

NEU UND EINZIGARTIG
IN DER REGION

Rücken-Gelenk-
Reha-Gronau

five Rücken- &
Gelenkzentrum


milom[®] medical

kelm medi³
THERAPIE SPORT RÜCKENZENTRUM

FIT FÜR DIE OPERATION?

GEZIELTE VORBEREITUNG - PREHABILITATION!

Prehabilitation wandelt die inaktive Wartephase in eine aktive Stärkungsphase um.



Bei der **Prehabilitation** wird durch gezieltes Training auf die Operation vorbereitet, d.h. die Beweglichkeit soll verbessert und die **Muskulatur** gestärkt werden. Das **Herz-Kreislaufsystem** wird trainiert, die **Lungenfunktion**, der **Stoffwechsel** und das **Immunsystem** positiv beeinflusst.

Wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Sie ...



**Beweglichkeit
& Ausdauer:**

wichtige Parameter
vor einer Operation

Für wen ist die Prehabilitation geeignet?

- Prehabilitation richtet sich an alle, die vor einer großen Operation stehen und beispielsweise ein künstliches Kniegelenk oder eine künstliche Hüfte bekommen.
- Auch Krebspatienten können vor einer Chemotherapie oder größeren Operationen von der Prehabilitation profitieren: Durch das individuelle Kraft- und Ausdauertraining werden sie aktiver, dadurch können die Nebenwirkungen der Behandlung besser verkraftet werden.

Warum ist Prehabilitation so wichtig?

- Der Körper wird auf einen operativen Eingriff oder eine intensive medizinische Behandlung wie Chemotherapie vorbereitet.
- Sie gehen gestärkt in eine Operation oder medizinische Behandlung und werden danach schneller wieder fit.
- Risiken während der Operation sind geringer.
- Eine Versteifung nach der Operationen kann verhindert und die volle Funktionsfähigkeit wiedererlangt werden.

Wie bereiten wir Sie auf die OP oder medizinische Behandlung vor?

- Sie erhalten ein individuelles Trainingsprogramm zur:
 - >> Stärkung der Muskulatur
 - >> Stabilisierung der Gelenke
 - >> Verbesserung des Herz-Kreislaufsystems
 - >> Verbesserung der Beweglichkeit