

Dienst respiratoire revalidatie

Welkom op de respiratoire revalidatie!





Beste (toekomstige) revalidant,

Bij een chronische longaandoening komt heel wat kijken. Niet alleen moet je de diagnose verwerken, maar je krijgt er ook een heleboel medicatie en informatie bij. Daarnaast moet je ook leren leven met de symptomen die deze ziekte met zich meebrengt.

Het is jou waarschijnlijk opgevallen dat je, ondanks jouw medicatie, sneller kortademig en vermoeid bent dan vroeger. Dit komt onder andere door een afname van spierkracht en een vermindering van het inspanningsvermogen. Deze factoren kunnen jou verhinderen in het dagelijkse leven, maar dit mag jou er niet van weerhouden om actief te blijven. Deze brochure is bedoeld om jou een eerste inzicht te geven in wat respiratoire revalidatie inhoudt en wat het voor jou kan betekenen.

Het doel van revalidatie

Het doel van de longrevalidatie:

- optimalisering van je medicatie en/of aanvullende therapieën
- verbetering van de algemene conditie en spierkracht
- het leren omgaan met je ziekte en het vergroten van de zelfredzaamheid
- jouw levenskwaliteit verbeteren en het dagelijkse leven gemakkelijker

Hoe kan je deelnemen?

Deelname aan het respiratoir revalidatieprogramma is enkel mogelijk na een afspraak met de respiratoire revalidatiearts. Vooraleer je met de revalidatie start, neemt het revalidatieteam een aantal tests en onderzoeken af. Op deze manier kunnen wij jou een individueel revalidatieprogramma aanbieden in functie van jouw persoonlijke noden.

Ons revalidatieteam

Om je tijdens het revalidatieproces zo goed mogelijk te ondersteunen, staat er een multidisciplinair team voor jou klaar. Respiratoire revalidatiearts(en), kinesitherapeuten, ergotherapeuten, verpleegkundigen, een diëtist, een psycholoog en een rookstopbegeleider werken nauw samen om jou de beste zorg te garanderen. Zij zullen je met raad en daad bijstaan terwijl je werkt aan jouw herstel.

Het programma

Gezien elke patiënt uniek is spelen we in op persoonlijke noden. Daarom wordt er voor iedereen op basis van de afgenomen tests een gepersonaliseerd programma samengesteld.

Door middel van fysieke inspanning zoals wandelen, fietsen,... proberen we jouw conditie te verbeteren. Indien nodig kunnen we het programma aanvullen met spierkrachttraining van zowel perifere spieren als ademhalingspijpen. Bovendien kom je in de revalidatiezaal samen trainen met lotgenoten, waardoor je in gesprek kan gaan met mensen die hetzelfde doormaken.

Naast de fysieke training is er ook aandacht voor andere aspecten zoals voeding, rookstop, ademhalingskinesithherapie om gemakkelijker je slijmen op te hoesten,... Wanneer het voor jou een meerwaarde kan zijn, is het mogelijk om beroep te doen op aanvullende diensten zoals rookstopbegeleiding, voedingsadvies en/of psychologische ondersteuning.

Een laatste belangrijk onderdeel van het programma bestaat uit educatie. Hierbij gaan we proberen jou en jouw familie meer inzicht te geven in de ziekte en het verloop ervan. Zo proberen we jullie te helpen met de ziekte te leren omgaan.

Duur van het programma

De ambulante revalidatie binnen AZ Rivierenland duurt 6 maanden. De trainingssessies duren gemiddeld 1,5 uur en vinden plaats op maandag-, woensdag- en vrijdagmiddag. Tijdens deze sessies zal je worden begeleid door onze gedreven kinesitherapeuten, die je van dichtbij opvolgen en waar je terecht kan voor al jouw vragen. Tevens staat er ook een respiratoir revalidatiearts paraat die mee jouw vooruitgang opvolgt en je kan helpen met medische vragen tijdens jouw revalidatie.

Na 3 en 6 maanden revalideren worden de testen herhaald, waarbij jouw fysieke en mentale gesteldheid opnieuw in kaart worden gebracht. Het oefenprogramma wordt, rekening houdend met jouw evolutie, op deze manier geoptimaliseerd. Zo blijf je jouw conditie opbouwen aan een tempo dat voor jou haalbaar is. Indien blijkt dat zowel jij als de respiratoir revalidatiearts tevreden zijn met de resultaten na 3 of 6 maanden kan er geopteerd worden om hier de revalidatie te beëindigen.

Wanneer jullie beslissen om het revalidatieprogramma te stoppen, wordt er samen met jou gekeken naar een passend vervolg voor het onderhouden van de verkregen resultaten. Eventueel kan het revalidatieprogramma nog eens met 6 maanden verlengd worden. Wij blijven jou in de loop van die tijd opvolgen, want revalidatie stopt nooit!

We wensen je alvast veel succes met je revalidatieprogramma!

Onderzoek en studies

Het revalidatieprogramma dat we aanbieden is gebaseerd op jarenlang wetenschappelijk onderzoek. Aangezien geneeskunde steeds in ontwikkeling is, worden regelmatig nieuwe studies opgestart. De respiratoire revalidatie in AZ Rivierenland Rumst is ook een onderzoekscentrum waar zulke studies worden uitgevoerd. Het kan dus zijn dat je gevraagd wordt deel te nemen aan een klinische studie. Je krijgt altijd uitgebreid informatie over de studie en deelname is steeds vrijwillig.

Het is belangrijk om te weten dat jouw beslissing om al of niet deel te nemen invloed zal hebben op de kwaliteit van de zorgen noch op de relatie met het revalidatieteam. Toch hopen we dat je aan deze onderzoeken wenst deel te nemen, omdat deze ons helpen jouw aandoening nog beter te begrijpen om zo het revalidatieprogramma verder te verbeteren.





Contact

Hebt je nog vragen of wens je meer informatie te krijgen over revalidatie, dan kan je ons telefonisch bereiken via 03 880 99 78 (openingsuren op de website: www.azrivierenland.be) of per mail: pneumorevalidatie.rumst@azr.be

Het revalidatieteam

- **Respiratoir revalidatiearts:** prof. dr. Wilfried De Backer
- **Longartsen:** dr. Halil Sirimsi, dr. Johan Clukers
- **Kinesitherapeuten:** Kris Ides, Tara De Smedt, Eline Goris, Kira Versmesse
- **Ergotherapeut:** Karen Van Lierde
- **Diëtist:** Sanne De Caluwé
- **Psycholoog:** Gregory Ysebaert, Leen Braem, Lieselotte Verhaevert
- **Sociale dienst:** Nancy Meskens
- **Respiratoire verpleegkundige:** Wendel Dierckx
- **Rookstopbegeleiding**

CAMPUS RUMST

's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

03 880 90 11 (algemeen)

03 880 91 90 (afspraken)

ref.: 50120991

versie: 04/02/2020

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: Wendel Dierckx, medewerker respiratoire revalidatie

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

