

# CARDIAfit

Rehabilitation für Herz- und Diabetes-Patienten.



## Diafit®

Ambulante Rehabilitation für Patienten  
mit Diabetes mellitus



## Diabetes mellitus

Patienten mit Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) haben ein hohes Risiko für Folgekrankheiten wie Durchblutungsstörungen des Herzens, des Gehirns und der Beine, Herzinfarkt sowie Erkrankungen der Nieren und der Augen, welche im schlimmsten Fall zu Nierenversagen respektive zur Erblindung führen können. Die Erfolgsfaktoren der Rehabilitation sind körperliche Aktivität, bewusste Ernährung sowie das Wissen über die Krankheit, die zu einer Lebensstil Veränderung führen.

## Ein wirksames und anerkanntes Programm

Die Rehabilitation dauert 12 Wochen und findet dreimal wöchentlich am späteren Nachmittag statt. In einer Gruppe von maximal 10 Personen sowie in zwei Leistungsstufen absolvieren Sie ein abwechslungsreiches Programm mit Spiel, Gymnastik, Wassertraining, Wandern, Velofahren, Tennisspielen sowie Training an Kraft- und Ausdauergeräten. Die Trainingsorte sind das Bödelibad, das Victoria Jungfrau SPA, das Spital Interlaken sowie die schöne Umgebung auf dem Bördeli. Nebst dem Trainingsprogramm erhalten Sie eine

«Das Training hat mir geholfen, den Tritt in den Alltag wieder zu finden – zudem macht sportliche Betätigung an der frischen Luft grossen Spass!»



## Durch ein kompetentes Team betreut

Einführung in Entspannung, Informationen über Ihre Krankheit und was Sie für Ihre Gesundheit tun können, Diabetes- und Ernährungsberatung sowie Informationen zum Themenkreis Leib und Seele. Heute ist erwiesen, dass Lebensstilveränderungen in Form von Ernährungsumstellung, Gewichtsabbau und körperlicher Aktivität den Krankheitsverlauf günstig beeinflussen und das Auftreten von Komplikationen vermeiden helfen. Unser Programm ist von der schweizerischen Gesellschaft für Endokrinologie und Diabetologie anerkannt.

Sie werden von einem kompetenten Team bestehend aus Herzspezialisten, erfahrenen Ärzten, diplomierten Diafit TherapeutInnen, PhysiotherapeutInnen, Sportlehrern, ErnährungsberaterInnen, Diabetesberaterinnen und PsychotherapeutInnen betreut. Gerne geben wir Ihnen weitere Informationen zu unserem Programm.

Eine Vorbesprechung ist bei uns problemlos möglich.





## Kosten

Die Kosten werden durch die Krankenkassen mit dem üblichen Selbstbehalt bei ambulanten Leistungen übernommen.

## Kontakt

cardiafit  
Kardiologie Interlaken  
Spital Interlaken  
3800 Unterseen  
Tel. 033 826 27 71  
E-Mail sekretariat@cardiafit.ch

Weitere Angaben finden Sie auch auf unserer Homepage im Internet.  
[www.cardiafit.ch](http://www.cardiafit.ch)

