

Poliklinische revalidatiebehandeling bij beroerte

U wordt binnenkort behandeld door het revalidatieteam van Meander Medisch Centrum. De revalidatiearts heeft u een poliklinische revalidatiebehandeling voorgesteld. Dit betekent dat u niet wordt opgenomen, maar per behandeling naar het ziekenhuis komt. Wij kunnen ons voorstellen dat er op zo'n moment veel vragen op u af komen. In deze folder geven we antwoord op de vraag wat poliklinische revalidatiebehandeling nu precies is. Verder maakt u kennis met de verschillende medewerkers van het revalidatiebehandelteam en met hun werkwijze. Ook krijgt u informatie over behandelafspraken, bereikbaarheid en vervoer en over financiële vergoedingen.

Wat is een CVA?

Een CVA, beter bekend als een beroerte, is een infarct of bloeding in de hersenen. Vaak gaat het om een herseninfarct, waarbij de bloedtoevoer naar de hersenen onderbroken wordt door een propje in de bloedvaten. Bij een hersenbloeding knapt er een bloedvat in de hersenen.

Het CVA kan leiden tot een uitval van bewegingsfuncties waardoor beperkingen in uw dagelijks functioneren kunnen optreden. Het lopen lukt niet meer goed, uw spreken is slecht te verstaan, of iets vastpakken gaat niet meer. Mogelijk is uw uithoudingsvermogen achteruit gegaan. Ook kan het zijn dat u niet meer zo goed kan onthouden. Deze belemmeringen kunnen het u moeilijker maken om te functioneren, zowel thuis als in de maatschappij.

Waaruit bestaat de behandeling?

Via de revalidatiebehandeling proberen we uw functioneren te verbeteren. Dit kan bereikt worden door training, nieuwe vaardigheden aanleren en/of leren omgaan met uw aandoening. Misschien hebt u hulpmiddelen of aanpassingen nodig. Het doel van een revalidatiebehandeling is weer zo zelfstandig mogelijk te kunnen leven. Uw revalidatiearts stelt samen met u een revalidatieprogramma op met specifieke doelstellingen, gericht op het verbeteren van uw functioneren.

Wie zijn er bij de behandelingen betrokken?

Hieronder stellen we ons team aan u voor en geven we aan wat de behandeling kan inhouden. Er staat een heel team voor u klaar, maar uw inbreng is misschien wel het allerbelangrijkste. Uw motivatie en actieve inzet zijn een voorwaarde voor het slagen van de therapie. Dit betekent dat wanneer u opdrachten en oefeningen meekrijgt voor thuis, het behandelteam verwacht dat u deze uitvoert en in praktijk brengt. Als eerste hebt u kennis gemaakt met de revalidatiearts. Hij heeft u doorverwezen voor behandeling. De behandeling vindt plaats bij een of meer behandelaars uit ons team. Voor de leesbaarheid worden de behandelaars in deze folder beschreven in de mannelijke vorm. Op onze afdeling kunt u zowel mannelijke als vrouwelijke behandelaars treffen.

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

Het revalidatiebehandelteam van Meander Medisch Centrum bestaat uit een:

- revalidatiearts
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- logopedist
- maatschappelijk werker
- psycholoog
- diëtiste
- instrumentmaker
- orthopedisch schoenmaker

Revalidatiearts

De revalidatiearts coördineert de behandeling. Hij bekijkt met u welke therapieën u nodig hebt en schakelt voor u andere medewerkers van het team in. Regelmatig komt het behandelteam bij elkaar om over uw vorderingen en verdere behandeling te praten. De revalidatiearts leidt dit overleg en bespreekt de uitkomsten regelmatig met u. Uit het eerste gesprek, uit onderzoek en zo mogelijk met behulp van overige medische gegevens, vormt de revalidatiearts zich een beeld van de stoornissen en beperkingen in uw functioneren en uw mogelijkheden. Daarna wordt in overleg met u uw revalidatieprogramma opgesteld. Hoe lang en hoe intensief u moet revalideren hangt af van uw situatie. Tijdens uw revalidatiebehandeling hebt u regelmatig contact met de revalidatiearts. Mocht u echter tussentijds behoefte hebben aan een extra gesprek, dan kunt u altijd via de doktersassistente een afspraak met hem maken.

