



## بازتوانی قلب

### تعریف:

بازتوانی قلبی به عنوان یک برنامه جامع درازمدت مشتمل بر «ارزیابی پزشکی، تجویز برنامه ورزشی، اصلاح عوامل خطرزای قلبی، آموزش و مشاوره» تعریف شده است. این برنامه‌ها به طور اختصاصی برای کاهش خطر مرگ ناگهانی یا انفارکتوس مجدد، کنترل علائم قلبی، یا معکوس نمودن روند آترواسکلروز و تقویت وضعیت روانی - اجتماعی و شغلی بیماران طراحی گردیده است. «

با این حال، به کارگیری برنامه‌های اختصاصی بازتوانی قلب سبب اصلاح وضعیت تغذیه‌ای، افزایش فعالیت فیزیکی، کاهش عوامل خطرزا و تندرستی بیماران و در نتیجه کاهش مرگ و میر و ناتوانی می‌شود.

در حال حاضر بازتوانی قلبی یکی از اجزای اصلی برنامه درمانی در همه گروه‌های بیماران قلبی-عروقی می‌باشد، با این وجود بازتوانی قلبی بیشتر برای بیمارانی که دچار یکی از موارد زیر می‌باشد پیشنهاد می‌گردد:

- بیماری آترواسکلروتیک شریان کرونری
- حمله قلبی و انفارکتوس میوکاردا
- جراحی قلب، جراحی دریچه قلب، پیوند قلب
- آنژیوپلاستی (بالن)
- آنژین
- نارسایی احتقانی قلب
- دستگاه‌های کمک بطنی (باتری، ضربان ساز و....)

### برنامه بازتوانی قلبی شامل سه فاز می‌باشد:

- فاز اول: در طول اقامت در بیمارستان می‌باشد.
- فاز دوم: توانبخشی قلبی از طریق ورزش بوده و شامل ۲۰ جلسه می‌باشد.
- فاز سوم: جنبه‌های طولانی مدت و یا نگهداری این برنامه را پوشش می‌دهد.