

POLIKLINISCHE REVALIDATIE BEHANDELING

In deze folder geeft het Ruwaard van Putten Ziekenhuis u algemene informatie over de poliklinische revalidatie behandeling. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen. Indien voor u van toepassing zullen aanvullingen en/of wijzigingen op deze algemene informatie altijd door uw behandelend arts en/of uw behandelaar(s) aan u worden meegedeeld.

Algemeen

Het doel van de revalidatie is u te helpen uw gewenste rol in de samenleving (weer) zo goed mogelijk te vervullen, ondanks de beperkingen die u heeft. U krijgt behandeling en advies van een multidisciplinair team onder leiding van een revalidatiearts.

Het revalidatieteam

Het team bestaat uit verschillende behandelaars die ieder een eigen deskundigheid hebben te weten

- de revalidatiearts
- de logopedist
- de fysiotherapeut
- de psycholoog
- de ergotherapeut
- de maatschappelijk werkende

De samenstelling van het team dat u zal behandelen is afhankelijk van uw problematiek en zal door de revalidatiearts met u worden besproken.

Ruwaard van Putten Ziekenhuis
Ruwaard van Puttenweg 500
3201 GZ Spijkenisse

T 0181 65 88 88
E info@rpz.nl
I www.rpz.nl



Verder krijgt u, wanneer nodig, te maken met

- de orthopedisch schoenmaker en
- de orthopedisch instrumentmaker.

Poliklinische behandeling

De revalidatiebehandeling vindt poliklinisch plaats. Dit betekent, dat u voor een bepaald deel van de dag op de revalidatieafdeling in het ziekenhuis komt en dezelfde dag weer naar huis gaat. Dit gebeurt gemiddeld 2 keer per week, maar kan ook vaker nodig zijn.

De diverse behandelaars stemmen de behandeling op elkaar af. U zult dan ook nooit twee afspraken op hetzelfde tijdstip hebben. De eerste 4 weken betreft een observatieperiode. Uw doelen worden in kaart gebracht en gekeken wordt of het revalidatieprogramma voor u geschikt is. Vervolgens heeft het team iedere 4 tot 6 weken overleg om het behandelplan af te stemmen. Na het teamoverleg worden de gemaakte afspraken door de revalidatiearts met u besproken.

Als uw behandeling start is het belangrijk dat u de gemaakte afspraken zo veel mogelijk nakomt, zodat de continuïteit gewaarborgd blijft.

Groepsfitness tijdens uw revalidatie

Tijdens de observatieperiode wordt gekeken naar uw doelen en of u in aanmerking komt

voor groepsfitness. Indien dit het geval is gaat u naast uw individuele behandelingen ook deelnemen aan groepsfitness om onder andere uw conditie en kracht te trainen. Hiermee heeft u een extra therapiemoment om uw revalidatie nog beter te laten verlopen.

De behandelaars

De revalidatiearts

De revalidatiearts is de coördinator en eindverantwoordelijke voor uw revalidatieproces. Hij/zij maakt het behandelplan dat later, indien nodig, in overleg met de overige behandelaars wordt bijgesteld. Tijdens dit proces ziet u de revalidatiearts regelmatig en zal deze u informeren, met u overleggen en de resultaten van uw behandeling vastleggen. Hierbij wordt zoveel mogelijk uitgegaan van uw vragen en problemen. Indien nodig overlegt de revalidatiearts met andere specialisten en met uw huisarts. Daarnaast kan de revalidatiearts zelf bepaalde behandelingen uitvoeren en kan hij/zij medicatie, hulpmiddelen en/of aanpassingen voorschrijven.

De fysiotherapeut

De fysiotherapeut is gespecialiseerd in problemen met het bewegingsapparaat. Uw eerste bezoek aan de fysiotherapeut bestaat uit een gesprek, een onderzoek en het opstellen van een behandelplan. In de



daaropvolgende behandelingen wordt aandacht besteed aan

- het verbeteren van uw dagelijks functioneren door het vergroten van uw spierkracht en beweeglijkheid.
 - het verbeteren van uw algemene conditie.
 - het aanleren van bewegingen en vaardigheden.
 - begeleiding bij het leren omgaan met pijnklachten.
 - functionele oefentherapie om het dagelijks functioneren weer zo goed mogelijk te kunnen vervullen.
- het opnieuw leren van vaardigheden (bijvoorbeeld gericht grijpen, loslaten van voorwerpen, deelnemen aan het verkeer, de was doen).
 - het op een andere manier aanleren van vaardigheden (bijvoorbeeld zittend koken, aankleden met één hand).
 - het leren omgaan met hulpmiddelen (bijvoorbeeld aanmeten van en leren omgaan met een rolstoel, advies voor aanpassingen in woning of op werkplek).
 - het ontdekken van nieuwe mogelijkheden (bijvoorbeeld het gezamenlijk kiezen en uitoefenen van een nieuwe vrijetijdsbesteding als alternatief voor arbeid of sport).

