

INFORMASI LAYANAN

F.1.13/051/A/2024



BerAKHLAK
Berorientasi Pelayanan Akuntabel Kompeten
Harmonis Loyal Adaptif Kolaboratif



REHABILITASI JANTUNG



Rumah Sakit Jantung dan Pembuluh Darah Harapan Kita

Jl. Let. Jend. S. Parman Kav. 87 Slipi - Jakarta

Telp: (Hunting) 021 568 4093 - 021 568 1111 - 021 568 4085

Fax 568 4130 E-mail: info@pjnkh.go.id

<http://www.pjnkh.go.id>

REHABILITASI JANTUNG

CARDIOVASCULAR REHABILITATION

Rehabilitasi kardiovaskular adalah upaya yang dilakukan untuk memperbaiki penyebab dasar penyakit kardiovaskular, secara fisik, mental dan sosial, baik karena tindakan operasi maupun non operasi, sehingga dengan upayanya sendiri dapat melakukan pencegahan sekunder

1

FASE I

Pada saat pasien dalam masa perawatan di rumah sakit



Mengatasi akibat negatif dari tirah baring (*Deconditioning*) yang disebabkan karena sakitnya dan karena tindakan pembedahan. Fase ini dilakukan pada saat pasien dirawat. Adapun target dari fase ini adalah:

- Pasien mampu melakukan aktifitas harian untuk menolong diri sendiri.
- Mencapai kapasitas aerobik 3 mets yaitu mampu jalan 1,5 km selama 30 menit
- Memahami faktor risiko, penyakit yang diderita, mengetahui aktifitas yang aman.

2

FASE II

Pada saat pasien setelah pulang dari perawatan rumah sakit



Program rehabilitasi berbasis rawat jalan yang dilakukan segera setelah masa rawat selesai. Mengatasi perkembangan penyakit lebih jauh, persiapan kembali bekerja, rekreasi, atau aktivitas sehari-hari yang optimal (termasuk seksual).

- Mengontrol faktor risiko, edukasi, konseling tambahan mengenai gaya hidup sehat.
- Membantu pasien melakukan program latihan secara aman dan efektif
- Durasi: 1-2 bulan (12-24 kali kunjungan). Konseling, edukasi bagi pasien dan keluarga, Pengontrolan faktor risiko Latihan fisik 3x/minggu, Senam pemanasan, kalistenik Jalan/sepeda statis sesuai hasil uji treadmill, latihan beban Pendinginan/terapi relaksasi, Evaluasi tingkat fungsional dengan 6"WT, ergocycle/treadmill.
- Target intensitas 60-70% HR maksimum Target: klien mampu berjalan 2,4 km/30 menit (setara dengan 6 METs)

3

FASE III

Fase lanjutan dari Fase II yaitu program latihan dilanjutkan di masyarakat



Memelihara sekaligus mencegah progresifitas malahan mencoba proses regresi, dengan memberikan latihan terpadu (fisik, mental dan pengaturan diet) dalam tempo 6 bulan diharapkan proses regresi telah timbul.