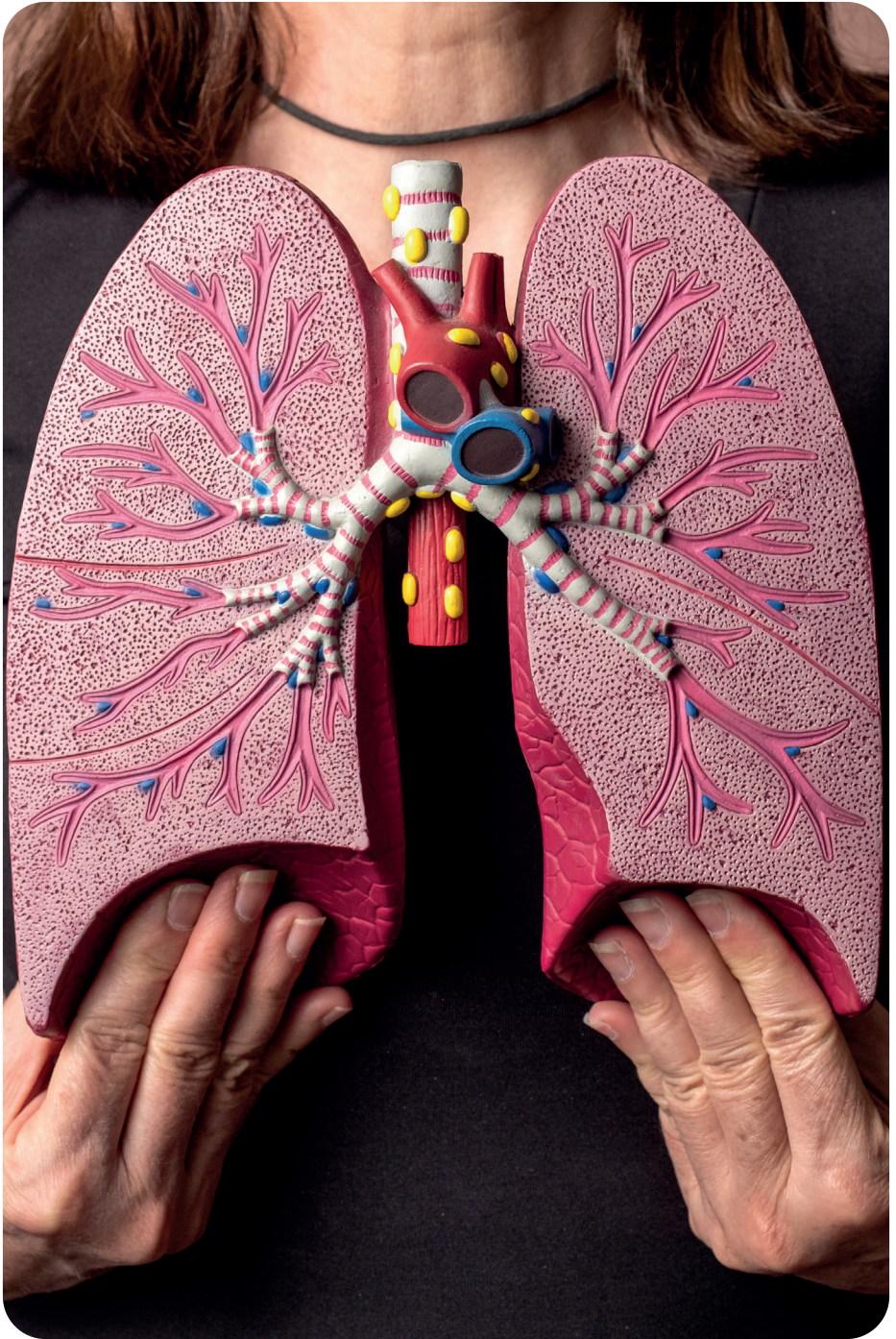


informatie

LONGREVALIDATIE





U bent deelnemer aan de **screeningsdag** longrevalidatie van 'Ziekenhuis Rivierenland' in Tiel. Na deze dag wordt door de behandelaars samen besloten of u kunt deelnemen aan de longrevalidatie in ons ziekenhuis.

De longrevalidatie duurt 4 of 10 weken. Tijdens de revalidatie wordt u door verschillende behandelaars begeleid bij het vergroten van de mogelijkheden in uw dagelijks leven en het beter leren omgaan met uw aandoening. Er zijn verschillende behandelaars die u tijdens de revalidatie kunnen begeleiden, zoals de longarts, de fysiotherapeut, de astma/COPD-verpleegkundige, de diëtist, de medisch maatschappelijk werker en de medisch psycholoog. De coördinator longrevalidatie begeleidt het hele proces. Welke behandelaars u begeleiden, wordt bepaald naar aanleiding van uw intakegesprek en uw hulpvraag.

Wij hopen dat u een goede revalidatieperiode tegemoet gaat en dat uw conditie, zelfvertrouwen en / of acceptatie verbeteren, waardoor u beter kunt omgaan met uw longaandoening.