Fysiotherapeut

De fysiotherapeutische behandeling richt zich vooral op het verbeteren van het bewegen. Daarnaast geeft de fysiotherapeut voorlichting over en adviezen voor het leren omgaan met uw lichamelijke klachten.

Hij maakt vooral gebruik van de volgende behandelmethoden:

- Oefentherapie: deze kan zowel in de oefenzaal, het oefenbad (hydrotherapie) als in een aparte cabine plaatsvinden. Oefentherapie is onder andere gericht op het verbeteren van conditie, spierkracht, mobiliteit en balans/coördinatie, maar ook op bewegingen als tillen, lopen, opstaan vanuit lig- of zithouding, valtechnieken;
- Uitproberen van en leren omgaan met hulpmiddelen als krukken, aangepaste schoenen, prothesen en een rollator;
- Ontspanningstherapie: gericht op het ontspannen van uw lichaam in rust en tijdens bewegen.

Ergotherapeut

De ergotherapiebehandeling richt zich op de dagelijkse handelingen, zoals wassen, aankleden, het huishouden doen of uw werk uitvoeren. De ergotherapeut leert u deze activiteiten weer zo optimaal mogelijk uit te voeren. Ook het verplaatsen in en om uw woning en het uitoefenen van hobby's horen hierbij. Samen met u kijkt de ergotherapeut naar de belemmeringen die u bij deze dagelijkse handelingen ondervindt. Na een gesprek en eventueel een aanvullend onderzoek stelt de ergotherapeut in overleg met u een behandelplan op.

Deze behandeling kan bestaan uit de volgende onderdelen:

- Oefeningen en adviezen om de kracht, sturing en behendigheid van bewegingen te verbeteren, maar ook op het gebied van geheugen, aandacht en tempo van informatieverwerking (cognitieve therapie) en organisatie van activiteiten;
- U leert dagelijkse activiteiten op een andere manier uit te voeren. Hierdoor kunt u deze activiteiten toch zelfstandig of met minder pijn doen. U kunt bijvoorbeeld leren om huishoudelijk werk zittend te doen in plaats van staand;

- De verdeling van activiteit en rust bekijken en optimaliseren;
- Advies bij het uitzoeken en leren gebruiken van hulpmiddelen en aanpassingen zoals het gebruik van een werkstoel of een aanpassing in de keuken.

Logopedist

De logopedist wordt ingeschakeld als u moeite heeft met communiceren of met eten en drinken. Denkt u hierbij aan problemen met verstaanbaar spreken, problemen met lezen, schrijven, het begrijpen van taal en/of het uiten van taal door hersenbeschadiging (afasie) en problemen met slikken (eten en drinken). Na een onderzoek, waarbij gebruik gemaakt kan worden van verschillende tests, maakt de logopedist voor u een behandelplan.

Dit behandelplan kan bestaan uit:

- spraakoefeningen;
- slikoefeningen;
- adem- en/of stemoefeningen;
- oefeningen voor het begrijpen van gesproken of geschreven taal;
- oefeningen voor het uiten van taal of het schrijven;
- uitproberen van en adviseren over communicatiehulpmiddelen. Ook zijn er verschillende oefenprogramma's op de computer beschikbaar. Soms kan worden volstaan met een advies.

Verder besteedt de logopedist aandacht aan uw partner en familie, die, net als u, geconfronteerd worden met de moeilijkheden in de communicatie. In het begin oefent u veel samen met de logopedist. Na enige tijd past u uw vaardigheden in de dagelijkse communicatie toe, dus thuis of op uw werk. Meestal krijgt u een individuele behandeling, maar in een groep is ook mogelijk.

