

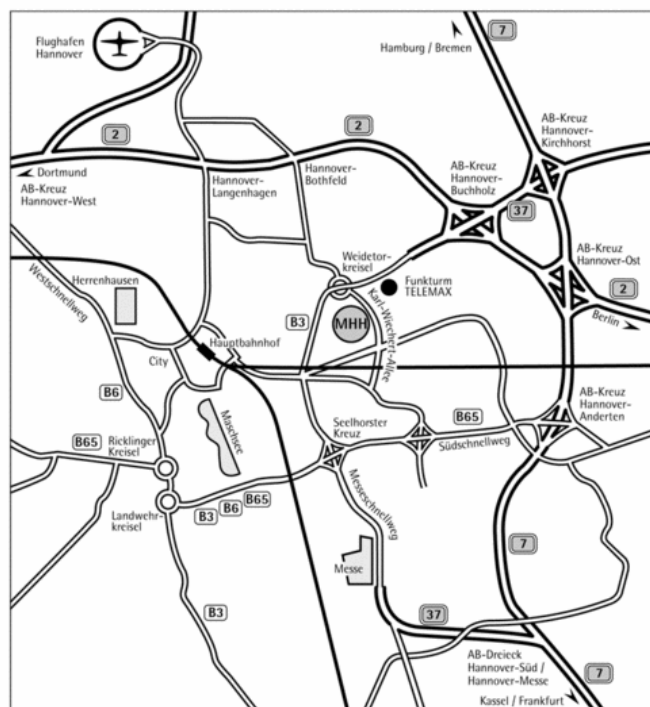


Information und Anmeldung

Montags bis donnerstags von 9 bis 15 Uhr
Telefon (0511) 532-5499

Medizinische Hochschule Hannover
 Institut für Sportmedizin
 Carl-Neuberg-Straße 1
 30625 Hannover
 Fax (0511) 532-8199

Institut für Sportmedizin



Sie finden uns im Gebäude K8, Ebene S0.



**Sport bei chronischen
 Erkrankungen**

Ihre Ziele sind unsere Ziele!

Liebe Patientin, lieber Patient,

ist Ihre Leistungsfähigkeit bzw. die alltägliche Belastbarkeit eingeschränkt? Liegen Risikofaktoren oder Erkrankungen vor, die durch körperliches Training verbessert werden können.

Mit Ihrem Arzt haben Sie bereits verschiedene Therapien und rehabilitative Maßnahmen durchgesprochen und angewandt. Wir helfen Ihnen dabei, die bisherigen Behandlungserfolge zu stabilisieren oder sogar zu erweitern. Der Schlüssel zum Erfolg ist das gezielte körperliche Training zur Therapie, also z.B. der Rehabilitationssport.

Bei unseren sportmedizinisch geprägten vorbeugenden, therapeutischen oder rehabilitativen Angeboten sind Ihre Ziele unsere Ziele. Neben der eigentlichen Trainingswirkung finden Sie Freude und Spaß in unseren Sportgruppen oder auch in der Einzelbetreuung.

Training als Therapie

Training als Therapie und Rehabilitationssport sind bei Patienten mit erhöhtem Risiko sowie chronischen Erkrankungen der inneren Organe und Stoffwechselstörungen effektiv, auch Beschwerden des Bewegungsapparates können langfristig gemindert werden.

Zu den Indikationen zählen:

- **Organtransplantation**
- **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**
- **Diabetes mellitus**
- **Lungenerkrankungen**
- **Schlaganfall**
- **Nierenerkrankungen**
- **Übergewicht / Adipositas**
- **Bluthochdruck**
- **Durchblutungsstörungen (AVK)**
- **Arthrose oder Rückenleiden**

In einem Vorgespräch klären wir, wer die Kosten der Behandlung im Einzelfall übernimmt. Zur Teilnahme, z.B. am Rehabilitationssport, benötigen Sie eine Verordnung Ihres Arztes. Ihre Krankenkasse kann dann vorab den Rehabilitationssport genehmigen.

Ihre Ziele sind unsere Ziele!

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, Gesundheit und körperliches Wohlbefinden mit Ihnen zu erarbeiten und zu erhalten. Die bestmögliche und dauerhafte Wiederherstellung Ihrer Gesundheit, Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit und damit Ihrer Lebensqualität sind oberste Ziele aller gemeinsamen Maßnahmen.

Weitere sportmedizinische Angebote für Patienten und Sportler:

- **Gesundheitschecks**
Sportmedizinische Untersuchung, z.B. vor Wiedereinstieg in ein Sportprogramm
- **Leistungsdiagnostik**
Laktattest mit Spiroergometrie bis zur Erstellung persönlicher Trainingspläne
- **Ernährungsanalyse**
Individuelle Ernährungsberatung
- **Training**
Sportmedizinisch betreutes Gruppen- oder Einzeltraining
- **Präventionssport / -training**