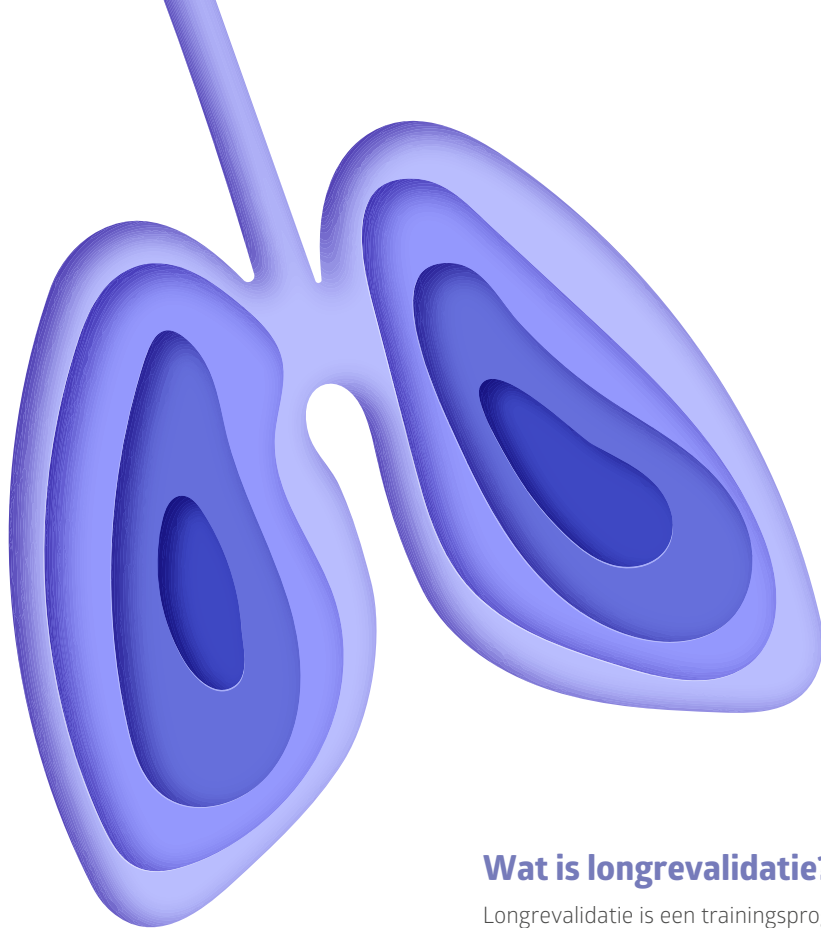


Pneumologie

Longrevalidatie





Beste patiënt,

Longaandoeningen kunnen een grote invloed hebben op het dagelijks leven. Dagelijkse handelingen worden moeilijk als je kortademig en energieloos bent. Longaandoeningen hebben bovendien een invloed op je sociaal leven. Je lichamelijke toestand kan zo slecht worden dat je het huis minder verlaat en je minder met mensen in contact komt. We proberen die vicieuze cirkel te doorbreken met **een op jouw maat gemaakt programma**.

Wat is longrevalidatie?

Longrevalidatie is een trainingsprogramma waarbij het verbeteren van de lichamelijke conditie centraal staat: **we werken op uithouding en spierkracht**. Daarnaast geeft het de mogelijkheid meer te leren over je ziekte en de impact hiervan op je leven.

Tijdens het programma train je, al dan niet met zuurstof, **gedurende zes maanden tweemaal per week** onder begeleiding van een gespecialiseerde kinesitherapeut.

Daarnaast kom je in contact met een ergotherapeut en diëtist. Ze zoeken samen met de kinesitherapeut welke aanpassingen je kan doorvoeren waardoor je terug activiteiten kan doen die je belangrijk vindt, afhankelijk van je persoonlijke noden.

Waarom longrevalidatie?

Longrevalidatie zorgt voor het verbeteren van het lichamelijk functioneren, het verminderen van de klachten en het verbeteren van de levenskwaliteit. Het in groep oefenen werkt stimulerend en je kan ervaringen uitwisselen met lotgenoten.

Praktische informatie

Hoe starten?

De longarts zal bekijken of je in aanmerking komt voor het revalidatieprogramma.

Wanneer hij/zij groen licht geeft voor het starten van het programma, wordt een afspraak gemaakt voor een intakegesprek bij een kinesitherapeut. Bijkomend kan de longarts - indien nodig - je doorverwijzen naar een cardioloog.

In dit gesprek zal de kinesitherapeut je vragen stellen en enkele testen laten doen. Zowel het gesprek als de testen zijn noodzakelijk om het programma op jouw niveau af te stemmen. De oefensessies worden ook tijdens het intakegesprek vastgelegd.

Waar en wanneer?

De sessies vinden plaats in de kinezaal van AZ Rivierenland op campus Bornem. Je bereikt de afdeling via **route 120**. Er zijn kleedkamers en douches aanwezig.

Gedurende 1 uur werk je een programma af afgestemd op jouw capaciteiten. Na 6 maanden kan het programma verdergezet worden, dit één keer per week op een vast moment.



Afspraak voor een intakegesprek

Datum: / /

Tijdstip: : u

Schrijf je bij elke sessie vooraf in via de kiosk in de inkomhal van het ziekenhuis.
Breng hiervoor jouw elektronische identiteitskaart mee.

Contact

Pneumologie

03 890 16 68

pneumologie.bornem@azr.be

Kinesitherapie

03 890 16 40 | 03 890 14 06



Honger of dorst?

Breng een bezoekje aan onze
bistro Azter (campus Rumst) of
brasserie Meeza (campus Bornem)!

CAMPUS BORNEM

Kasteelstraat 23 | 2880 Bornem

03 880 90 11

spoedgevallen: 03 890 16 03

ref.: 50008471

versie: 15/01/2025

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: dr. Eva Boeykens, pneumoloog

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke

Maatschappelijke zetel:

vzw AZ Rivierenland | 's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

RPR 0416 851 659 | Erkenningsnummer 104 | Bevoegde rechtbank: Antwerpen

www.azrivierenland.be | info@azr.be