



patiënteninformatie



E003

Revalidatiecentrum



**MARIA
MIDDELARES**

GezondheidsZorg met een Ziel

Inhoud

Voorwoord.....	5
Diensten.....	6
Revalidatiemogelijkheden.....	8
Revalidatieartsen.....	15

AZ Maria Middelaes is een algemeen en christelijk geïnspireerd ziekenhuis, met meer dan 1.600 personeelsleden en 170 artsen. Het is een ultramoderne en milieuvriendelijke nieuwbouw met 631 bedden en 22 hightech operatiezalen.

Patiënten kunnen in ons revalidatiecentrum terecht voor een brede waaier aan medische dienstverlening. Regelmatig volgen de teamleden externe bijscholingen om de laatste ontwikkelingen op het vlak van behandelingsmethoden op de voet te kunnen volgen. Daarnaast wordt er tussen teamleden op frequente basis gecommuniceerd om specifieke en individuele behandelingen te kunnen geven. Dit kan ambulantly of tijdens een ziekenhuisverblijf opgestart worden.

De dienst is erkend als revalidatiecentrum voor locomotorische, cardiologische en neurologische aandoeningen.

Het gespecialiseerd multidisciplinair team van therapeuten bestaat uit 5 revalidatieartsen ondersteund door kinesitherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten, psychologen, diëtisten en sociaal assistenten.

Revalidatieartsen

- Dr. Degrande Jan
- Dr. D'haese Mark
- Dr. Goethals Willem
- Dr. Jacobs Herlinde
- Dr. Vlieghe Barbara

Contactadresgegevens

AZ Maria Middelaes
Buitenring Sint-Denijs 30, 9000 Gent
Secretariaat: 09 246 85 00
Cardiorevalidatie: 09 246 99 01
Neurorevalidatie: 09 246 99 04
Rugrevalidatie: 09 246 99 02

1 Diensten

Kinesithherapie

Kinesithherapie betekent letterlijk “behandelen door beweging”, maar in feite houdt die term veel meer in. Elke patiënt krijgt een trainingsschema in functie van de oorspronkelijke aandoening en volgens de problemen die hij/zij ondervindt op niveau van beweeglijkheid, spierkracht, uithouding en coördinatie. Om dit te realiseren maakt de kinesitherapeut gebruik van diverse oefentoestellen.

Ergotherapie

Een ergotherapeut begeleidt mensen van alle leeftijdscategorieën in het terugwinnen, verbeteren en/of in stand houden van hun functioneren in hun leer-, leef-, werk- en ontspanningssituaties.

Het leren optimaal ZELF-(standig) HANDELEN van patiënten/cliënten is hét doel van de ergotherapeut. Hierbij vertrekt hij van de (overblijvende) mogelijkheden m.b.t. het kunnen uitvoeren van dagelijkse activiteiten/handelingen en wat de patiënt en/of mensen uit zijn omgeving belangrijk en haalbaar vinden.

Daarna maakt de ergotherapeut, samen met de patiënten een (leer) programma op en daarna wordt er geoefend. Heel vaak zal een ergotherapeut na een onderzoek advies geven aan de patiënten en/of aan de mensen uit zijn omgeving. Soms moet de ergotherapeut de mantelzorgers aanleren hoe ze best hulp kunnen bieden aan de patiënt.

Logopedie

De dienst logopedie staat in voor de diagnostiek en behandeling van verworven spraak-, taal-, slik-, stem- en communicatiestoornissen bij volwassenen. Deze zijn veelal neurogeen van aard, nl. afasie, cognitieve communicatiestoornis, dysartrie, spraakapraxie, enz... Daarnaast kunnen

logopedische stoornissen ook het gevolg zijn van een oncologische (vb. mondbodemcarcinoom), virale (vb. perifere aangezichtsverlamming) of andere problematiek (vb. canule). De logopedist informeert en adviseert ook de patiënt en zijn directe omgeving omtrent de aanwezige moeilijkheden, en komt in overleg met de betrokken partijen tot een goed onderbouwde revalidatie waarbij de patiënt centraal staat.

