



Poliklinische revalidatiebehandeling

Binnenkort start u met poliklinische revalidatiebehandeling in het Revalidatie Centrum Roermond (RCR). Revalideren betekent beter leren functioneren in uw dagelijkse activiteiten. Dit kan zijn herstel of leren omgaan met de beperkingen. Bij een revalidatie-dagbehandeling komt u 2 of 3 keer per week naar het ziekenhuis om het revalidatieprogramma te volgen. De duur van zo'n programma varieert van een half uur tot enkele uren.

In deze folder informeren wij u over deze revalidatiebehandeling. Over het revalidatieteam, revalidatietechniek en hulpmiddelen en praktische informatie zoals vervoer en bereikbaarheid.

Het revalidatieteam

Tijdens uw revalidatie krijgt u te maken met een aantal medewerkers. Het hele revalidatieteam bestaat uit de volgende hulpverleners:

- revalidatiearts
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- logopedist
- cognitief gedragstherapeutisch werker (of gedragsdeskundige)
- medisch maatschappelijk werker
- psycholoog
- orthopedisch schoenmaker
- orthopedisch instrumentenmaker
- zorgassistent
- secretaresse

De revalidatiearts is hierbij voor u aanspreekpunt en coördineert uw revalidatieprogramma.

Revalidatiearts

U bent door uw huisarts of een specialist doorverwezen naar de revalidatiearts. De revalidatiearts is een arts die gespecialiseerd is in revalidatiegeneeskunde.

Tijdens het eerste polikliniekbezoek probeert de revalidatiearts een indruk te krijgen van uw problemen. Het doel is om te beoordelen of een revalidatiebehandeling nodig is of dat andere oplossingen op dit moment gewenst zijn.

Indien revalidatiebehandeling noodzakelijk is, wordt u door een team van therapeuten behandeld en begeleid. De revalidatiearts is hierbij de hoofdbehandelaar. Dit betekent dat hij/zij coördinator en eindverantwoordelijke is voor uw behandeling. De revalidatiearts kijkt ook welke therapeuten bij uw behandeling worden betrokken.

Regelmatig houden we teambesprekingen. Tijdens zo'n bespreking zijn de bij u betrokken hulpverleners aanwezig en wordt de voortgang van uw behandeling besproken. Na elke teambespreking krijgt u een afspraak voor een gesprek met de revalidatiearts.

Indien u tussentijds met de arts wilt praten over uw revalidatie of over medische problemen, dan kunt u een afspraak maken via het secretariaat Revalidatie.

Fysiotherapie

Na verwijzing door de revalidatiearts zal de fysiotherapeut u onderzoeken. Hij gaat na welke problemen er zijn in bijvoorbeeld houding, beweging, spierkracht, coördinatie en conditie. Het bewegen in het algemeen, ofwel het functionele bewegen zoals lopen en traplopen, wordt ook onderzocht.

Het doel van de behandeling van de fysiotherapeut is onder andere het verbeteren van houding en beweging. Hiervoor worden functies zoals spierkracht, coördinatie en conditie getraind. Daarnaast richt de behandeling zich op het leren van vaardigheden (bijvoorbeeld lopen en traplopen). Hierbij wordt ook gekeken of het gebruik van (loop)hulpmiddelen zinvol of noodzakelijk is.

Ergotherapie

Het doel van de ergotherapie is sterk afhankelijk van uw beperkingen. Een doel van de behandeling is het herstellen van de balans tussen wat u doet en wat u kan. Een ander doel is dat u weer zo zelfstandig mogelijk leert te functioneren in uw dagelijkse activiteiten. Tijdens de behandeling worden activiteiten geoefend waar u in uw dagelijkse leven problemen mee heeft. Bijvoorbeeld het wassen, aan- en uitkleden, eten, koken, werkhouding en het uitoefenen van uw hobby's en werk.

Zo nodig zal de ergotherapeut adviseren over voorzieningen en hulpmiddelen zoals: woningaanpassingen, vervoersmogelijkheden (rolstoel) of ADL-hulpmiddelen (ADL = Activiteiten in het Dagelijks Leven). De ergotherapeut leert u ook omgaan met deze hulpmiddelen. Ook leert de ergotherapeut u hoe activiteiten op een andere manier uitgevoerd kunnen worden.

