

ORDINATION ALLE KASSEN  
1210 WIEN KAIKGASSE 22  
TEL. 0699/15 202 200  
FAX. 01/292 93 06

G  
E  
S  
U  
N  
D  
FACHÜBERGREIFEND - GANZHEITLICH



ORDINATIONEN  
DR. J.H. EPP-FRÜHSTÜCK  
ARZT FÜR ALLGEMEINMEDIZIN  
[www.wien-gesundundschoen.at](http://www.wien-gesundundschoen.at)

WAHLARZTPRAXIS  
WEINVIERTEL  
2132 FRÄTTINGSDORF  
HOLZLEITENSTRASSE 5  
TEL. 0699/15 202 203

G1

## GEFÄSSTRAINING

für arteriosklerosegefährdete Patienten

Übungsprogramm in Gruppen zur Verbesserung der Durchblutung

**Ziel:**

Verhinderung bzw. Verbesserung von

- Gefäßerkrankungen
- Blutdruckfehlregulationen
- Stoffwechselstörungen (v.a. erhöhtes Cholesterin)
- Beinschmerzen

**Prinzip:**

Eine Durchblutungsverbesserung bei gefährdeten Gefäßen ist nicht allein durch Medikamente zu erreichen, sondern bedarf eines spezifischen Gefäßstrainings, das täglich mindestens einmal auch selbständig durchgeführt werden soll, deshalb wird es in diesem Kurs beigebracht.

Zusätzlich werden alle Patienten, die diesen Kurs absolvieren in ein genaues Kontrollprogramm aufgenommen, um einen optimalen ehandlungserfolg zu gewährleisten.

**Durchführung:** In Gruppen oder als Einzelperson, Anleitung zum Heimtrainingsprogramm und Mitgabe eines individuellen Trainingsprogrammes

**Dauer:** etwa 50 Minuten

**Kosten:** in Gruppen (ab 3 Personen) pro Person Euro 37,--  
Einzelperson Euro 110,--