Sociale dienst

De sociale dienst geeft eerst advies (oriëntering en herscholing, werkomstandigheden, mobiliteit, woonsituatie,...) of begeleidt de patiënt bij sociaal-administratieve en/of financiële vragen. Daarnaast regelt de sociale dienst verdere zorg na het verblijf in het ziekenhuis (herstelverblijf, revalidatiezorg, thuiszorg, ...).

Indien gewenst kan de sociale dienst ook contactgegevens verschaffen van lotgenoten, zelfhulpgroepen, ervaringsdeskundigen, ... of een luisterend oor bieden voor een goed gesprek.

Psychologie

De psycholoog ondersteunt de patiënt en zijn omgeving (partners, kinderen, ...) in de beleving en het aanvaarden van het ziek zijn. Hierbij wordt ondersteuning geboden ten aanzien van de beleving en het aanvaarden van het ziek zijn, wordt getracht emotioneel evenwicht te herstellen en wordt gewerkt aan het bevorderen en verandering van gedragsaspecten en persoonlijkheidsfactoren. Er is eveneens ruimte voor diagnostiek en psycho educatie.

Dieet

Een evenwichtige en gezonde voeding is een belangrijk aspect van de revalidatie. De diëtist(e) zal samen met u inzicht proberen krijgen in de huidige voedingsgewoonten en op basis daarvan voedingsadvies geven dat aangepast is aan uw persoonlijke behoeften en gewoonten. Er wordt gewerkt met haalbare doelstellingen waarbij de diëtist(e) de rol van coach op zich zal nemen en praktische adviezen zal formuleren om het voor u zo haalbaar mogelijk te maken. Het uiteindelijke doel van deze samenwerking is het bekomen van een gezond eet- en leefpatroon.

2 Revalidatiemogelijkheden

Ons ziekenhuis biedt tal van ambulante revalidatiemogelijkheden in teamverband of individueel:

Bekkenbodetherapie

Bekkenbodetherapie bestaat uit het aanleren van o.a. een goede controle over de bekkenbodemspieren.

De volgende problemen worden behandeld: urinaire problemen, pijn ter hoogte van de bekken(bodem)regio, pijn bij betrekkingen, of stoelgangproblemen (constipatie of stoelgangverlies).

Hartrevalidatie: na infarct of hartoperatie

De ambulante fase start met een intakegesprek door de kinesitherapeuten. Deze evaluatie vormt een belangrijk onderdeel van het multidisciplinair programma aangezien het de individuele opvolging en doorverwijzing naar andere disciplines vergemakkelijkt. De info wordt gegeven door onder andere de psycholoog (rookstopbegeleiding of stresshantering), de maatschappelijk assistent (financiële tussenkomsten), de relaxatietherapeut (infosessies in groep) en diëtisten.

Op de wekelijkse teamvergaderingen worden de resultaten van de intake besproken en wordt een concreet trainingsprogramma opgesteld. Ook de vorderingen en eventuele problemen tijdens het programma worden op deze wekelijkse teamvergaderingen besproken.

In groep worden oefeningen gegeven onder leiding van kinesitherapeuten gedurende 3 keer in de week.

In België is er geen wettelijk/RIZIV kader voorzien voor onderhoudstraining (na 6 maanden). De afdeling cardiale revalidatie heeft echter enkele initiatieven voorzien voor geïnteresseerde patiënten. Zo

kunnen de patiënten deelnemen aan een onderhoudsprogramma tijdens een avondsessie en is er een fietsclub (in de zomer) en wandelclub (in de winter) opgestart.

Fibromyalgie

Het centrum biedt een groepsprogramma aan zodat fibromyalgiepatiënten een nieuwe balans kunnen vinden, de beschikbare energie zo goed mogelijk te besteden.

De behandeling van fibromyalgie richt zich zodoende niet op de fibromyalgie zelf, wel op de klachten die deze aandoening met zich meebrengt. Deze omvat bijvoorbeeld fysiotherapie, beweging, en wellness/comfort. De begeleiding leert u om beter om te gaan met de ziekte waardoor u ondanks de pijn, uw dagelijkse activiteiten zo goed mogelijk terug kan opnemen. Omdat fibromyalgie zo'n complexe aandoening is, is een multidisciplinaire behandeling aangewezen.