Logopedie

Indien nodig zal een logopedist worden ingeschakeld. De logopedist onderzoekt en behandelt problemen op het gebied van taal, spraak en gehoor, eten en drinken.

Bij taal- en spraakproblemen is het doel van de behandeling dat u zo goed mogelijk leert communiceren. Dit kan bereikt worden door het verbeteren van gestoorde functies. Tevens leert u optimaal gebruik te maken van de resterende mogelijkheden.

Als u problemen heeft met eten en drinken, wordt geprobeerd het kauwen en het slikken te verbeteren.

Cognitief Gedragstherapeutisch Werker

De cognitief gedragstherapeutisch werker (CGW-er) kan worden ingeschakeld in uw revalidatieproces. De behandeling wordt ingezet als het samenspel tussen gedachten, gevoelens en gedrag uw klachten in stand houden of verergeren.

De onderwerpen die aan bod kunnen komen:

- Uitleg: Wat is er aan de hand? Welke gevolgen heeft dat? Welke actie of behandeling kan hierop worden ingezet en waarom?
- Nieuwe vaardigheden leren rondom grenzen stellen en het aangeven van wat u wil.
- Vergroten van zelfinzicht en terugkrijgen van eigen regie.
- Uitdagen van gedachten en blootstellen aan moeilijke situaties ('exposure' oefeningen).
- Gedragsexperimenten: Helpende gedachten toetsen in de praktijk.
- Aandachtsoefeningen en contact maken met 'het voelen'.
- Terugval-preventieplan om de geleerde vaardigheden vast te houden na afsluiting van de revalidatie.

Medisch maatschappelijk werk

De medisch maatschappelijk werker is gespecialiseerd in de begeleiding en behandeling van psychosociale en emotionele problemen. Het Medisch Maatschappelijk Werk (MMW) vindt dat, naast aandacht voor het medische aspect, aandacht en zorg voor het psychosociaal functioneren van een patiënt in zijn dagelijks leven noodzakelijk is. De gevolgen van de ziekte, voor u en uw naasten, staan hierbij centraal. Hierbij kunnen vragen opkomen rondom:

- Omgaan met gezondheidsverlies;
- Omgaan met een korte levensverwachting;
- Verwerkings- en acceptatieproblematiek;
- Rouwverwerking;
- Ondersteuning bij besluitvorming;
- Ouderbegeleiding/ opvoedvraagstukken;
- Misbruik en/of geweld;
- Begeleiding in de communicatie tussen patiënt-omgeving-medisch steunsysteem;
- Sociaal isolement;
- Relatieproblemen, een verstoord evenwicht ten gevolge van de ziekte;
- Vraagstukken rondom maatschappelijke instanties;
- Verandering of verlies van werk en/of vrijetijdsbesteding.

De gesprekken met de maatschappelijk werker vinden plaats bij de PAAZ.

Psychologie

Ook de psycholoog kan een bijdrage leveren aan het opstellen van het behandelingsplan. De psycholoog heeft in dit geval een oriënterend gesprek met u, eventueel samen met uw naaste familie. Verder kan een psychologisch (test)onderzoek nodig zijn. Enerzijds kan dat onderzoek gericht zijn op uw persoonlijkheid en bijvoorbeeld verwerkingsproblemen. Anderzijds probeert men aan de hand van een zogenaamd neuropsychologisch onderzoek inzicht te krijgen in de oorzaak van de beperkingen. Hiertoe worden dan cognitieve functies waaronder intelligentie, geheugen, concentratievermogen, waarneming, taal, spraak en ruimtelijk inzicht in kaart gebracht.

Begeleiding en/of training kan eveneens door de psycholoog gebeuren. Daarnaast kan hij adviezen geven over toekomstmogelijkheden wat betreft beroepsuitoefening of studie. De gesprekken met de psycholoog vinden plaats op de polikliniek Medische Psychologie (route PAAZ).