Naast de therapie in het ziekenhuis krijgt u, indien nodig, oefeningen en adviezen mee om thuis te doen.

De ergotherapeut

Ergotherapie richt zich vooral op het dagelijks handelen en wordt ingezet als activiteiten die eigenlijk automatisch horen te gaan, niet meer volledig lukken zoals opstaan, aankleden, eten, schrijven, boodschappen doen, telefoneren of fietsen.

De ergotherapeut inventariseert de problemen die u ondervindt en richt zich op het verbeteren van uw functies en vaardigheden. Hierbij kunt u denken aan

- het verbeteren van functies zoals arm/handfunctie.

Indien nodig probeert de ergotherapeut hulpmiddelen of aanpassingen met u uit en regelt in overleg met de revalidatiearts de aanvraagprocedure voor hulpmiddelen.

De logopedist

De logopedist is gespecialiseerd in communicatie in de breedste zin van het woord en in slikproblemen.

Als u problemen heeft met spreken, het begrijpen van geschreven en/of gesproken taal, het gebruik van uw stem of met slikken, dan zal de logopedist u onderzoeken en behandelen.



De logopedist wordt ingeschakeld bij de volgende klachten.

- Woorden niet duidelijk uit kunnen spreken.
- Moeite hebben met het vormen van woorden en zinnen.
- Niet goed gedachten kunnen formuleren.
- Moeilijk kunnen begrijpen wat anderen zeggen.
- Niet goed uw stem kunnen gebruiken.
- Verslikken bij eten en drinken.
- Moeite hebben met het begrijpen van geschreven tekst.

De logopedist

- leert u opnieuw duidelijk te spreken.
- leert u op een andere manier te communiceren.
- traint u veilig te slikken.

Familie en/of uw partner kunnen door de logopedist worden ingeschakeld, begeleid, voorgelicht en geadviseerd om de communicatie met u te verbeteren.

De psycholoog

Bij revalidatie wordt meestal niet direct aan een psycholoog gedacht. Toch blijkt psychologische ondersteuning vaak wenselijk binnen het revalidatieproces. Op het moment dat iemand lichamelijk ziek of beperkt wordt, kunnen gevoelens van angst, boosheid, schaamte, somberheid, schuld en/of

verdriet ontstaan. De psycholoog kan hulp bieden bij het omgaan met verlies van gezondheid. Mensen hebben vaak een vast patroon in het omgaan met problemen. Tijdens de revalidatie kan blijken dat deze manier van omgaan met problemen niet werkt bij verlies van gezondheid. De psycholoog ondersteunt u in het anders leren omgaan met dit verlies en breidt uw probleemoplossende vaardigheden uit.

Verder kan de psycholoog middels neuropsychologisch onderzoek de verschillende functies van de hersenen in kaart brengen zoals geheugen en concentratie. Deze gegevens zijn nuttig voor eventuele werkhervatting, medische geschiktheid voor autorijden en voor de behandeling op de afdeling. Het onderzoek wordt in overleg met de psycholoog in de meeste gevallen afgenomen door de psychodiagnostisch medewerkster.

De maatschappelijk werkende

Bij een aantal patiënten is het noodzakelijk te proberen de levenswijze aan te passen aan hun mogelijkheden. De maatschappelijk werkende zoekt samen met u naar oplossingen voor problemen met betrekking tot hobby's, huisvesting, werk en sociale voorzieningen. Ook kan hij/zij u begeleiden bij emotionele problemen die verband houden met uw beperking en met de revalidatie-



behandeling. Aan de hand van gesprekken krijgt de maatschappelijk werkende inzicht in uw situatie en kan zo een schakel zijn tussen u, uw dagelijkse omgeving en het revalidatieteam.

