



Revacentrum Sint-Trudo

Revalidatie op maat

Fysische geneeskunde en revalidatie

01 Onze troeven!

- Professionele begeleiding door enthousiaste therapeuten en artsen.
- Vernieuwde en aangepaste infrastructuur.
- Verdere revalidatie en opvolging na een acute opname.

Dit centrum staat onder medische coördinatie van:

- dr. J. Darcis, fysische geneeskunde en revalidatie
- dr. S. Hendrix, fysische geneeskunde
- dr. L. Van Mol, fysische geneeskunde en revalidatie

Een multidisciplinair team begeleidt je bij het herwinnen van jouw mogelijkheden na een ziekte, letsel of aandoening. De behandeling kan de volgende disciplines omvatten:

- ergotherapie;
- kinesitherapie;
- logopedie.

Op aanvraag kan je een psycholoog, sociaal assistent of orthopedisch techniker raadplegen.

De behandeling wordt individueel aangepast aan de noden van de revalidant en regelmatig in teamverband besproken. Er wordt een individueel behandelingschema opgesteld.

Je kan terecht in één van onze twee ruime oefenzalen die uitgerust zijn met de laatste nieuwe apparatuur.

02 Aanbod revalidatieprogramma's

- Locomotorische revalidatie
- Rug- en nekschool
- Isokinetische testing en training
- Neurologische revalidatie (Parkinson, MS- en cognitieve revalidatie)
- Revalidatie bij fibromyalgie
- Cardiale revalidatie
- Pneumologische revalidatie
- Prenatale kinesitherapie
- Oncologische revalidatie REVITA

03 Wie komt hiervoor in aanmerking?

De arts fysische geneeskunde bepaalt of je een geschikte kandidaat bent om aan een revalidatieprogramma deel te nemen. Je moet altijd eerst een consultatie bij hen inplannen alvorens je kan starten met een behandeling.

04 Wat breng je mee op jouw eerste therapiedag?

- Jouw identiteitskaart.

05 Vervoer van en naar huis

Indien je vervoer nodig hebt voor de verplaatsingen naar het ziekenhuis, dan kan je voor meer informatie terecht op ons secretariaat of bij de sociale dienst van ons ziekenhuis.

Contact

secretariaat revalidatie
tel.: 011 69 93 67

06 Locomotorische revalidatie

Patiënten kunnen na een orthopedische ingreep of trauma (o.a. prothesen, fracturen, amputatie) of na acute letsels van de weke delen (o.a. spieren, pezen en zenuwen) doorverwezen worden.

De therapie omvat o.a.:

- oefentherapie, ganganalyse, krachttraining;
- training van transfers en activiteiten uit het dagelijks leven;
- advies, training, demonstratie en doorverwijzing omtrent hulpmiddelen en aanpassingen naar de thuissituatie;
- advies en training omtrent valpreventie.

Je kan ook bij ons terecht voor **isokinetische testing** met het Biodex-toestel. Dit toestel biedt o.a. de arts en de kinesitherapeut ruimere inzichten in spiergroepen en meet krachtverschillen tussen links en rechts. Hierover is een aparte folder beschikbaar.

07 Rug- en nekschool

Via een gesprek en een aantal vragenlijsten bij de psycholoog wordt o.a. de pijn geëvalueerd en wordt nagegaan welke invloed deze pijn heeft op jouw mentale toestand en uw sociaal leven. De resultaten zullen de behandeling verder sturen.

Na een evaluatie van de algemene conditie en fysieke mogelijkheden en beperkingen van de rug wordt een individueel oefenprogramma opgesteld.

Gelieve je met het geldig voorschrift (dat je kreeg van de revalidatie-arts) aan te melden op onze dienst revalidatie. Hier zullen dan verdere afspraken gemaakt worden.

De therapie omvat o.a.:

- rugsparend advies en training (basis ergonomie, verschillende houdingen, hef- en tilprincipes ...);
- advies, training, demonstratie en doorverwijzing omtrent hulpmiddelen en aanpassingen naar de thuissituatie;
- actieve analyse van de 24 uren van de rug;
- een analyse van de werksituatie, indien nodig;
- aanleren van correcte houdings- en bewegingspatronen;
- verbeteren van het uithoudingsvermogen;
- training van het evenwicht, coördinatie, kracht en rompstabiliteit (diepe buikspieren en rugspieren versterken).

Er wordt een specifieke terugbetaling voorzien voor deze 36 sessies! Meer info bij de fysisch geneesheer.

08 Neurologische revalidatie

Patiënten met neurologische aandoeningen kunnen na een acute of langdurige opname bij ons terecht.

De therapie omvat o.a.:

- testen en trainen van activiteiten uit het dagelijks leven (zelfzorg, koken, poetsen ...);
- testen en trainen van de arm- en handfunctie (fijne motoriek, schrijven, werken met de computer);
- trainen van neuropsychologische vaardigheden (aandacht, concentratie, volgorde ...);
- begeleiding en/of doorverwijzing naar een aangepaste woon- of werksituatie;
- advies en training omtrent hulpmiddelen en aanpassingen;
- het herwinnen van jouw fysieke functies: mobiliteit, kracht, coördinatie, gangrevalidatie, evenwicht, lichaamshouding.

De logopedist:

- helpt bij spraak- en taalstoornissen en zoekt mee naar eventuele hulpmiddelen rond communicatie;
- detecteert en behandelt slikstoornissen;
- test en traint de cognitieve functies;
- helpt je bij het optimaliseren of herwinnen van communicatievaardigheden.

Ook voor **fibromyalgie** hebben we aangepaste programma's.

09 Cardiale revalidatie

Patiënten met een hartaandoening kunnen door de cardioloog na een fietsproef doorverwezen worden naar de cardiale revalidatie.

- Bestaat uit een fysiek trainingsprogramma in een veilige omgeving met als doel de inspanningscapaciteit te verhogen en de hartfrequentie in rust te verlagen.
- Dit omvat fietsen, loopband, crosstrainer, roeien, trap, lichte weerstandsoefeningen voor de armen en gymnastiek.

10 Pneumologische revalidatie

Patiënten met een longaandoening kunnen door de pneumoloog doorverwezen worden naar de pneumologische revalidatie.

- De therapie bestaat uit een fysiek trainingsprogramma in een veilige omgeving met als doel de inspanningscapaciteit te verhogen en ademnood te verminderen.
- Dit omvat fietsen, loopband, trap, weerstandsoefeningen voor de armen en benen en ademhalingsoefeningen.

11 Prenatale kinesitherapie

Therapie voor toekomstige moeders, dit zowel individueel als in kleine groepjes:

- bestaat uit 7 sessies zwangerschapsoefeningen;
- de laatste les gaan we samen naar de verloskamer om de juiste perstechniek aan te leren.

12 Handrevalidatie

Na een ingreep aan de hand kan je bij ons terecht voor specifieke handtherapie gegeven door ergo- en kinesitherapeuten.

Notities

A series of 21 horizontal dotted lines providing space for notes.

A series of 20 horizontal dotted lines for writing.

Vragen?

Heb je na het lezen van deze brochure nog vragen, aarzel dan niet om ze te stellen.

fysische geneeskunde en revalidatie
tel.: 011 69 93 76



Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10
info@stzh.be • www.sint-trudo.be