

## Contatti

HIP Central referral fax [per impegnativa]: **(03) 9231 2202**  
(all'attenzione del Cardiopulmonary Rehab Team)

HIP Central (per informazioni sulle impegnative): **1300 131 470**  
(premere 1 per Riabilitazione Comunitaria)

Linea diretta all'Equipe Cardiopolmonare di Fitzroy: **(03) 9231 2973**

Reception Equipe Cardiopolmonare di Kew: **(03) 9231 8660**

Sito Web per il programma di Riabilitazione Cardiopolmonare::

<http://svhm.org.au/home/health-professionals/aged-and-community-care/health-independence-program/community-rehabilitation-services/cardiopulmonary-rehabilitation>



**ST VINCENT'S  
HOSPITAL**  
MELBOURNE

A FACILITY OF ST VINCENT'S HEALTH AUSTRALIA

St Vincent's  
PO Box 2900 Fitzroy  
VIC 3065 Australia  
(03) 9231 2211  
[www.svhm.org.au](http://www.svhm.org.au)

 St Vincent's Hospital Melbourne  
 @StVincentsMelb  
 @stvincentsmelbourne  
 St Vincent's Hospital Melbourne  
 St Vincent's Hospital Melbourne

Inspired  
by  
You

# Programma di Riabilitazione Cardiopolmonare

[Cardiopulmonary Rehab Program]

Il programma *Cuore e Polmoni* è stato creato per persone che soffrono di malattie croniche al cuore e ai polmoni. Si tratta di problemi medici come, ad esempio, cardiopatie, insufficienza cardiaca, asma e malattie polmonari.

## IN COSA CONSISTE IL PROGRAMMA?

Il programma *Cuore e Polmoni* consiste in classi di ginnastica ed educazione sanitaria.

- Le classi di ginnastica offrono attività aerobiche e per rinforzare i muscoli.
- Le sessioni educative vi aiuteranno a capire meglio la vostra malattia e come assumere i vostri farmaci.
- Il programma ha la durata di 8 – 12 settimane.

## COME MI AIUTERÀ?

Il programma *Cuore e Polmoni* vi aiuterà a gestire meglio la vostra malattia. I nostri fisioterapisti vi insegneranno dei semplici esercizi per recuperare le forze e la forma fisica. Il nostro personale si assicurerà che svolgiate questi esercizi in modo sicuro e che miglioriate.

## CHI DIRIGE IL PROGRAMMA?

Un fisioterapista, un/una infermiere/a e un assistente ausiliario sanitario dirigono il programma *Cuore e Polmoni*.

Terapisti occupazionali, assistenti sociali, farmacisti e dietologi presenzieranno ad alcune delle classi e tutto il personale possiede la formazione necessaria per lavorare con persone affette da malattie croniche al cuore e ai polmoni.

Tutti sono addestrati per lavorare con persone che soffrono di malattie croniche al cuore e ai polmoni.

## COME MI ISCRIVO?

Chiedete al vostro medico o allo specialista di farvi un'impegnativa (referral) per questo programma.

Mandate l'impegnativa tramite fax al numero **(03) 9231 2202** (Attenzione: Cardiopulmonary Team)

- Health Independence Programs (HIP) [Programmi di Indipendenza Sanitaria] : **1300 131 470** oppure
- Email: **HIPCentral@svhm.org.au**

Quando riceveremo l'impegnativa, un/un' infermiere/a o fisioterapista vi chiamerà per una visita. Di solito non c'è tempo di attesa per partecipare al nostro programma.

## COSA SUCCEDE DOPO IL PROGRAMMA?

Vi spiegheremo come continuare con gli esercizi di ginnastica, a seconda del vostro stato di salute.

Potremo consigliarvi una palestra locale, un centro sanitario nella vostra comunità o qualsiasi altro programma di ginnastica che potrebbe interessarvi.

**Luogo: St Vincent's Hospital Fitzroy**  
14 Nicholson St, Fitzroy 3065

**Classe per l'educazione sanitaria:**

**Insufficienza Polmonare e Cardiaca:** Edificio E, Aikenhead, Stanza 1-4

**Malattia Cardiaca (cuore):** Edificio A, L4 Stanza tutorial

**Classe di ginnastica:** Edificio F, F09 Physio gym [Palestra di Fisioterapia]

**Orari per le classi:**

- **Martedì: Riabilitazione Polmonare (Polmoni)**
  - o 9:30am – 10:30am Classe di educazione sanitaria
  - o 10:30am – 11:30am Classe di ginnastica
- **Martedì: Riabilitazione Insufficienza Cardiaca**
  - o 11:30am – 12:30pm Classe di ginnastica
  - o 12:30pm – 1:30pm Classe di educazione sanitaria
- **Mercoledì: Riabilitazione Cardiaca (Cuore)**
  - o 12:45pm – 1:45pm Classe di ginnastica – Gruppo 1
  - o 1:45pm – 2:45pm Classe di educazione sanitaria – Gruppi misti
  - o 2:45pm – 3:45pm Classe di ginnastica – Gruppo 2
- **Giovedì: Riabilitazione Polmonare (Polmoni)**
  - o 9:30am – 10:30am Classe di educazione sanitaria
  - o 10:30am – 11:30am Classe di ginnastica
- **Giovedì: Riabilitazione Insufficienza Cardiaca**
  - o 11:30am – 12:30pm Classe di ginnastica
  - o 12:30pm – 1:30pm Classe di educazione sanitaria

---

**Luogo: St George's Kew Community Rehab Centre**  
283 Cotham Rd, Kew 3101

**Orari per le classi:**

- **Lunedì: Riabilitazione gruppi misti Insufficienza Cardiaca e Polmonare**
  - o 10:00am – 11:00am Classe di ginnastica – Community Rehab Centre
  - o 11:00am – 11:20am Classe di rilassamento
- **Mercoledì: Riabilitazione gruppi misti Insufficienza Cardiaca e Polmonare (Polmoni)**
  - o 10:00am – 11:00am Classe di ginnastica – Community Rehab Centre
  - o 11:00am – 12:00pm Classe di educazione sanitaria