Fysiotherapie

Patiënten komen op de dienst terecht na doorverwijzing van de huisarts/specialist of revalidatiearts. Deze bepaalt de noodzakelijke frequentie en het aantal behandelingen. Manuele therapie wordt eventueel aangevuld met specifieke oefeningen en thuisoefeningen. Op basis van de bevraging en een kinesitherapeutisch onderzoek wordt een individueel behandelplan opgesteld en wordt de behandeling opgestart. Binnen dit revalidatieprogramma komen onderstaande problematieken aan bod:

- Rug- en nekproblemen: Deze populatie wordt zowel pre-operatief als post-operatief behandeld. Via manuele therapie trachten we met mobilisaties en manipulaties de mobiliteit te optimaliseren. Daarnaast wordt ook de spierspanning en de pijn behandeld via harmonische, pijn dempende en ontspannende technieken. Bovenop de manuele therapie wordt er ook veel aandacht besteed aan oefentherapie. Deze is vooral gericht op het herstellen van de stabiliteit, de spierkracht en de conditionele toestand. Tot slot worden functionele oefeningen geïntegreerd. Het doel van deze revalidatie is het hervatten

van dagdagelijkse en sportactiviteiten en preventie van rug- en nekproblemen om herval te beperken.

- **Bekkeninstabiliteit:** Hierbij worden vrouwen tijdens of na hun zwangerschap met klachten van bekkeninstabiliteit behandeld d.m.v. manuele therapie en specifieke oefentherapie.
- **Orthopedische revalidatie:** Deze revalidatie is gericht op patiënten nadat deze gehospitaliseerd werden voor een chirurgische ingreep ter hoogte van één of meerdere gewrichten. Hierbij wordt zowel op mobiliteit, kracht en stabiliteit gewerkt. Via intensieve mobilisatie en oefentherapie trachten we de belastbaarheid terug op te bouwen waardoor de patiënt de dagdagelijkse - en sportactiviteiten kan hervatten.
- **Sportrevalidatie:** Via manuele therapie en sportspecifieke oefentherapie trachten we de belastbaarheid te verbeteren en overbelasting te reduceren zodat de patiënten hun sportactiviteiten kunnen hervatten. Daarnaast wordt er ook preventief gewerkt om de kans op herval te verkleinen.
- **Andere locomotorische letsels:** zoals breuken, spierscheuren/verrekkingen, scheuren of verrekkingen van ligamenten, peesproblemen enz...

Naast de vele toestellen, werken we in ons ziekenhuis sinds kort met twee nieuwe toestellen.

De AlterG Anti Gravity Treadmill minimaliseert de impact op spieren en gewrichten en maximaliseert de bewegingsvrijheid. Het gewicht van de patiënt kan tot 20% van zijn werkelijke lichaamsgewicht aangepast worden. Dit biedt een nauwkeurige, veilige en comfortabele gewichtsondersteunende therapie met een natuurlijk gangpatroon.

Daarnaast gebruiken de therapeuten de Redcord voor vele pathologiën. Het is gebleken uit onderzoek dat fysische inactiviteit of pijn kan leiden tot het deactiveren van één of meerdere spieren waardoor andere spieren geneigd worden om te compenseren en hierdoor overbelast raken.

Dit leidt vaak tot bewegingsdysfuncties en/of pijn. Het Record systeem dat deze problematiek succesvol behandelt, gaat deze spieren terug activeren.

Lymfedrainage

Het lymfestelsel (lymfevaten en lymfeknopen) speelt een belangrijke rol bij het creëren en onderhouden van de ideale leefomgeving voor onze lichaamscellen. De lymfe vervult een voedende, zuiverende en drainerende rol. Deze drainerende functie is een normale, natuurlijke functie in ons lichaam. Echter kan deze bemoeilijkt worden als gevolg van een ongeval, ziekte of stress. Bij een disfunctie kan de drainage van de lymfe manueel (met de handen) geoptimaliseerd worden.