Maatschappelijk werker

De maatschappelijk werker probeert tijdens een eerste gesprek inzicht te krijgen in uw persoonlijke situatie. Hij kijkt samen met u of hulp en advies gewenst is op het gebied van verwerking en dagbesteding. Ook kan hij u hulp bieden en adviseren bij materiële problemen zoals financiën en hij kan bemiddelen met instanties. Verder ondersteunt een maatschappelijk werker u bij het leren omgaan met de veranderde situatie, door uzelf en/of door uw directe omgeving. Immers, een handicap kan praktische en persoonlijke problemen met zich meebrengen. De maatschappelijk werker bespreekt de uitkomst van dit gesprek met u en, met uw goedkeuring ook in het behandelteam. Hebt u liever niet dat bepaalde persoonlijke zaken in het team aan de orde komen, dan gebeurt dit uiteraard niet. In overleg met u neemt de maatschappelijk werker ook contact op met uw partner, gezin of familie en andere hulpverleners.

De behandeling kan bestaan uit:

- Gesprekken waarbij vragen en problemen die met uw beroerte samenhangen op een rijtje gezet worden. Vervolgens zoekt u samen met de maatschappelijk werker naar oplossingen en manieren hoe u beter met die problemen om kunt gaan;
- Begeleiding naar terugkeer in de werksituatie;
- Informatie en uitleg met behulp van literatuur en/of video.

Psycholoog

De psycholoog kan u helpen bij het leren omgaan met uw beroerte en de verwerking ervan. De psycholoog nodigt u uit voor een gesprek en zoekt samen met u naar manieren om te leren leven met uw situatie. Vaak is het van belang dat u nieuwe vaardigheden aanleert. Een psychologisch onderzoek kan deel uitmaken van de behandeling. Bij mensen met een beroerte gaat dit onderzoek vooral over het begrijpen, het onthouden, het concentreren en het waarnemen van zaken. De uitslag van zo'n test wordt altijd met u doorgenomen. Wanneer u dit wilt, kan dat ook samen met uw familie.

De behandeling kan bestaan uit inzicht geven in de cognitieve (verstandelijke) mogelijkheden en verliesverwerking. Cognitieve training, het aanleren van manieren om met beroerte om te gaan, wordt meestal

door de ergotherapeut gedaan.

Diëtist

De revalidatiearts kan u verwijzen naar de diëtiste als u door slikproblemen of verminderde eetlust gewicht dreigt te verliezen, maar ook wanneer overgewicht een belemmering vormt voor revalidatie. De diëtiste zal u adviseren en begeleiden met als doel uw voedingstoestand zo goed mogelijk te houden dan wel te verbeteren.

De behandeling kan bestaan uit:

- een voedingsanamnese of eetdagboek;
- persoonlijk voedingsadvies;
- individuele begeleiding;
- gewichtscontrole;
- waar nodig regelen van vergoeding voor aanvullende dieetpreparaten.

Instrumentmaker

Wanneer de revalidatiearts u een orthese voorschrijft, gaat u naar de orthesemaker ('instrumentmaker'). Een orthese is een hulpmiddel dat gedeeltelijk de functie van een arm of been overneemt of ondersteunt, bijvoorbeeld een beenbeugel. Uw zorgverzekeraar moet toestemming geven voor de orthese. Als u in aanmerking komt voor een orthese is het verstandig om vooraf contact op te nemen met uw zorgverzekering over de vergoeding. Houdt u er rekening mee dat u wellicht een deel zelf moet betalen als u een eigen risico heeft bij uw zorgverzekering.

Orthopedisch schoenmaker

Als de revalidatiearts u speciale schoenen voorschrijft, gaat u naar de orthopedisch schoenmaker. De revalidatiearts bespreekt op het 'schoenenspreekuur' met de orthopedisch schoenmaker wat de beste schoenvoorziening voor u is. De schoenmaker kan uw eigen schoenen aanpassen of schoenen speciaal voor u maken. Ook hiervoor geldt dat uw zorgverzekeraar hiermee akkoord moet gaan. Houdt u er rekening mee dat u, naast uw eigen risico, altijd een eigen bijdrage moet betalen.

Wanneer moet u waar zijn voor uw behandelingen?

De poliklinische revalidatiebehandeling kan plaatsvinden van maandag tot en met vrijdag tussen 8.00 uur en 17.00 uur in Amersfoort. De revalidatiearts bepaalt de frequentie van de behandelingen en welke behandelaars u het beste kunnen helpen. Vervolgens maken de medewerkers van de afdeling Planning voor u de behandelafspraken.

