



Ambulante Pulmonale
Rehabilitation

Was ist die ambulante pulmonale Rehabilitation und für wen ist sie geeignet?

Die ambulante pulmonale Rehabilitation eignet sich für Patienten, die in ihrem Alltag durch eine Lungenkrankheit und der damit einhergehenden Symptomen wie zum Beispiel Atemnot, chronischem Husten und Dekonditionierung beeinträchtigt sind.

Häufigste Krankheitsbilder:

- COPD
- Asthma bronchiale
- Interstitielle Lungenkrankheiten
- Prä- und postoperativ bei Lungenoperationen
- Andere chronische Lungenerkrankungen

Voraussetzungen für die Rehabilitation:

- Stabiler klinischer Zustand
- Ausreichende Mobilität
- Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit

Weniger Atemnot – mehr Lebensqualität

In der ambulanten pulmonalen Rehabilitation wird die körperliche Leistungsfähigkeit mit einem gezielten, individuell angepassten Programm erhöht. Dadurch kann die Atemnot vermindert und das Exazerbationsrisiko gesenkt werden. Trotz der Krankheit lässt sich so die Lebensqualität wesentlich verbessern und den Alltag einfacher gestalten.

Inhalt des Rehabilitationsprogrammes

Pro Woche finden 3 Trainingseinheiten statt, jeweils am Montag/Mittwoch und Donnerstag von 9.15 bis 10.30h:

- 2 Trainings à 75 Minuten, bestehend aus Kraft-, Ausdauertraining, Gymnastik und Atemtherapie
- 1 Training à 75 Minuten im Freien (Walking, Nordic Walking)

Das Rehabilitationsprogramm beinhaltet 36 Trainingseinheiten. Für einen optimalen Erfolg sollten diese möglichst lückenlos absolviert werden. Das Training wird von speziell ausgebildeten Physiotherapeutinnen geleitet. Am Anfang und bei Abschluss der Rehabilitation erfolgt eine ärztliche und physiotherapeutische Untersuchung mit Messung der Lungenfunktion, Leistungstests, Evaluierung der Lebensqualität und Optimierung der medikamentösen Therapie. Die Physiotherapeutin/der Physiotherapeut und der Pneumologe/die Pneumologin besprechen während der Rehabilitation gemeinsam das Befinden der Patienten und dessen Behandlungsziel. Beide Fachdisziplinen arbeiten eng zusammen.

Bei Bedarf vermitteln wir eine Rauchstoppberatung, Ernährungsberatung oder organisieren eine psychologisch-psychiatrische Betreuung oder Sozialberatung.

In Kooperation mit der Lungenliga Thurgau findet regelmässig ein Begleitprogramm statt. Es handelt sich dabei um eine Schulung, die von Experten geleitet wird. Das Programm findet in Kleingruppen statt und hat zum Ziel mit Ihnen zusammen individuelle und optimale Alltagsstrategien zu erarbeiten.

Wer bezahlt die Rehabilitation?

Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Anmeldung und weitere Auskünfte

Die Anmeldung erfolgt über den Pneumologen/die Pneumologin.

Kantonsspital Frauenfeld
Physiotherapie
Pfaffenholzstrasse 4, Postfach
CH-8501 Frauenfeld
Tel. +41 (0)58 144 71 54
physio-ergo.ksf@stgag.ch

www.stgag.ch