

توانبخشی قلبی چیست؟

توانبخشی قلبی (نوتوانی) به معنای بازگشت به شرایط جسمی، روحی و روانی پایدار و آمادگی برای یک زندگی طبیعی است. توانبخشی قلبی یک برنامه پزشکی ورزشی است که طی آن وضعیت قلبی ریوی و عضلانی اسکلتی شما تحت بررسیهای منظم افزایش یافته و به شما کمک می کند تا علاوه بر شناخت بیشتر در مورد بیماری خود، راحتتر و با کیفیت بهتر زندگی کنید.

توانبخشی قلبی شامل چهار جزء است:

- 1- بررسی پزشکی
- 2- نسخه نویسی ورزشی
- 3- آموزش
- 4- ورزش

چه افرادی باید در برنامه توانبخشی قلبی شرکت کنند؟

بیماران با سابقه بیماریهای قلبی و ریوی، سکته قلبی، عمل جراحی بای پس عروق کرونر یا آنژیوپلاستی توسط بالن، پیوند قلبی و افرادی که دارای عوامل خطر بیماریهای قلبی بوده و علاقمند به سلامتی خود هستند.

فواید اقتصادی توانبخشی قلبی چیست؟

- 1- کاهش از کار افتادگی
- 2- کاهش نیاز به ملاقات پزشک
- 3- کاهش داروهای مورد نیاز
- 4- بازگشت هرچه سریعتر به کار

اهداف توانبخشی قلبی چیست؟

- شناخت و کنترل عوامل خطر بیماریهای قلبی
- کمک به بیمار در بازگشت به زندگی معمول خود
- کاهش فشار روحی
- افزایش توان جسمی
- کاهش خطر ایست قلبی و یا سکته های مجدد
- کنترل علائم بیماریهای قلبی
- بالا بردن کیفیت زندگی بیمار
- کاهش روند پیشرفت در ایجاد پلاکهای عروقی
- کاهش مرگ و میر و افزایش طول عمر مفیدتر

توانبخشی قلبی در این مرکز تحت نظر متخصص طب فیزیکی و توانبخشی، متخصصین قلب و عروق و پرسنل مجرب در زمینه توانبخشی قلبی انجام می گردد.

شیوه های اشتباه گذشته را تغییر دهیم تا بتوانیم عادات مناسبتر و سالمی را جایگزین سازیم. نوتوانی (توانبخشی قلبی) ممکن است سه ماه و یا حتی بیشتر به طول انجامد. تکمیل برنامه نوتوانی توصیه شده بسیار مهم است.