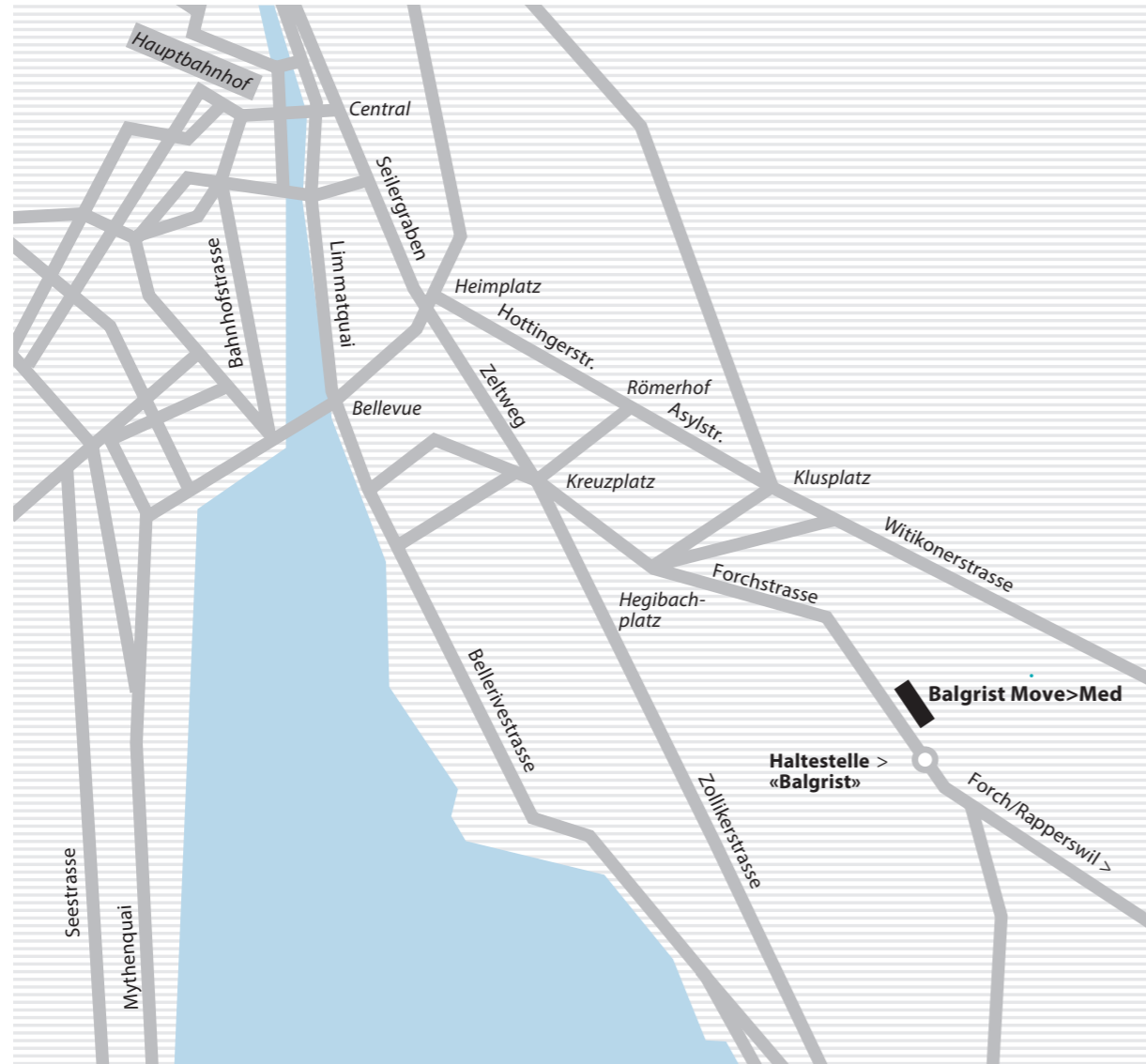
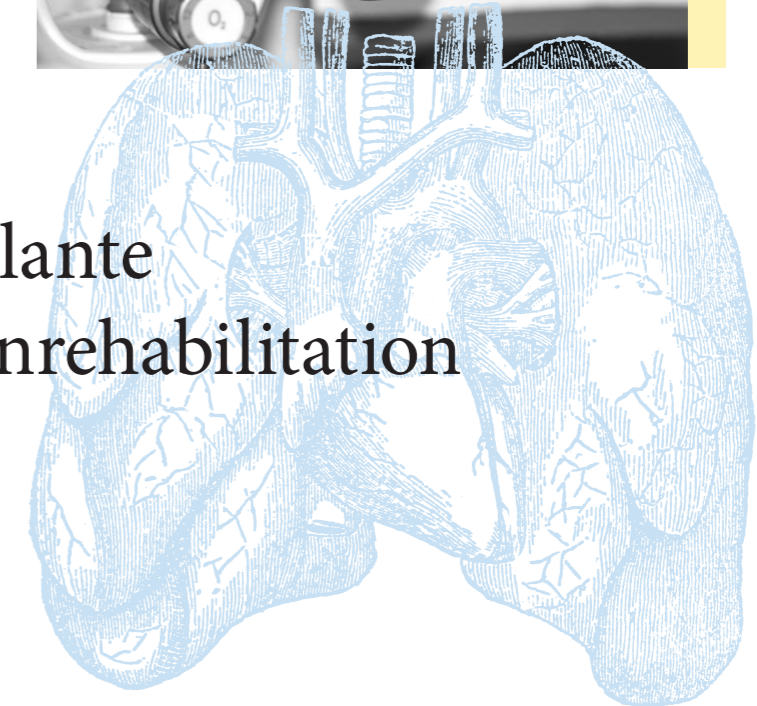


