

### HJERTEREHABILITERING

Tilbudet er gruppebasert med individuell tilrettelegging for vaksne pasientar direkte etter sjukehusopphald eller seinare i forløpet (Fase IIa og IIb). Primærhelsetjenesta kan òg bestille vurderingsopphald.

Indikasjoner	Kontraindikasjoner (a=absolutte og r=relative)
Hjerteinfarkt - utan store sequele Hjertesvikt NYHA-klasse II-III PCI - ukomplisert ACB-opererte - ukomplisert Stabil angina pectoris Klaffeopererte	Ustabil angina pectoris (a) Vanskelig kontrollerbare arytmiar (r) Alvorlig aortastenose (a) Ustabil og alvorlig hjertesvikt (a) Stort aortaaneurisme eller venstre ventrikkellaneurisme i tidleg fase (r) Ukontrollert hypertensjon (r)
Hjertetransplanterte - stabilisert Vaksne med medfødt hjertefeil Rytmeforstyrning/pacemaker/ICD	Akutt myokarditt eller perikarditt (a) Psykisk tilstand som gjer rehabilitering vanskeleg (r) Pågåande stoffmisbruk (r) Muskel-/skjelettliding som gjer deltaking vanskeleg (r)

Mål med opphaldet er å avgrense negative fysiologiske og psykologiske effektar av hjertesjukdom samt å redusere risiko for nye tilfelle av hjerteinfarkt og plutselig død. Fokus vil òg vere retta mot sekundære konsekvensar som følgje av dekonisjonering etter eventuelt sjukehusopphald. Å betre psykososial helse og yrkesmessig deltaking vil stå sentralt.

Objektivt ønskjer ein å sjå ei endring i fysisk kapasitet målt gjennom maksimal gangdistanse på 6-minutters gangtest. Ved starten av opphaldet blir det gjort ein ergospiometri-test dersom det ikkje foreligg kontraindikasjonar for dette. Slik kan ein kartlegge fysisk kapasitet og tilpasse intensitet i trening.

Vårt tverrfaglege team består av lege, spesialist i indremedisin, sjukepleiar, bachelor i ernæring, fysioterapeut med master i klinisk fysioterapi, idrettspedagog og arbeidskonsulent samt psykolog etter individuell vurdering. Fleire av fagpersonane har vidareutdanning innan kognitiv terapi og motiverande intervju. Muritunet har sjukepleiar på vakt 24-timar i døgnet.

Intervensjonen vil bestå av medisinsk kartlegging og testing i trygge omgjevnadar, rettleia fysisk trening og undervising med bakgrunn i pedagogiske prinsipp for å fremje læring, meistring og auka fysisk og psykisk helse. Aktivitet og undervising vert lagt opp med tanke på overføringsverdi til heimesituasjonen. Overføring og samhandling med aktuelle aktørar vil vere sentralt.

Medisinsk stabile deltakarar vil ut frå funksjonsnivå delta i aktivitet med bakgrunn i Ullevålsmodellen med gruppebasert høgintensiv aerob trening. Aktivitetstilbudet elles vil bestå av trening i varmtvassbasseng, treningssenter samt aktivitetar i gymsal og utandørs.

Spesialisthelsetenesta kan søkje direkte til Muritunet. Fastlege eller avtalespesialist kan søke via Helse Nord-Trøndelag HF, RVE - Regional vurderingsenhet, Postboks 333, 7601 Levanger

Det er ønskeleg at lege uttalar seg om pasienten er klarert for trening fase 2a eller 2b før ankomst for å kunne tilrettelegge trening på rett nivå.

Ved ønske om ytterligare informasjon om tilbudet ta kontakt med teamleiar Sissel Skudal på telefon 70 25 83 93 eller Inntakskontoret ved Muritunet på telefon 70 25 84 00.