Revalidatietechniek en hulpmiddelen

Tijdens het revalidatieproces, en soms ook al eerder, kan blijken dat u beter gebruik kunt maken van hulpmiddelen of dat er aanpassingen nodig zijn. Dit kan tijdelijk of blijvend zijn.

Uw behandelaar bespreekt dit met u en adviseert u daarin. Als er aanpassingen thuis of op het werk nodig zijn, kan de ergotherapeut kijken hoe de situatie is en wat er aangepast kan worden.

Soms zijn lichaamsgebonden hulpmiddelen nodig zoals prothesen, beugels, korsetten of orthopedische schoenen. In dat geval is, tijdens uw afspraak met de revalidatiearts, een schoentechnicus of instrumentenmaker aanwezig.

Praktische zaken

Weekplanning

De revalidatiebehandeling vindt plaats in het Zorghotel, Revalidatie Centrum Roermond. De eerste weekplanning ontvangt u per post thuis. In deze weekplanning vindt u een overzicht van de verschillende behandelingen, die u gaat volgen. Op de dag van uw eerste behandeling, kunt u zich melden bij de receptie van de polikliniek Revalidatie (route Zorghotel).

Uw therapierooster is iedere week op vrijdag bekend en krijgt u per post of per mail toegestuurd.

Vervoer

De revalidatiearts beoordeelt of u in aanmerking komt voor taxivervoer. Als dat zo is, vult hij/zij een door u aangevraagde verklaring in voor zittend ziekenvervoer.

Wij adviseren u zelf contact op te nemen met uw zorgverzekering over de eventuele voorwaarden, uitvoering en vergoedingen.

Eigen vervoer

Parkeren op de parkeerplaatsen van het ziekenhuis of Zorghotel is betaald parkeren. Bij het inrijden neemt u een parkeerkaart uit de automaat en zoekt een parkeerplaats. Omdat u een revalidatie dagbehandelingprogramma volgt, komt u in aanmerking voor een gratis uitrijkaart. Na de behandeling ruilt u de inrijkaart bij uw behandelaar om voor de uitrijkaart. U kunt het parkeerterrein gratis verlaten door de kaart in de automaat bij de slagboom in te voeren.

Rusten

Als het voor u nodig is om tussen de therapieën te rusten, dan kunt u dit bespreken met de revalidatiearts.

Koffie, thee en maaltijden

Voor een drankje, snack of maaltijd kunt u gebruik maken van het bezoekersrestaurant de Pelikaan, bij de hoofdingang van het ziekenhuis of in het sportcafé van het Zorghotel. Koffie en thee is tegen betaling te verkrijgen.

Kleding/schoeisel

Voor uw eigen gemak adviseren wij u makkelijk zittende kleding en schoeisel te dragen, bij voorkeur een trainings- of joggingpak en gymschoenen.

Aansprakelijkheid

Let goed op uw eigendommen! Het ziekenhuis kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade aan, of diefstal van uw persoonlijke bezittingen.

Klachten

Eventuele klachten kunt u het beste eerst bespreken met de direct betrokkene(n). Als dit niet mogelijk is of het leidt niet tot een bevredigende oplossing dan kunt u contact opnemen met de klachtenfunctionaris.

Afmelden

Als het revalidatieplan is opgesteld en u gaat hiermee akkoord, dan wordt er van u verwacht dat u alle therapieën volgt en op tijd aanwezig bent.

Het is echter mogelijk dat u ziek bent of door bijzondere omstandigheden niet in staat bent om te komen. Wij verzoeken u dan om dit (indien mogelijk) 24 uur van te voren door te geven bij het secretariaat van de afdeling Revalidatie.

Indien u vakantieplannen heeft, verzoeken wij u dit te overleggen met uw revalidatiearts (of een van de therapeuten). Het onderbreken van de therapie kan de behandeling nadelig beïnvloeden.

Komt u zonder duidelijke reden niet naar de therapie, dan krijgt u een afspraak met de revalidatiearts om dit te bespreken.

Tot slot

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met het secretariaat van het Revalidatie Centrum Roermond, tel: (0475) 38 27 45.

Laurentius Ziekenhuis
Mgr. Driessenstraat 6
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)
6043 CV Roermond
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis
34278340 - Revalidatie - december 2020