# So finden Sie uns.

Unsere Räumlichkeiten befinden sich an der Forchstrasse 319, direkt bei der Haltestelle Balgrist. Sie erreichen uns mit der Tramlinie 11 (Richtung Rehalp) oder mit der Forchbahn, Haltestelle: Balgrist. Fahrzeit ab Zürich HB: ca. 20 Minuten. Für Besucher mit Auto stehen 20 Parkplätze zur Verfügung.



## Ambulante Lungenrehabilitation



### Kontaktadresse

Balgrist Move>Med  
Swiss Olympic Medical Center  
Forchstrasse 319  
8008 Zurich

T +41 44 386 52 52  
F +41 44 386 52 48  
info.movemed@balgrist.ch  
www.balgrist-movemed.ch

# Ambulante Lungenrehabilitation

Damit Sie wieder aufatmen können

Bei Belastung leiden die meisten Lungenpatienten an Atemnot. Um diese Beschwerden zu vermeiden, gehen sie jeder körperlichen Aktivität aus dem Weg. Herz-Kreislauf und Muskeln verlieren dadurch ihre Leistungsfähigkeit. Die Patienten geraten so in die verhängnisvolle Spirale der Inaktivität. Unsere ambulante Lungenrehabilitation wirkt dem entgegen.

Wir empfehlen unsere ambulante Lungenrehabilitation für Patienten mit COPD, Asthma, nach akuter Lungenerkrankung oder nach Lungenoperationen.

Das Programm ist von der Schweizerischen Gesellschaft für Pneumologie anerkannt.



## Die Einzeltherapie

Auf Verordnung des Arztes betreut Sie ein qualifizierter Physiotherapeut zusätzlich wöchentlich in individuellen Einzelsitzungen.

## Die Kosten

Die Programmkosten werden von den meisten Krankenkassen übernommen. Je nach Versicherung wird ein Selbstbehalt auf die ambulanten Leistungen verrechnet.

## Die Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt mittels Anmeldeformular durch Ihren behandelnden Arzt.

## Verbessern Sie Ihre Leistungsfähigkeit

Wir unterstützen Sie darin, die Aktivitäten des täglichen Lebens besser zu bewältigen. Sie erreichen so eine rasche Wiedereingliederung in das familiäre, soziale und berufliche Umfeld.

## Unser Rehabilitäts-Programm

Das Programm dauert je nach ärztlicher Verordnung 4–12 Wochen. Wir bieten Ihnen 3 Gruppenkurse zu unterschiedlichen Zeiten an. Wir sind auch bestrebt, Individuallösungen anzubieten.

## Die Gruppentherapie

Nach einer umfassenden Eintrittsuntersuchung trainieren Sie zweimal wöchentlich Ihre Kraft und Ausdauer gemäss den Trainingsempfehlungen unserer Sportärzte. Zudem besuchen Sie einmal wöchentlich eine Atem- und Entspannungstherapie.



## Schulung von Patienten und Angehörigen

In Zusammenarbeit mit der aha! Stiftung wird im Lungenzentrum das Seminar «Allergien, Asthma und chronische Bronchitis» angeboten. Fachpersonen erklären die Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten, geben Ratschläge sowie praktische Tipps für den Alltag. Das Seminar ist geeignet für Betroffene (ab 15 Jahren) und Eltern von betroffenen Kindern.

# Unser Team

## Ärztliche Betreuung



Dr.med. Jürg Barandun,  
pneumologischer Leiter  
Lungenzentrum Zürich



Dr. med. Marcel Tschopp  
Balgrist Move>Med, Zürich



Dr. med. Fabian Schaller  
Balgrist Move>Med, Zürich

## Therapeutische Betreuung



Nicole Weibel



Ladina Crameri



Janina Boiko



Stefanie Meier

## Administration



Michèle Weber