

集団心臓リハビリテーション始めました

心臓リハビリテーションとは??

個々による運動プログラムを評価、実施し、身体および精神的コンディショニングの是正、危険因子の是正など二次予防を目標とし、日常生活の質の向上を目指していきます。

当院では医師、看護師、理学療法士、作業療法士、薬剤師、管理栄養士などが包括的に関わっていきます。

1グループ（4～10名）、1回1時間の週1回、月4回にて実施予定です。

<当院スケジュールです>

1回の流れ

問診

モニター装着

バイタルチェック・準備運動

- ・エルゴメーター
- ・レジスタンス運動

整理運動

*3週目には薬剤師や栄養士、リハビリなどの講義などミニ講座があります。



試してみたい、相談したい、見学してみたいなどご要望の方は是非、主治医、当院スタッフにお尋ね下さい。一緒に心臓リハビリテーションで生き生きとした生活を送れるよう頑張っていきましょう！