De manuele lymfedrainage (behandeling = 30min) is een massagevorm, die erop gericht is het lymfestelsel te stimuleren. Deze stimulatie is nodig om het teveel aan vocht (zichtbaar en onzichtbaar oedeem) beter of sneller via de lymfebanen af te voeren. De behandeling kan aangevuld worden met compressietherapie en/of bandageren.

Pré- en postnatale kinesitherapie

Om vlot en spontaan te bevallen, bent u beter goed voorbereid en geïnformeerd tijdens de prenatale lessen. Het volgen van deze avondlessen kan de toekomstige mama en papa rust en vertrouwen geven. In 5 prenatale lessen komen verschillende thema's aan bod gegeven door een kinesitherapeut en vroedvrouw. De thema's die aan bod komen zijn onder andere zwangerschapskwalen, bekkenbodemspieren, ademhalings- en ontspanningsoefeningen, massage, arbeid, bevalling, kraamperiode, voeding van de baby,

Het hoofddoel van de postnatale kinesitherapie, gestart 6 weken na de bevalling, is dat het lichaam terug zo goed mogelijk kan recupereren. De oefeningen (10 sessies in 5 weken) worden geleidelijk aan opgebouwd en opgedreven. De nadruk wordt gelegd op het herstel van bekkenbodemen- en buikspieren. De sessies worden telkens afgesloten met babymassage.

Neurologische revalidatie

Jaarlijks worden er tienduizenden mensen getroffen door een neurologische aandoening. Een neurologische aandoening treffen de hersenen, het ruggenmerg of het zenuwstelsel. Deze aandoeningen kunnen klinische beelden geven zoals halfzijdige verlamming (CVA), Multiple Sclerose (MS), de ziekte van Parkinson, polyneuropathie... Het zenuwstelsel beschikt over een aantal mogelijkheden tot herstel. Revalidatie heeft hierop een invloed. Multidisciplinaire aanpak speelt hierbij een belangrijke rol. Met een team van artsen en therapeuten testen we de patiënt lichamelijk en functioneel om de revalidatiedoelstellingen op te stellen. Via therapie proberen we zo de kwaliteit binnen het dagelijks functioneren te verbeteren.

De revalidatie bestaat uit 1 uur kinesitherapie, 1 uur ergotherapie en indien nodig een half uur logopedie. Patiënten kunnen afhankelijk van hun noden 1 tot 5 x/week komen revalideren op ambulante basis. De sociale assistente zorgt voor de administratieve taken. Er kan ook steeds hulp ingeroepen worden van een diëtist en/of psycholoog indien dit nodig wordt geacht.

Obesitatraining voor volwassenen: "Fitesse"

Een gespecialiseerd team van dokters, kinesitherapeuten, diëtisten en psychologen, staat voor u klaar om u te begeleiden in een gezond oefenprogramma, op weg naar een maatje minder. Het programma is een groepsgebeuren waarbij iedereen individueel wordt opgevolgd. Om het hele programma zo vlot mogelijk te laten verlopen en een duidelijk effect te hebben, is het aan te raden, 2 oefensessies per week te volgen

Naast de oefensessies volgt de diëtist u maandelijks op met een aangepast voedingsschema.

Dit alles staat onder leiding van een revalidatiearts, die u op verschillende tijdstippen ziet (bij het begin, na 3 maanden en na 6 maanden).

Oncorevalidatie: "Revivo"

Veel patiënten die met kanker geconfronteerd worden en een behandeling volgen, kampen tijdens en na die behandeling met allerlei klachten. Ze voelen zich uitgeput, hebben moeite om hun dagelijkse activiteiten te hervatten en hun plaats in hun privé- en werkomgeving terug in te nemen.

