی چیست؟

باز توانی قلبی به معنای بازگشت به شرایط جسمی، روانی، اجتماعی پایدار و آمادگی برای یک زندگی طبیعی و سالم است. باز توانی قلبی یک برنامه پزشکی ورزشی است که طی آن فعالیت های قلبی ریوی(هوازی) و عضلانی اسکلتی بیمار تحت بررسی های منظم افزایش یافته و به وی کمک می کند تا علاوه بر شناخت بیشتر در مورد بیماری خود، راحت تر و با کیفیت بهتر زندگی کند.



برنامه باز توانی قلبی چه اثراتی دارد؟

پس از ترخیص از بیمارستان برنامه های باز توانی برای بیماران بسیار کمک کننده می باشد.

