

Telefonlinien er åben hele døgnet

De har mulighed for at ringe til os døgnet rundt, hvis der er noget De er i tvivl om vedrørende Deres hjertesygdom.

Uden for klinikens åbningstid vil telefonen automatisk blive viderestillet til Hjerteafdelingen Y 21.

Praktiske oplysninger

- Telefonnummer **3531 3728**.
- Åbningstid i klinikken kl. 8.00-15.30.
- Medbring Deres sygesikringsbevis og hjertebogen hver gang.
- Meld Dem hos sekretæren når De møder.
- Hvis De har pårørende med, vil vi gerne vide det. Deres pårørende skal ligeledes melde sin ankomst hos sekretæren.
- Er De eller Deres pårørende forhindret i at komme, skal De hurtigst mulig ringe og give besked.
- De bliver tilbudt en let anretning og noget at drikke under opholdet.

Hjerterehabiliteringen



Hjerterehabiliteringen

Klinik Y

Opgang 11 b
Bispebjerg Hospital
Bispebjerg Bakke 23
2400 København NV

Hjerterehabiliteringen



Efterbehandlingstilbud
til hjertepatienter

Efterbehandling i Hjerterehabileringen

- Opstart 1-2 uger efter udskrivelsen.
- 6 ugers intensivt forløb.
- 2 faste ugedage i 3-4 timer.
- Pårørende kan deltage i udvalgte aktiviteter.
- Opfølgende samtaler i et år.

De vil i løbet af de 6 uger indgå i et eller flere af nedenstående tilbud, som overvejende vil foregå i grupper.

Deres pårørende vil have mulighed for at deltage i udvalgte aktiviteter.

Lægesamtale

Ved den første samtale vil lægen sammen med Dem og Deres pårørende gennemgå Deres sygdom, medicin, spise-, motions- og rygevaner. Ud fra samtalen vil lægen - i samråd med Dem - tilrettelægge et samlet efterbehandlingsforløb. I løbet af det år De følges i klinikken, er der planlagt opfølgende lægesamtaler.



Patientundervisning

Over 6 gange undervises De sammen med Deres pårørende og medpatienter i forhold, som har betydning for Deres sygdom.



Fysisk træning

Træningen gennemføres over 12 gange. De vil gennemgå et træningsprogram, som vil forbedre Deres kondition, styrke Deres muskler og øge Deres viden om træningens betydning for hjertesygdom.



Påklædning under træning skal være løstsiddende tøj egnet til fysisk aktivitet, samt sko med fast gummisål.

Praktisk madlavning

De og Deres pårørende vil blive undervist i at lave hjertevenlig mad over 3 gange. Efter tilberedningen af maden får De også lejlighed til at smage, hvorledes hjertevenlig mad smager.



Støtte til rygeophør

For de patienter der ryger vil der være mulighed for at deltage i rygestopkurser.

Individuel rådgivning

Under hele forløbet vil der være mulighed for, at planlægge samtaler med læge, sygeplejerske, diætist, socialrådgiver og fysioterapeut efter behov.