SCREENINGSDAG

Voordat u kunt starten met de longrevalidatie, wordt u uitgenodigd voor de screeningsdag waarbij u gezien wordt door een aantal behandelaars:

- De fysiotherapeut voor diverse testen van uithoudingsvermogen en spierkracht.
- De medisch maatschappelijk werker voor een screening/ kennismaking.
- De diëtist meet uw spiermassa en bekijkt uw voedingspatroon
- Coördinator longrevalidatie voor een intakegesprek.

Daarnaast kunt u alvast nadenken hoe u het sporten na de revalidatie wilt voortzetten.

Het kan zijn dat de longarts u voorde screeningsdag aanmeldt voor long-functieonderzoek of een maximale inspanningstest (fietstest). Als alle testen en onderzoeken afgerond zijn, wordt bepaald of u in aanmerking komt voor longrevalidatie en in welke groep u gaat deelnemen.

PROGRAMMA LONGREVALIDATIE

Het longrevalidatieprogramma bestaat uit 2 modules.

MODULE 1

Deze module duurt 4 weken. In deze periode komt u 3 keer in de week trainen en zijn er 4 (verplichte) informatiebijeenkomsten. Iedere training duurt 1 uur en vindt plaats op de afdeling Fysiotherapie In Ziekenhuis Rivierenland.

De groep waarmee u oefent bestaat uit maximaal 8 personen en kan tussentijds van samenstelling wijzigen. Na 4 weken vindt er een tussentijdse evaluatie plaats, waarin de coördinator met u bespreekt hoe de revalidatie tot nu toe is verlopen.

Daarnaast wordt samen met u besproken of u module 2 van de revalidatie in het ziekenhuis wilt volgen of bij een andere fysiotherapiepraktijk. Samen met u worden de aandachtspunten voor het tweede deel van de revalidatie bepaald of een passend vervolgtraject gevonden.

Module 1 wordt in principe vergoed vanuit de basisverzekering.

MODULE 2

Deze module duurt 6 weken waarin u ook weer 3 keer in de week komt trainen. Als u kiest om bij ons in het ziekenhuis te blijven voor module 2, blijft u in dezelfde groep trainen als in module 1 op dezelfde tijden met dezelfde fysiotherapeuten.

De vergoeding van deze module is afhankelijk van uw verzekering. Check dit op tijd bij uw verzekeraar.

Aan het einde van de revalidatie worden opnieuw testen en metingen gedaan zoals bij de screeningsdag. Zo wordt duidelijk wat tijdens de longrevalidatie bereikt is.

Programma Module 1

Er zijn twee longgroepen. U wordt door ons ingedeeld in één van deze groepen op basis van de onderzoeken van de screeningsdag. Naast de trainingen in groepsverband vinden er 4 verplichte voorlichtingsbijeenkomsten plaats en wordt u mogelijk ook individueel begeleid door één of meer behandelaars. Hiervoor worden persoonlijke afspraken met u gemaakt.

WEEK	MAANDAG	WOENSDAG	VRIJDAG
	Groep 1: 13:00-14:00 uur Groep 2: 14:00-15:00 uur	Groep 1: 13:00-14:00 uur Groep 2: 14:00-15:00 uur	Groep 1: 13:00-14:00 uur Groep 2: 14:00-15:00 uur
Elke week één verplichte informatiebijeenkomst voorafgaand of na de training.			

De informatiebijeenkomsten worden gegeven door verschillende zorgverleners, een fysiotherapeut, medisch maatschappelijk werker, dietist en longverpleegkundige. De coördinator longrevalidatie informeert u over de specifieke tijden.

Programma Module 2

Hieronder het overzicht van het programma van module 2.

WEEK	MAANDAG	WOENSDAG	VRIJDAG
	Groep 1: 13:00-14:00 uur Groep 2: 14:00-15:00 uur	Groep 1: 13:00-14:00 uur Groep 2: 14:00-15:00 uur	Groep 1: 13:00-14:00 uur Groep 2: 14:00-15:00 uur

In week 5 vindt de eindevaluatie bij fysiotherapeut inclusief testen plaats.

WAT TE DOEN NA DE LONGREVALIDATIE?

Na 4 of 10 weken stopt de poliklinische longrevalidatie. Na het afronden van het longrevalidatieprogramma moet u minimaal twee keer per week blijven sporten/trainen. Wij adviseren u zelf door te gaan met sporten bij een vereniging of club. Indien dit niet haalbaar is het advies om een fysiotherapiepraktijk te zoeken bij u in de buurt die gespecialiseerd is in het behandelen van longpatiënten. Als het trainen op uw nieuwe plek tegenvalt, neem dan alstublieft contact met ons op voor advies.

VRAGEN

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u bellen naar

COÖRDINATOR LONGREVALIDATIE

 0344-67 45 20

Heeft u nog vragen dan kunt u
altijd contact opnemen met ons:

 0344-674911
 info@zrt.nl
www.ziekenhuisrivierenland.nl

