

Bei Fragen beraten wir Sie gerne in unserem Sekretariat.

ANMELDUNG/KONTAKT

Die Anmeldung erfolgt durch die Ärzte der Diabetologie, einen anderen Spital- oder Spezialarzt oder mittels Anmeldeformular durch Ihre Hausärztin oder Hausarzt.

Sekretariat Klinik Allgemeine Innere Medizin
 Telefon 041 618 18 24
 medizin@spital-nidwalden.ch

Ärztliche Leitung:
 Diabetologie und Allgemeine Innere Medizin
 Spital Nidwalden

Unter dem Patronat der Schweizerischen Diabetesgesellschaft SDG



REHABILITATIONSPROGRAMM DIABETES MELLITUS

Ambulantes Rehabilitationsprogramm für Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus



Spital Nidwalden AG
 Ein Unternehmen der LUKS Gruppe
 Ennetmooserstrasse 19
 6370 Stans
 Telefon 041 618 18 18
 info@spital-nidwalden.ch
 www.spital-nidwalden.ch



DIAfit ist ein ambulantes standardisiertes, schweizweites Rehabilitationsprogramm für Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus.

Wie wir heute wissen, haben Patienten mit Diabetes ein hohes Risiko für Folgeerkrankungen, wie z.B. Durchblutungsstörungen, Herzinfarkt und Erkrankungen der Nieren und der Augen. Voraussetzungen für eine erfolgreiche Diabetesbehandlung sind nicht nur eine Normalisierung der Blutzuckerwerte, sondern auch eine Reduktion des Körpergewichts, der Blutfette und des Blutdrucks. Ein aktiver Lebensstil, in Form von körperlicher Aktivität, Ernährungsumstellung und Gewichtabbau, helfen den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen.

DIAfit baut auf dieser Grundlage auf und führt darüberhinaus zu verbesserter Lebensqualität.

In einer Gruppe gleichgesinnter Diabetesbetroffener erlernen Sie unter ärztlicher Überwachung und unter Anleitung speziell geschulter Therapeutinnen und Therapeuten einen zielgerechten Umgang mit dem Diabetes. Auch gehört eine ärztliche Eintritts- und Austrittsuntersuchung zu diesem Programm.

Sie kommen während 12 Wochen 3-mal pro Woche für ca. 2 Stunden in unser Diabetes-Programm ins Spital Nidwalden.



Ein vielseitiges Training in der Turnhalle, im Wasser und draussen beim Walken verbessert Ihre Fitness und damit Ihren Stoffwechsel.



Ein lockeres Gymnastikprogramm gibt Kraft, Beweglichkeit sowie Ausdauer und erleichtert die Entspannung.



Das Programm wird durch das Team der Diabetologie, Allgemeine Innere Medizin, Diabetesberatung, Ernährungsberatung und Physiotherapie angeboten.

Ein Informationsprogramm mit mehreren Vorträgen von Fachpersonen informiert Sie über Fragen rund um den Diabetes, über verschiedene Behandlungsmöglichkeiten sowie über Risikofaktoren und deren Behandlung.



In der Ernährungsberatung erhalten Sie wichtige Tipps zu einer gesunden und dennoch genussvollen Ernährungsweise.



UND DANACH

Im Anschluss an das 12-wöchige Rehabilitationsprogramm können Sie sich einer Gruppe Ihrer Region anschliessen. Diese bietet Ihnen 1-3 Mal pro Woche die Möglichkeit, in einer Kleingruppe nach Ihren Wünschen und Möglichkeiten körperlich aktiv zu sein.

KOSTEN

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

