

## Individuele curatieve oncologische revalidatie

*De revalidatiearts heeft u aangemeld voor een oncologisch revalidatieprogramma in Meander Medisch Centrum. Uw revalidatiearts heeft u ongetwijfeld al de nodige informatie gegeven over de behandeling. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is goed daarbij te bedenken dat het gaat om algemene informatie: omstandigheden en ervaringen kunnen van patiënt tot patiënt verschillen.*

### Voor wie is de individuele oncologische revalidatiebehandeling?

U komt in Meander Medisch Centrum voor uw oncologische revalidatiebehandeling. Kanker is een ingrijpende ziekte. De gevolgen van de ziekte en behandelingen kunnen u in uw dagelijks functioneren aanzienlijk beperken. Er kan sprake zijn van klachten zoals vermoeidheid, een verminderde conditie, angst om te bewegen en depressieve gevoelens.

De afdeling Revalidatiegeneeskunde biedt u een individueel afgestemd programma. Samen met u stellen wij doelen om uw functioneren op lichamelijk en geestelijke gebied te verbeteren en uw kwaliteit van leven te optimaliseren.

### Hoe gaat de revalidatiebehandeling in zijn werk?

U heeft al kennis gemaakt met de revalidatiearts. Deze heeft u doorverwezen voor behandeling. De revalidatiearts kijkt samen met u naar uw doelen voor behandeling en welke behandelaars u daarbij kunnen helpen. U komt 1 of 2 keer per week voor de revalidatiebehandeling naar het ziekenhuis. We proberen uw afspraken zoveel mogelijk aansluitend te plannen. Bij de meeste behandelaars heeft u eerst een gesprek voordat de behandeling start. Elke 6 weken evalueren de verschillende behandelaars samen met de revalidatiearts en neemt de revalidatiearts de vorderingen en eventuele bespreekpunten met u door.

### Het oncologisch revalidatiebehandelteam

Hieronder stellen we ons team aan u voor en geven we aan wat de behandeling kan inhouden. Op onze afdeling kunt u zowel mannelijke als vrouwelijke behandelaars treffen.

Het oncologisch revalidatiebehandelteam van Meander Medisch Centrum kan bestaan uit een:

- revalidatiearts
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- maatschappelijk werker
- psycholoog
- geestelijk verzorger

#### Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden  
(Medisch Centrum de Mulderij)  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

#### Postadres:

Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

#### Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

#### KvK Gooi en Eemland:

32082917

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)

### **Revalidatiearts**

De revalidatiearts coördineert de behandeling. Uit het eerste gesprek met u, met onderzoek en zo mogelijk met overige medische gegevens vormt de revalidatiearts zich een beeld van uw klachten en beperkingen. Hij bekijkt met u welke therapieën u nodig heeft en schakelt medewerkers van het team in. Hoe lang en hoe intensief u revalideert hangt af van uw situatie. Regelmatig komt het behandelteam bij elkaar om over uw vorderingen en verdere behandeling te praten. De arts leidt dit overleg en bespreekt de uitkomsten met u. Tijdens uw revalidatiebehandeling heeft u regelmatig contact met de revalidatiearts. Als u tussentijds behoefte heeft aan een gesprek, dan kunt u altijd via de doktersassistente een afspraak maken.

### **Fysiotherapeut**

De fysiotherapeut kan u helpen met het verbeteren van uw lichamelijke conditie en spierkracht via een trainingsprogramma. Hierdoor kunnen klachten van vermoeidheid afnemen. Verder kan de fysiotherapeut u helpen bij klachten als een verminderde balans, bewegingsbeperkingen en angst om weer te gaan bewegen.

De fysiotherapeut stelt samen met u een trainingsprogramma op, afgestemd op uw persoonlijke doelen. Voordat u start met het programma, testen we uw lichamelijke conditie via een fietstest en een aantal spierkrachttesten. Ook vragen wij u een vragenlijst over vermoeidheid in te vullen. U traint 2 keer per week onder begeleiding van een fysiotherapeut in de oefenzaal. Na 6 weken herhalen we de testen om te kijken of er verbeteringen zijn. Dit doen we ook nog een keer aan het einde van het programma om te kijken of uw doelen zijn behaald. Naast het trainen van uw lichamelijke conditie is er ook aandacht voor ontspanning en het opnieuw leren kennen en hanteren van uw grenzen.

### **Ergotherapeut**

U kunt na de chemotherapie en/of bestraling last hebben van vermoeidheid. Dit kan u onzeker maken over welke activiteiten u op een dag kunt doen. De ergotherapeut kan op twee gebieden advies geven: hoe u een activiteit met minder energie kunt uitvoeren en hoe u de activiteiten het beste kunt verdelen over de dag en week. Eerst wordt samen met u uw basisniveau vastgesteld en van daaruit wordt gekeken of u uw activiteiten verder kunt opbouwen. Dit helpt u bij het terugvinden van uw oude dagindeling en werkzaamheden.