De afspraken worden zoveel mogelijk op één dag gepland en zo mogelijk aansluitend. U krijgt hier telefonisch of schriftelijk bericht van. Voor uw eerste behandelafpraak voor een poliklinische revalidatiebehandeling meldt u zich bij de receptie van de polikliniek Revalidatiegeneeskunde.

Als u vijf dagen per week beschikbaar bent voor therapie is de kans groter dat u snel wordt ingepland. Als u maar enkele dagen beschikbaar bent, loopt u de kans onnodig lang te moeten wachten. Als u te weinig tijd kunt vrijmaken voor de revalidatiebehandeling, kan worden besloten om af te zien van een behandelovereenkomst.

Ruimte

Als u tussen de behandelingen door even moet wachten of na de behandeling even bij wilt komen, kunt u verblijven of uitrusten in de wachtkamer van de polikliniek. Ook is er een ruimte op de afdeling Fysiotherapie. Voor koffie, thee of andere versnaperingen kunt u terecht in het restaurant van het ziekenhuis. De lunch of een warme maaltijd kunt u tegen vergoeding gebruiken in het restaurant.

Bent u verhinderd?

Kosten voor het niet verschijnen op een afspraak

Bent u verhinderd voor een afspraak, dan dient u dat minimaal 24 uur van tevoren bij de polikliniek te melden. Dit kan via het afsprakennummer 033 – 85046070 (ma t/m vr van 8.00- 16.30 uur). Als u niet of te laat afzegt, krijgt u een rekening van 50 euro. Deze kosten moet u zelf betalen en kunt u niet declareren bij uw zorgverzekeraar. Dit zogenaamde wegblijftarief of no-show tarief is in overeenstemming met het beleid van ministerie van VWS. Meer informatie over het wegblijftarief vindt u op www.meandermc.nl.

Wie betaalt de kosten van uw revalidatie?

Uw zorgverzekeraar vergoedt in de meeste gevallen 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.

Soms vergoedt de zorgverzekeraar de revalidatiebehandelingen niet. Indien u toch wilt starten met de revalidatiebehandeling, dan betaalt u de kosten van de behandeling zelf. De kosten van het niet verschijnen op een afspraak of te laat afzeggen kunt u niet declareren bij uw zorgverzekeraar.

Hoe is de afdeling Revalidatiegeneeskunde te bereiken?

De afdeling Revalidatiegeneeskunde van Meander Medisch Centrum bevindt zich op de Maatweg 3 te Amersfoort. U kunt de afdeling bereiken via de hoofdingang van het ziekenhuis en via de zij-ingang. Komt u met eigen vervoer, volg dan de bordjes Revalidatie/Fysiotherapie wanneer u het ziekenhuisterrein op rijdt.

U kunt het ziekenhuis bereiken met eigen vervoer en openbaar vervoer. Meer informatie over de bereikbaarheid vindt u op www.meandermc.nl. Als u niet zelf naar het ziekenhuis kunt komen, en het is niet mogelijk dat mensen u wegbrengen, dan kunt u eventueel gebruik maken 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.

Vragen

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. De afdeling is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag via het algemeen telefoonnummer van Meander Medisch Centrum, telefoon 033 - 850 50 50. Vraagt u naar de afdeling Revalidatiegeneeskunde.

Meer informatie

Voor meer informatie over het recht op informatie, het recht op privacy en wat te doen bij klachten verwijzen we u naar onze website www.meandermc.nl.

Voor meer informatie over een beroerte kunt u zich wenden tot:

- www.hersenletsel.nl
- De Nederlandse hartstichting: www.hartstichting.nl
- Hersenstichting Nederland: www.hersenstichting.nl

Ten slotte

Revalidatie kan een lange en moeilijke weg zijn. Lang omdat er verschillende therapieën nodig zijn en moeilijk omdat er veel van u gevergd wordt. Wij hopen dat u na het lezen van deze folder meer weet over de te volgen 'revalidatieweg'. Samen helpen wij u op weg!

Uiteraard kunt u er op vertrouwen dat alles wat u met uw hulpverlener bespreekt, vertrouwelijk blijft binnen het behandelteam. Zonder uw toestemming worden uw gegevens niet verstrekt aan derden.