PROGRAMM DER PREHA

- Aktive Einbindung des Patienten in den Behandlungsprozess durch individuelles Training und Wissensvermittlung
- Gang- und Bewegungsanalyse
- Individuell an die Ganganalyse angepasstes Cardio-, Koordinations- und Kräftigungsprogramm
- Schulung von postoperativen, stationären Alltagsbewegungen z.B. Schulung der Nutzung von Gehilfen,Treppensteig

KOSTEN FÜR DIE TEILNAHME

Jeder Patient hat die Möglichkeit unser Programm für einen Selbstkostenbeitrag von 125 Euro (4 Wochen) oder 155 Euro (8 Wochen) zu nutzen - ob mit einer privaten Versicherung oder einer gesetzlichen Versicherung.

Sprechen Sie uns an!

KONTAKT

Wir bitten um telefonische Anmeldung.

SOEST

Physiotherapie
Marienkrankenhaus Soest
Widumgasse 5
59494 Soest
T: 02921 / 391-64802 I 08.00 Uhr - 12.00Uhr
E-Mail: c.haake@hospitalverbund.de

WERL

Physiotherapie
Mariannen-Hospital Werl
Unnaer Str 15
59457 Werl
T: 02922 / 801-2500
E-Mail: physikalische.werl@hospitalverbund.de

Wir gehören zum **Katholischen Hospitalverbund Hellweg**,
weitere Informationen finden Sie unter **www.hospitalverbund.de**

KATHOLISCHER HOSPITALVERBUND HELLWEG

Stand 07/24

KATHOLISCHER HOSPITALVERBUND HELLWEG

GESUNDHEIT IST WICHTIG

Die Prehabilitation

Professionell begleitete Vorbereitung auf die OP

PREHABILITATION (PREHA)

Sie haben sich für einen Knie- oder Hüftgelenksersatz entschieden. Die Implantation einer Hüft- oder Knieendoprothese hat das Ziel, Schmerzfreiheit, die Bewegungs- und Gehfähigkeit und somit Ihre Lebensqualität wiederherzustellen.

Das Ergebnis einer Knie- und Hüft-TEP Operation ist auch vom präoperativen Zustand des Gelenks in Bezug auf Kraft und Beweglichkeit abhängig. Wir bieten Ihnen ein spezielles, auf Sie individuell abgestimmtes mehrwöchiges Trainingsprogramm an, um Ihre körperliche Verfassung bereits vor der Operation zu steigern und Schmerzen zu reduzieren. Damit beschleunigen wir den Genesungsprozess nach dem Eingriff und ermöglichen Ihnen den schnelleren Wiedereinstieg in Ihre normalen Lebensgewohnheiten.

Unser Team aus Physiotherapeuten und Sportwissenschaftlern zeichnet sich durch hohe Fachkompetenz sowie langjährige Erfahrung aus und arbeitet nach aktuellsten wissenschaftlich anerkannten Methoden.

Möchten Sie optimal vorbereitet in diese Operation gehen? Dann entscheiden Sie sich für unser präoperatives Behandlungskonzept: Die Prehabilitation.

Training im Fitnessstudio ist Teil des Programms

WAS IST PREHA?

Die Prehabilitation soll mit speziellen Trainingsprogrammen für Muskulatur und Kreislauf helfen, gestärkt in eine Operation hineinzugehen und sich hinterher schneller wieder zu erholen.

FÜR WEN IST PREHA GEEIGNET?

Zur Zielgruppe des Prehabilitationsangebotes zählen alle chirurgischen Patienten die für einen Knie- und Hüftgelenksersatz vorgesehen sind.

ZIELE DER PREHA

- Beschleunigung der postoperativen Genesung
- Steigerung des postoperativen Bewegungsausmaßes und Verbesserung der Gelenkfunktion
- Gezielte Ansteuerung der betreffenden Muskulatur
- Schmerzreduktion
- Aktivierung des Herzkreislaufsystems und Verbesserung des Immunsystems