### **Medisch maatschappelijk werker**

De medisch maatschappelijk werker begeleidt u en uw partner/naasten in het verwerken en omgaan met de diagnose, het verloop van de ziekte en de impact die dit emotioneel, sociaal en praktisch heeft op uw leven en dat van uw omgeving. U kunt denken aan het omgaan met gevoelens van angst en/of onzekerheid, spanningen in uw relatie(s) en terugkeer op de werkvloer. De medisch maatschappelijk werker signaleert ook als u problemen ervaart met de verwerking van uw ziekte. U kunt dan doorverwezen worden naar passender hulpverlening, bijvoorbeeld een psycholoog of geestelijk verzorger.

### **Medisch psycholoog**

Na de ingrijpende ervaring van een behandeling van kanker komt meestal een normaal verlopend revalidatie- en verwerkingsproces op gang. Het is niet voor iedereen vanzelfsprekend om het evenwicht terug te vinden: het kan zijn dat u klachten van angst, paniek of somberheid ervaart die intens of langdurig zijn. Hierdoor lukt het niet goed om de balans terug te vinden. Dan kan een medisch psycholoog wellicht van nut zijn. De psycholoog kan u helpen bij het onderzoeken en behandelen van psychische en emotionele klachten die veroorzaakt worden door de ziekte kanker. Het kan ook zijn dat een niet goed verwerkte, ingrijpende gebeurtenis uit uw verleden juist in deze nieuwe situatie weer een rol gaat spelen in uw denken en voelen. Daarnaast heeft de ziekte en behandeling vaak veel invloed gehad op de partnerrelatie of seksualiteit.

Ook lichamelijke klachten, zoals langdurige vermoeidheid, of concentratie- en geheugenproblemen, kunnen hun weerslag hebben op uw stemming en kwaliteit van leven. De behandeling is erop gericht u te leren op een andere manier met uw situatie om te gaan en is dus niet alleen ondersteunend van aard. U kunt individueel behandeld worden of samen met bijvoorbeeld uw partner.

### **Geestelijk verzorger**

De diagnose en behandeling van kanker veranderen het leven ingrijpend, zowel lichamelijk als geestelijk. Allerlei gevoelens en vragen komen op. Daarover praten met iemand kan ruimte geven. In Meander Medisch Centrum werken rooms-katholieke, protestantse en humanistische geestelijk verzorgers. Zij maken graag tijd voor u en kunnen u helpen om wat u overkomt te bezien in het licht van wat voor u van waarde is, wat belangrijk is in uw leven. Als u dat wilt kan de geestelijk verzorger ook, samen met u, vormgeven aan een ritueel, gebed of meditatie.

### **Klantbeloften**

De medewerkers van de afdeling Revalidatie van Meander Medisch Centrum hechten veel waarde aan tevreden patiënten. Wij doen ons uiterste best om te zorgen dat u tevreden bent over de behandeling, de procedures, de informatievoorziening en persoonlijke contacten. Wij willen kwalitatief hoogwaardige zorg verlenen en u duidelijkheid geven over wat u van ons mag verwachten. Daarom doen wij u een aantal concrete beloften.

U vindt onze klantbeloften op onze website: [www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl).

Ga naar Patiënten > Afdeling/specialismen > Revalidatiegeneeskunde. Een verkorte versie vindt u op een poster in onze wachtruimten.

Komen we een van de beloften niet na, of bent u niet tevreden over andere aspecten van onze dienstverlening, bespreek dit dan met de betreffende behandelaar. U kunt ook een e-mail sturen naar de teammanager Revalidatiegeneeskunde, via [secr.revalidatie@meandermc.nl](mailto:secr.revalidatie@meandermc.nl). Wij beloven dat we binnen uiterlijk 5 werkdagen inhoudelijk reageren en waar nodig het probleem oplossen. Alle meldingen leggen wij vast, zodat wij hiervan kunnen leren en problemen in de toekomst kunnen voorkomen.

### **Hoe kunt u een afspraak maken?**

Nadat u bij de revalidatiearts bent geweest, komt u op een wachtlijst bij de afdeling Planning. Uw revalidatiearts heeft u geïnformeerd over de gemiddelde wachttijd voordat de behandeling zal starten. Wanneer u vragen heeft over de wachtlijst, kunt u bellen met de afdeling Planning. Deze is dagelijks te bereiken tussen 8.00 en 16.30 uur via telefoonnummer 033 - 850 60 70.

De revalidatiebehandelingen vinden elke werkdag plaats tussen 8.00 uur en 17.30 uur. De revalidatiearts bepaalt de frequentie van de behandelingen en bij welke behandelaars u terecht komt. Vervolgens maken de medewerkers van de afdeling Planning voor u de behandelafspraken. Wij plannen de afspraken zoveel mogelijk op één dag en aansluitend. Als u 5 dagen per week beschikbaar bent voor therapie is de kans groter dat u snel wordt ingepland.

