



www.reha-innsbruck.at



Ambulante Post-COVID-, Herz- & Lungen-Rehabilitation

Wir machen Sie wieder VIT!

Als Tirols erstes Zentrum für ambulante Rehabilitation arbeiten wir Tag für Tag daran, unseren Patient*innen zu mehr Lebensqualität zu verhelfen. Mit individuell abgestimmter Rehabilitation, ambulant und unter ständiger ärztlicher Aufsicht, werden Sie schnell wieder fit und vital – also VIT – und bleiben es auch. Kurz gesagt: Gemeinsam mit uns entwickeln Sie Ihren persönlichen Vit-Lebensstil und werden zum Vitalisten – ein Leben lang.

Warum ambulante Reha?

Gesundheit entsteht nicht in kurzer Zeit, sondern durch die langfristige Umsetzung von gesundheitsfördernden Verhaltensweisen im Alltag. Um Sie dabei bestmöglich zu unterstützen, bieten wir unser Rehabilitationsangebot ambulant an. So gelingt es Ihnen leichter, das Gelernte in Ihrem Alltag und neben Ihrem Beruf anzuwenden, Sie lernen die Reha-Sport-Angebote in Ihrer Nähe kennen und Sie können weiterhin Kraft bei Ihrer Familie und in Ihrem gewohnten Umfeld tanken.

Rehabilitation nach COVID-19

Die Folgen einer COVID-19-Infektion können sehr unangenehm und langwierig sein: trotz Virusfreiheit bestehen oft weiterhin Atemnot, chronischer Husten und Leistungsschwäche. Insbesondere nach schweren Verläufen einer Infektion ist ein gezieltes Aufbauprogramm für den Körper essentiell! Daher bietet die Reha Innsbruck ein individuelles Nachsorgeprogramm für Post-COVID-Patient*innen an, um Ihnen nach einer COVID-19-Infektion wieder zu Ihrer gewohnten Fitness und Vitalität zu verhelfen.

Inhalte der Rehabilitation

- Ärztliche Diagnostik und Betreuung
- Training unter therapeutischer und ärztlicher Aufsicht
- Ganzheitlicher Reha-Plan und individuelle Steuerung
- Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining sowie Atemmuskeltraining und heilgymnastische Übungen
- Schulungen zur Gesundheitsförderung aus den Bereichen Ernährung, Psychologie und Medizin
- Alltagsintegration und weiterführende Angebote
- Entspannung, Raucherberatung und -entwöhnung

Ihre Vorteile

- Start direkt im Anschluss an den Krankenhausaufenthalt oder jede ambulante Akutbehandlung
- Anschluss an stationäre Rehabilitationsaufenthalte
- Rehabilitation in Ihrem gewohnten Umfeld – auch berufsbegleitend möglich
- Kostenübernahme durch die SV bei Genehmigung durch den*die Chefarzt*ärztin
- Individuell abgestimmter Reha- und Trainingsplan
- Top-Betreuung unter ständiger ärztlicher Aufsicht

Jetzt mehr erfahren

Wir informieren Sie jederzeit gerne über unser Rehabilitationsprogramm!

- Web: www.reha-innsbruck.at
- Mail: office@reha-innsbruck.at
- Telefon: +43 (0)512 / 39 09 94

Folgen Sie auch unserer Facebook Seite **Reha Innsbruck** (facebook.com/reha.innsbruck).