Onderzoek met reeds lopende projecten heeft uitgewezen dat fysieke activiteit bijdraagt tot het verminderen van kankervermoeidheid. Aandacht voor levensstijl en psychisch welbevinden bevordert de kwaliteit van leven en de reïntegratie van de (ex-)kankerpatiënt. Met ons revalidatieprogramma "Revivo", gericht op fysieke, emotionele en sociale aspecten, willen we u in ons ziekenhuis deze vorm van ruggensteun aanbieden om uw levenskwaliteit en fitheid te helpen bevorderen, zowel tijdens als na de oncologische behandeling. Tijdens en na de oncologische behandeling zijn er infosessies naargelang interesse en behoefte, geheel vrijblijvend.

Na het afsluiten van de oncologische behandeling bieden wij een bewegingsprogramma aan. Op elk moment is er een instapmogelijkheid waarbij inschrijving noodzakelijk is.

Relaxatie

Mensen met pijn- en/of stressklachten kunnen naar de relaxatietherapie komen. Het doel is het menselijke functioneren tot zichzelf, tot de ander en tot de wereld te her(in)stellen.

Ambulante relaxatie is individueel mogelijk (persoonlijke en gerichte relaxatie coaching) of in de adem- en ontspanningsschool (in groep met max. 8 personen). De adem- en ontspanningsschool is opgebouwd uit een infosessie over "wat is relaxatie", een inoefenmoment en daarna 3 praktijkmomenten met relaxatie coaching.

Rugrevalidatie

Zowel mensen met langdurige rug- of nekpijn of mensen die een rug- of nekoperatie ondergingen, kunnen rugrevalidatie volgen. De arts bepaalt of u in aanmerking komt om rugrevalidatie te volgen bespreekt samen uw doelstellingen, uw oefenprogramma en volgt er verder op en volgt u verder op. Zo communiceert de arts met de huisarts, de adviserende geneesheer van de verzekeringsinstelling en eventueel de arbeidsgeneesheer.

De sessies omvatten:

- Wervelzuilschool: inzicht leren krijgen in de werking van de rug en anatomie van de wervelzuil. Houdingen en bewegingen worden geanalyseerd om zo rugvriendelijke houding en beweging aan te leren. Via didactisch materiaal wordt er aangetoond welk ergonomisch materiaal beschikbaar is.
- Individuele behandeling: pijnklachten verminderen en het bewust maken van houdings- en bewegingsgevoel.
- Groepslessen: conditieopbouw, mobiliteit en stabilisatie staat centraal.
- Geniustraining: spierkrachttraining van de rompmusculatuur op rugvriendelijke fitnessstoestellen.
- Pre-fitness training: onderhoud van de conditie gecombineerd met oefeningen zonder gewichten.
- Infosessie: relaxatie, pijneducatie, ergonomie

3 Revalidatieartsen

- Dr. Degrande Jan
 - o Fysische geneeskunde en revalidatie
 - o EMG - SSEP
 - o Manuele therapie
 - o Shockwavetherapie
 - o Locomotorische en neurologische revalidatie

- Dr. D'haese Mark
 - o Fysische geneeskunde en revalidatie
 - o EMG - SSEP
 - o Manuele therapie
 - o Locomotorische, neurologische en cardiale revalidatie
 - o Sportgeneeskunde

- Dr. Goethals Willem
 - o Fysische geneeskunde en revalidatie
 - o EMG - SSEP
 - o Manuele therapie
 - o Shockwavetherapie
 - o Locomotorische en neurologische revalidatie

- Dr. Jacobs Herlinde

- o Fysische geneeskunde en revalidatie
- o EMG - SSEP
- o Locomotorische en neurologische revalidatie

- Dr. Vlieghe Barbara

- o Fysische geneeskunde en revalidatie
- o Locomotorische, neurologische en oncologische revalidatie
- o EMG – SSEP
- o Manuele therapie

Noties:

.....
.....
.....
.....
.....

Augustus 2015 - 1590

AZ Maria Middelaes vzw en haar artsen hebben deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Ze vervangt geenszins het artsconsult. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Maria Middelaes, haar personeel en haar artsen hiervoor niet aansprakelijk.



**MARIA
MIDDELAES**



Tel. 09 246 46 46 - www.mariamiddelaes.be - info@azmmsj.be
AZ Maria Middelaes: Buitenring Sint-Denijs 30 - 9000 Gent