Wilt u op vakantie gaan, bespreekt u dit dan eerst met uw revalidatiearts. In principe kan de revalidatiebehandeling niet onderbroken worden.

Telefonisch of schriftelijk laten we weten welke afspraken wij voor u gemaakt hebben. Afspraken bij de revalidatiearts geven wij minimaal 2 weken van tevoren aan u door. Hieraan herinneren wij u 1 dag van tevoren via een sms-bericht.

Bent u verhinderd voor een afspraak, dan dient u dat minimaal 24 uur van tevoren bij ons te melden. Als u te laat of niet afzegt, kunnen een deel van de kosten bij u in rekening gebracht worden. Deze kosten worden niet door de zorgverzekeraar vergoed.

### **Waar moet u zijn voor uw revalidatiebehandeling?**

De afdeling Revalidatiegeneeskunde van Meander Medisch Centrum vindt u aan de Maatweg 3, in Amersfoort. U kunt de afdeling bereiken via de hoofdingang van het ziekenhuis en via de zijingang. Komt u met eigen vervoer volg dan de bordjes Revalidatie/Fysiotherapie wanneer u het ziekenhuisterrein op rijdt.

Voor uw eerste behandelafpraak voor poliklinische revalidatiebehandeling meldt u zich bij de receptie van de polikliniek Revalidatiegeneeskunde.

U kunt het ziekenhuis bereiken met eigen vervoer, openbaar vervoer of een taxi. Voor meer informatie over de bereikbaarheid zie [www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl).

### **Worden de kosten van uw behandeling vergoed?**

Over het algemeen vergoedt de zorgverzekeraar uw poliklinische revalidatiebehandeling. Deze vergoeding betreft niet alleen uw therapie, maar ook het overleg over u in het behandelteam en de contacten met u via de telefoon of e-mail. Soms moet u echter een eigen bijdrage betalen. Voor meer informatie hierover kunt u contact opnemen met uw zorgverzekeraar.

In een enkel geval vergoedt de zorgverzekeraar de revalidatiebehandelingen niet. Indien u toch besluit met de revalidatiebehandeling te starten, betaalt u zelf de kosten van de behandeling. Voor maatschoenen dient u een eigen bijdrage te betalen, naast een eventueel eigen risico.

De kosten van het niet verschijnen op of te laat afzeggen van een afspraak kunt u niet declareren bij uw zorgverzekeraar.

Als u niet zelf naar het ziekenhuis kunt komen, en er is geen mogelijkheid dat mensen u naar de polikliniek Revalidatiegeneeskunde brengen, dan kunt u eventueel gebruikmaken van een taxi. Informeer bij uw zorgverzekering in hoeverre u de kosten vergoed krijgt en van welk taxibedrijf u dan gebruik kunt maken. Niet elk taxibedrijf heeft afspraken met elke zorgverzekeraar.

### **Wat verwachten wij van u?**

Uw motivatie en actieve inzet zijn een voorwaarde voor het slagen van de therapie. Dit betekent dat u mogelijk thuis opdrachten en oefeningen in de praktijk moet brengen. U zult moeten leren grenzen te verleggen en dat zal soms moeite kosten. Maar als de situatie daardoor verbetert, is het de moeite dubbel en dwars waard. Wij stellen het op prijs als u zelf actief meedenkt bij alle beslissingen die tijdens uw revalidatieproces genomen worden.

Verder verwachten wij dat:

- u zich houdt aan de behandelafspraken die gemaakt zijn.
- u op tijd op de afspraken komt.
- u ons informeert over zaken die belangrijk zijn voor de behandeling.
- u zich minimaal 24 uur van te voren afmeldt, indien u niet op een afspraak kan komen.

Zo kunnen wij samen met u het effect van de behandeling vergroten.

---

Wanneer u iets niet begrijpt of het ergens niet mee eens bent, laat het ons alstublieft weten. Wij kunnen het dan uitleggen of samen met u naar een oplossing zoeken.

### **Heeft u nog vragen?**

Wij hopen dat u na het lezen van deze folder meer weet over de te volgen 'revalidatieweg'. Uiteraard kunt u erop vertrouwen dat alles wat u met uw hulpverlener bespreekt, vertrouwelijk blijft binnen het behandelteam. Zonder uw toestemming worden uw gegevens niet verstrekt aan derden. Hebt u nog vragen of is iets u niet duidelijk, dan kunt u altijd terecht bij uw behandelend arts of bij één van de andere leden van het revalidatiebehandelteam. U kunt ook het algemene telefoonnummer 033 - 850 50 50 bellen en vragen naar de afdeling Revalidatiegeneeskunde.

Meer informatie over het recht op informatie, het recht op privacy en wat te doen bij klachten vindt u op onze website [www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl).

Op onze afdelingswebsite vindt u specifiekere informatie over de verschillende revalidatieprogramma's.

april\_2016