De orthopedisch instrumentmaker

De orthopedisch instrumentmaker maakt hulpmiddelen voor het verlichten of oplossen van een aantal lichamelijke problemen zoals afwijkende lichaamshoudingen, beperking of verlies van bewegingsmogelijkheden, verlies van een ledemaat of krachtsvermindering.

Er zijn twee groepen hulpmiddelen te weten

- de orthesen. Dit zijn hulpmiddelen met een corrigerend en/of ondersteunend effect zoals korsetten, beenbeugels en spalken.
- de prothesen. Dit zijn hulpmiddelen ter vervanging van bijvoorbeeld een arm of been.

De revalidatiearts en de orthopedisch instrumentmaker bespreken met u welke hulpmiddelen voor u het meest geschikt zijn. De instrumentmaker neemt de maat op, waarna het hulpmiddel op de instrumentmakerij wordt gemaakt. Soms dient een gipsmodel te worden gemaakt. U ontvangt een oproep om het model te komen passen voordat u het hulpmiddel

mee krijgt voor gebruik. De revalidatiearts en de instrumentmaker controleren of het hulpmiddel goed functioneert. Bij problemen kunt u ook zelf contact opnemen met de orthopedisch instrumentmaker of de revalidatiearts.

Wanneer u het hulpmiddel mee krijgt, geeft de instrumentmaker u instructies en adviezen van technische aard voor het gebruik en het onderhoud. Het instrument wordt overigens in veel gevallen in onafgewerkte vorm meegegeven en later (als het hulpmiddel bevalt) afgewerkt.

De orthopedisch schoenmaker

De orthopedisch schoenmaker maakt aangepaste schoenen. Tijdens het spreekuur bespreken de revalidatiearts en de schoenmaker welke aanpassingen voor u noodzakelijk zijn. Soms krijgt u eerst een voorlopige schoen. Tijdens het revalidatieproces bekijken de fysiotherapeut en de revalidatiearts of verdere aanpassing, zoals de hoogte van de hak, noodzakelijk is. Vervolgens wordt de definitieve schoen gemaakt.

Algemene informatie

Vergoeding van de behandeling

De behandelingen worden vergoed door middel van een aanvraag van de revalidatiearts bij uw zorgverzekeraar. Vergoeding van het vervoer van en naar het ziekenhuis of eventuele kilometervergoeding is af-



hankelijk van de polisvoorwaarden van uw ziektekostenverzekering. Bij kilometervergoeding dient u uw afsprakenkaart te bewaren en af te laten tekenen door de medewerkers van het secretariaat van de afdeling Revalidatie.

Kleding

U hoeft voor de verschillende behandelingen geen speciale kleding aan te schaffen. Gemakkelijk zittende kleding waarin u zich vrij kunt bewegen is voldoende. In de oefenzalen zijn schoenen met een lichte zool (géén slippers) die niet buiten worden gedragen, verplicht.

Patiëntenkaart

Wij verzoeken u bij ieder bezoek aan de polikliniek uw patiëntenkaart mee te nemen. Deze geeft u af bij de balie zodat de medewerkers de afspraken voor de volgende week kunnen noteren.

Afspraken

Na uw eerste afspraak bij de revalidatiearts krijgt u per post uw afspraken voor de poliklinische revalidatiebehandelingen toegestuurd. Op uw afsprakenkaart staan de startdatum en de dagen en tijden waarop u wordt verwacht. Dit zijn ook voor de komende weken de vaste dagen en tijden. Mochten wijzigingen optreden dan wordt u hierover tijdig geïnformeerd. Gedurende de

behandeling krijgt u ook afspraken voor controle bij de revalidatiearts.

Verhindering

Het kan gebeuren dat u niet aanwezig kunt zijn op een afspraak. Op tijd afbellen is dan verplicht, liefst 24 uur van tevoren.

Als u herhaaldelijk niet aanwezig bent op de behandelafspraken, kan dit leiden tot het stoppen van uw behandeling.

Mocht één van uw behandelaars onverwacht afwezig zijn, dan zullen wij u zo spoedig mogelijk hierover in kennis stellen zodat u niet voor niets naar het ziekenhuis komt.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze algemene informatie nog vragen hebben, stelt u die dan gerust aan uw behandelaar(s). In geval van problemen kunt u zelf een afspraak maken bij de medewerkers van de afdeling Revalidatie (route 36). Zij zijn op werkdagen bereikbaar van 08.00 tot 11.30 uur en van 13.00 tot 16.00 uur op telefoonnummer (0181) 65 84 10.

