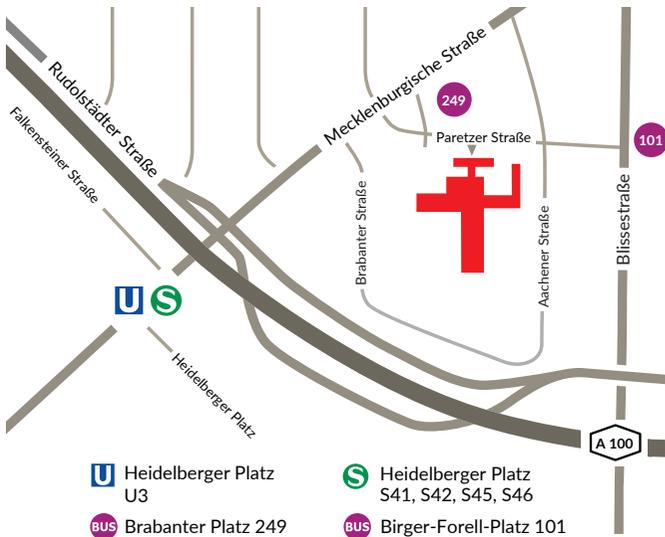


KONTAKT UND ANFAHRT



Öffentliche Anfahrt: Vom S- und U-Bahnhof Heidelberg Platz, Bushaltestelle Brabanter Platz oder Birger-Forell-Platz je vier Minuten Fußweg.

WIR SIND GERNE FÜR SIE DA.

Sankt Gertrauden-Krankenhaus Gefäßzentrum

Paretzer Straße 12, 10713 Berlin

Telefon: 030 8272-2886

Fax: 030 8272-29 2891

E-Mail: gefaessmedizin@sankt-gertrauden.de

Je nach Situation und Verordnung können die Kosten teilweise von der Krankenkasse übernommen werden.

www.sankt-gertrauden.de

Stand Januar 2023



pCC-zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001: 2015

SANKT GERTRAUDEN KRANKENHAUS



GEFÄSS-SPORT

Information für Patientinnen und Patienten

Förderung von Koordination,
Muskelkraft & Durchblutung durch:

- Ausdauertraining
- funktionelle Gymnastik
- krankheitsbezogene Fortbildung

LEISTUNGSSPEKTRUM

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

Durchblutungsstörungen der Beine – die periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK) – können zu erheblichen Einschränkungen im Alltag führen. Das strukturierte Gehtraining unter Anleitung unserer speziell dafür ausgebildeten Trainerinnen und Trainer verbessert die Leistungsfähigkeit und verlängert die Gehstrecke, die zurückgelegt werden kann. Zusätzlich wird einem Fortschreiten der Erkrankung vorgebeugt.

»Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, regelmäßig zu trainieren.«

Chefarzt Dr. med. Ralf Langhoff



Die Gefäßsport-Gruppe ist eine Initiative des Gefäß- und Herzsport Neukölln e.V. und des Gefäßzentrums am Sankt Gertrauden-Krankenhaus.



Es besteht eine enge Kooperation mit zahlreichen angiologischen Praxen, die in der Regel Ihre ambulante Weiterbetreuung übernehmen und Sie auch hinsichtlich einer Verordnung von Gefäßsport beraten können.

PROGRAMM

Gesteigerte Leistungsfähigkeit im Alltag durch:

- optimale Koordination, geförderte Muskelkraft, gesteigerte Durchblutung
- überwachtes Ausdauertraining, u. a. mit Laufband und Ergometer
- funktionelle Gymnastik, Erlernen von Entspannungstechniken
- regelmäßige auf die Krankheit bezogene Fortbildungen
- Anpassung des Trainingsprogramms an die individuellen Bedürfnisse

MACHEN SIE MIT!

Die Gefäßsportgruppe trainiert jede Woche am Freitag von 13.30 – 15.00 Uhr im Gymnastikraum im Sockelgeschoss.

Bitte vorherige Anmeldung zum Probetraining unter der 030 8272-2886