**Rehabilitanci z Hansy zaopiekują się „zawałowcami” - za darmo**

**Centrum Medyczne Hansa uruchomiło dzienny ośrodek rehabilitacji kardiologicznej. Placówka podpisała umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia na refundację świadczeń. To jedyne tego typu miejsce w tej części regionu, w której pacjenci po przebytych zawałach serca mogą poddać się pozabiegowej rehabilitacji, bez konieczności pozostawania na jej czas w szpitalu.**

Dotąd pacjenci zmagający się z przewlekłymi chorobami serca jak i będący po zabiegu, mieli do wyboru dwa rozwiązania. W grę wchodziła wyłącznie rehabilitacja szpitalna poza Białymstokiem, czyli przeprowadzana w warunkach pełnej hospitalizacji lub prywatnie.

*Zabiegi trwają zwykle półtorej do dwóch godzin dziennie, a dzięki umowie z funduszem, pacjenci nie muszą już spędzać kilku tygodni non stop w szpitalu. Mogą dochodzić do pełni sił w domu, przyjeżdżając do nas tylko na tych kilka godzin – mówi Stefan Stankiewicz, właściciel Hansy. - To znaczna oszczędność czasu i większy komfort dla chorego.*

Dodatkową zaletą rehabilitacji kardiologicznej w ośrodku dziennym w porównaniu ze stacjonarną jest to, że lekarz może skierować pacjenta na rehabilitację w dowolnym czasie po przeprowadzonym zabiegu.

Dzienna rehabilitacja jest dedykowana w szczególności osobom, którym towarzyszy ostry zespół wieńcowy, pacjentom po przebytej plastyce naczyń wieńcowych, zabiegach kardiochirurgicznych i naczyniowych oraz chorym z zaostrzoną niewydolnością serca.

Rehabilitacja odbywa się w oparciu o indywidualnie dobrany zestaw ćwiczeń opracowany wspólnie przez kardiologa i fizjoterapeutę. Również na tej podstawie ustalane są intensywność i długość turnusu rehabilitacyjnego. Co ważne, zabiegi mogą trwać maksymalnie 24 dni w ciągu 3 miesięcy, a w przypadku wskazań, pacjent może zostać skierowany na kolejny turnus.

Na początek pacjent przechodzi konsultacje specjalistyczne i jest poddawany testom wysiłkowym na bieżni lub cykloregometrze. Przy ustalaniu formy treningu brane są również pod uwagę wyniki innych badań – m.in. EKG - i analizowana jest historia choroby.

Zajęcia pod okiem specjalisty obejmują w szczególności trening wytrzymałościowy z monitorowaniem pracy serca oraz treningi z wykorzystaniem bieżni, maszyn eliptycznych, stepperów czy ergometrów wioślarskich.

W ramach zajęć pacjenci poddawani są również ćwiczeniom ogólnokondycyjnym, oddechowym i rozciągającym. Po zakończeniu turnusu każdy pacjent zyskuje wiedzę odnośnie zalecanego w jego przypadku rodzaju aktywności fizycznej - tak pod względem zawodowym, jak i rekreacyjnym.

*- Motywujemy przy tym pacjentów, stawiając przed nimi określone wyzwania, z którymi łatwiej sobie mogą poradzić ćwicząc w grupie, ponieważ w ten sposób mogą dzielić się swoimi słabościami, co zaś przekłada się na wspólną motywację do podejmowania kolejnych wyzwań. Jednak przede wszystkim służymy swoją wiedzą, dając im poczucie bezpieczeństwa i udowadniamy, że „ruch jest w stanie zastąpić każdy lek, ale wszystkie leki razem wzięte nie zastąpią ruchu” – mówi fizjoterapeuta mgr Mariola Żelazek-Makowska.*

Rehabilitacja tego rodzaju to zatem nie tylko ćwiczenia mające na celu poprawę wydolności układu krążenia i powrót do zdrowia. Spełnia również kilka dodatkowych funkcji. *- Podczas wizyt nasi specjaliści oceniają i redukują czynniki ryzyka, które mogły doprowadzić do powstania choroby. Pacjent otoczony jest przy tym opieką psychologiczną i dietetyczną. Staramy się go również edukować w zakresie prozdrowotnego trybu życia – wyjaśnia przedstawiciel Centrum Medycznego Hansa.*

Zapisy na rehabilitację kardiologiczną odbywają się na podstawie skierowania wystawionego przez lekarza szpitalnego oddziału kardiologii lub kardiochirurgii lub oddziału chorób wewnętrznych oraz poradnię kardiologiczną lub rehabilitacyjną. *- W tej chwili wszyscy pacjenci, którzy zgłoszą się do nas ze skierowaniem przyjmowani są na bieżąco i niemal od razu mogą rozpocząć ćwiczenia. Obecnie nie ma kolejek, ale nie powinniśmy czekać, bo sytuacja może się przecież zmienić -dodaje Stefan Stankiewicz.*

Warto dodać, że Hansa to jeden z największych ośrodków rehabilitacyjnych w regionie, w którym prowadzona jest kompleksowa rehabilitacja neurologiczna i narządu ruchu zarówno pacjentów dorosłych jak i dzieci. Jako jedyny prowadzi rehabilitację kardiologiczną w Ośrodku Dziennym w Białymstoku - opracowaną zgodnie z wytycznymi Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego. *- Ten specjalistyczny typ rehabilitacji nie jest przy tym dla nas czymś nowym. Przez kilka ostatnich lat opiekowaliśmy się pacjentami, którzy trafiali do nas w ramach tzw. prewencji rentowej z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych – przypomina Stefan Stankiewicz.*

Na zabiegi można zapisać się osobiście w Centrum Medycznym Hansa, ul. Choroszczańska 24 lub telefonicznie pod numerem telefonu 85 651 22 89.