

GLASILO SRČANE

Poliklinika za prevenciju kardiovaskularnih bolesti i rehabilitaciju,
Zagreb

Terapijska edukacija i briga o sebi

Terapijska je edukacija prenošenje informacija i znanja bolesniku, o njegovom konkretnom zdravstvenom stanju, o bolesti od koje boluje, čimbenicima rizika i očekivanom zdravstvenom ponašanju. U procesu ambulantne kardiovaskularne rehabilitacije u Srčanoj, terapijsku edukaciju provode svi članovi tima pri gotovo svakom susretu s bolesnikom. Ciljevi su da bolesnik razumije svoje stanje, da prepozna eventualne smetnje i simptome bolesti, da zna što se i zašto poduzima. Jedino je dobro informirani bolesnik spreman preuzeti odgovornost za vlastiti udio u oporavku od srčane bolesti i svojim ponašanjem smanjiti vjerojatnost njezinog razvoja. Tako zajedničkim snagama radimo za Vaše srce!

PROČITAJTE VIŠE

Pripremili smo savjete članova tima, informativni video te vježbe za srčane bolesnike. Ovo Vam može pomoći u boljem nošenju s trenutnom kriznom situacijom i u očuvanju tjelesnog i mentalnog zdravlja kao i kvalitete svakodnevnog života.

PSIHOLOŠKA TEMA


U vremenu krize lako je zaboraviti na sebe i vlastite potrebe. No, za održavanje tjelesnog i mentalnog zdravlja od velike je važnosti svakodnevna briga o sebi. Ovo su naši prijedlozi:

Ne zaboravite na redovitu tjelesnu aktivnost.

U društvu malenih, još je ljepše!


Psihološka briga o sebi - [pdf](#)

VJEŽBAJTE S NAMA

 Povezana slika se ne može prikazati. Datoteka je možda preseljena, preslikovana ili izbrisana.

Travanj 2020.

Stojim i vježbam

 Povezana slika se ne može prikazati. Datoteka je možda preseljena, preslikovana ili izbrisana.

Travanj 2020.

Baka i unuci

VJEŽBAJTE S NAMA

EDUKACIJA U ZDRAVSTVENOM KONTEKSTU

Učimo cijeli život i tako napredujemo. Neka su znanja i vještine stečene spontano, a neke usmjerenom aktivnošću i trudom. Sada je vrijeme za malo pozornosti i upoznavanje kardiovaskularne bolesti, kako bi Vaša rehabilitacija bila što lakša i učinkovitija.

Anatomija srca i krvnih žila - [pdf](#)

Prevenција kardiovaskularnih bolesti - [pdf](#)

KONTAKT S NAMA

[Naslovnica](#)

[Novosti](#)

[Usluge](#)

[Kontakt](#)



Poliklinika Srčana

Draškovićeva 13, Zagreb

Av. Većeslava Holjevca 22 (SIGET), Zagreb

www.srcana.hr

Ako više ne želite primiti obavijesti o našim novostima i aktivnostima, kliknite dolje na odjavu s liste i brisat ćemo vaše osobne podatke s liste primatelja obavijesti o novostima i aktivnostima Poliklinike Srčana.

[Odjava s liste](#)

mailer lite