

Welkom

Wij heten u welkom op de dienst **Cardiale Revalidatie** van AZ Klina. U werd recent opgenomen op onze dienst Cardiologie naar aanleiding van een hartprobleem. U wordt aangeboden om ambulante verder te revalideren. Hieronder leest u wat een dergelijk “**Cardiaal Revalidatie**” programma inhoudt.

Waarom Cardiale Revalidatie?

Studies tonen aan dat **Cardiale Revalidatie** de kans op sterfte vermindert. Ook treden er minder nieuwe cardiale problemen op. De kwaliteit van leven van de hartpatiënt verbetert significant.

Wat houdt Cardiale Revalidatie in?

Cardiale Revalidatie houdt in dat de hartpatiënt met een *multidisciplinaire aanpak* wordt begeleid. Het *fysieke aspect* van de revalidatie staat hierbij centraal, maar er wordt tevens gestreefd naar een *maximale controle van alle cardiovasculaire risicofactoren*. Verder worden ook *psychologische begeleiding en sociale ondersteuning* voorzien waar nodig.

Al tijdens de opname in het ziekenhuis wordt gestart met dit **revalidatieprogramma**. Dit wordt nadien voortgezet, waarbij de begeleiding zal worden aangepast aan uw individuele mogelijkheden en noden.

Fysieke training

Op basis van een ergospirometrie (= een fietstest met masker) wordt voor elke patiënt een individueel trainingsprogramma opgesteld. Dit bestaat uit een aerobe uithoudingstraining op basis van hartslag of een vaste weerstand en wordt aangevuld met krachttraining. De training is een groepstraining, waarbij eenieder maximaal traint volgens de eigen mogelijkheden.

Controle van de cardiovasculaire risicofactoren

Door de intense begeleiding is het mogelijk om een goed beeld te krijgen van bloeddruk en hartritme. Zo nodig zal de medicatie worden aangepast in overleg met uw behandelende cardioloog en/of uw huisarts. Verder streven we naar **totale rookstop**. Tevens is er aandacht voor de *vet- en cholesterolinname*. Hierbij wordt de diëtist betrokken die persoonlijk advies kan geven over uw eetgewoonten.

Psychologische begeleiding

Meermaals zien we psychologische problemen bij onze hartpatiënten. Leren omgaan met de ziekte is niet vanzelfsprekend. Symptomen van angst tot zelfs depressie kunnen optreden. Dit kan leiden tot sociaal isolement, relationele en/of professionele problemen. Daarom wordt aan elke patiënt een vragenlijst gegeven. Op basis van deze vragenlijst zal onze psychologe u geheel vrijblijvend aanspreken en begeleiding aanbieden. Zo nodig kan na de revalidatie een doorverwijzing worden voorgesteld.

Sociale begeleiding

- Mogelijkheden voor tussenkomst in transportkosten door uw mutualiteit;
- Optimalisatie van de thuiszorg;
- Begeleiding bij het hernemen van beroepsactiviteiten;
- Het bekomen van aangepast werk, ...

U kunt geconfronteerd worden met praktische problemen waar onze medewerkers van de sociale dienst graag samen met u een oplossing voor zoeken.

Er zullen tijdens de revalidatie *informatiesessies* over de hierboven vermelde onderwerpen worden georganiseerd. Hierop nodigen wij u en uw partner van harte uit. Tijdens uw training verneemt u wanneer deze informatiesessies plaatsvinden.

Onze dienst is een erkende dienst **Cardiale Revalidatie** (erkenningsnr. 7.82.148.60), waardoor onze patiënten aan bepaalde criteria moeten voldoen om te mogen revalideren. Revalidatie is dan ook enkel mogelijk op voorschrift van, of in overleg met de behandelende cardioloog.

De revalidatie kan maar worden gestart tijdens een hospitalisatie op de dienst Cardiologie. Het programma loopt af ten laatste 6 maanden na de hospitalisatie en kan niet worden verlengd. Om het succes van het programma te garanderen raden wij u aan om zo weinig mogelijk trainingssessies te missen.

Praktisch

De eerste keer dat u komt revalideren, laat u zich inschrijven aan de inschrijvingsloketten, links als u het ziekenhuis binnenkomt. U krijgt een kaartje met info hoe de afdeling **Cardiale Revalidatie** te bereiken.

Vanaf de tweede keer moet u zich niet meer laten inschrijven en begeeft u zich rechtstreeks naar de revalidatiezaal.

Dit betekent dat u vanaf de tweede keer met de wagen via de inrit Spoedgevallen kunt binnenrijden en uw wagen kunt parkeren ter hoogte van het nieuwe gebouw voor Radiotherapie i.p.v. op de gewone grote bezoekersparking.

Wij vragen u om in sportkledij naar de revalidatiezaal te komen met een handdoek en een flesje water. Een kastje om waardevolle spullen op te bergen is voorzien. De eerste keer brengt u ook uw *medicatielijst* mee. U hoeft zeker niet nuchter te zijn wanneer u komt trainen, tenzij er een bloedafname zou zijn gepland.

Hebt u vragen of opmerkingen?

U kunt altijd terecht bij één van onze teamleden, die zo nodig de vraag doorgeeft aan het revalidatieteam.

Ons reva-team bestaat uit :
Cardioloog-revalidatiearts : dr Jef Verheyen
Kinesisten : Bart Coomans, Tim Geers, Isabelle Heirman, Linde Wuyts, Elke Wouters
Sociale dienst : Francia Timmermans, Veronique Stas
Psychologe : Helena Crockaert

Contactinfo

Cardiale Revalidatie

Tel. Secretariaat 03 650 52 22

Fax. 03 650 52 75

Versie: 4 / 07 - 2021

auteur: arts-diensthoofd cardiologie, V.U.: hoofdarts



Multidisciplinaire Cardiale Revalidatie

Informatiebrochure

AZ Klina vzw
Augustijnslei 100
2930 Brasschaat
T +32 3 650 50 50
www.azklina.be

AZ Klina 
▶ voluit voor zorg

AZ Klina 
▶ voluit voor zorg