



**A.S.Z.**  
ZIEKENHUIS

I Autonome verzorgingsinstelling



Informatiebrochure

**SP**

**cardiopulmonaire revalidatie**

The background of the page features several thin, wavy lines in a light pink or magenta color. These lines flow from the left side towards the right, creating a sense of movement and depth. One line starts near the top left and curves upwards towards the right. Another line starts lower and curves more horizontally across the middle. A third line starts near the bottom left and curves upwards towards the right. The overall effect is a modern, minimalist design.

# **I Inhoudsopgave**

1. Wat is cardiopulmonaire revalidatie?	6
2. Wat is het doel van de revalidatie?	8
3. Het multidisciplinair team	9
4. Praktische informatie	17
5. Ontspanning	21



# **| Voorwoord**

**Welkom** op de dienst SP cardiopulmonaire revalidatie van het A.S.Z. campus Wetteren.



De afdeling telt 24 bedden en is gespecialiseerd in cardiopulmonaire revalidatie.

U zal zien dat deze afdeling verschillend is van andere ziekenhuisafdelingen door de huiselijke sfeer. Wij vragen ook om overdag gemakkelijke kledij te dragen en geen slaapkledij.

De revalidanten verblijven hier gemiddeld langer dan op een acute afdeling, we proberen uw verblijf hier dan ook zo aangenaam mogelijk te maken.

Via deze brochure willen we u zo goed mogelijk informeren. Heeft u nog vragen? Dan kan u deze altijd stellen.

De dienst is **telefonisch bereikbaar** op het volgende nummer:

**+32 (0)9 368 84 50 (24/24)**

# **I 1. Wat is cardiopulmonaire revalidatie?**

De dienst voor cardiopulmonaire revalidatie behandelt zowel patiënten met hartproblemen (1) als patiënten met longproblemen (2).

## **A. Revalidatie bij hartproblemen**

Als u werd opgenomen voor coronair lijden, hartfalen of cardiale heelkunde wordt u uitgenodigd om deel te nemen aan de hartrevalidatie.

Met de hartrevalidatie wil het revalidatieteam (artsen, kinesisten, ergotherapeute, diëtiste, verpleegkundigen, maatschappelijk werkster, psychologe) u helpen zo snel mogelijk weer 'de oude' te worden, zodat u uw werk of hobby's terug kan opnemen.

Bovendien willen wij u met de hartrevalidatie ook helpen een gezondere levensstijl aan te nemen met meer beweging, gezonde voeding, minder stress en rookstop.

Hierdoor kunt u uw risico op nieuwe hartproblemen verminderen.

De hartrevalidatie kan opgesplitst worden in 2 fasen:

- **hospitalisatiefase:** u bent nog opgenomen in het ziekenhuis
- **ambulante fase:** u bent thuis maar komt op regelmatige tijdstippen naar het ziekenhuis voor het revalidatieprogramma.



## B. Revalidatie bij longproblemen

U lijdt aan COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) of aan longfibrose, u vertoont sequelen van tuberculose of u heeft een thoraxmisvorming, u onderging een chirurgische interventie ter hoogte van de longen, ...

Het doel van de revalidatie is het verbeteren van uw inspanningstolerantie, het verhogen van uw levenskwaliteit door u zo zelfredzaam mogelijk te maken. Hiervoor werken een aantal disciplines samen.

Bij elke longaandoening is de revalidatie even belangrijk als het stoppen met roken en het nemen van de voorgeschreven geneesmiddelen. Ons team zal u hierbij helpen.

U krijgt een individueel programma dat u zal toelaten uw lichamelijke prestaties te verbeteren en aan autonomie te winnen. Daarnaast krijgt u ook een educatief programma aangeboden om zelfstandiger met uw ziekte om te gaan.

Na ontslag kan u, bij positief advies van het team, de revalidatie ambulant voortzetten.

## **| 2. Wat is het doel van de revalidatie?**

Samen gaan we na welke functies en activiteiten u graag zelfstandig wil/kan uitvoeren. Het is ons doel deze zeker te behouden en te verbeteren. Voor activiteiten die u niet zelfstandig of gedeeltelijk zelfstandig kan uitvoeren, staan we u graag bij door deze te stimuleren en te verbeteren. Dit alles om u zo snel en zo goed mogelijk weer te laten functioneren binnen het dagelijkse leven.

Tijdens de revalidatie maakt u kennis met verschillende disciplines die samenwerken om uw zelfstandigheid terug te winnen. Het doel van de revalidatie is u terug naar huis te kunnen laten gaan, eventueel met aanpassingen (aangepaste hulp of hulpmiddelen). De werking is dan ook gericht op het verkrijgen van een zo hoog mogelijke graad van zelfredzaamheid.



## **I 3. Het multidisciplinair team**



Een team van verschillende zorgverleners werkt met u samen om de doelen, die u samen heeft afgesproken, te bereiken.

### **A. De arts**

Dr. Simoens, Dr. Rombaut of Dr. Pletinckx zal u tijdens uw verblijf opvolgen. Indien nodig worden er nog andere specialisten aangesproken (bv. neuroloog, orthopedist, nefroloog, fysiotherapeut, ...). **Iedere week is er multidisciplinair overleg.** Dan zit de arts samen met de (hoofd)verpleegkundige, kinesisten, ergotherapeute, maatschappelijk werkster, diëtiste en psychologe om uw evolutie te bespreken en zo uw revalidatie bij te sturen waar nodig.

### **Contactgegevens**



#### **Cardiologie**

Secretariaat Dr. Simoens (cardioloog)

**T** 09 368 84 93



#### **Pneumologie**

Secretariaat Dr. Rombaut / Dr.

Pletinckx (pneumologen)

**T** 09 368 67 10

## B. Verpleegkundigen

Het verpleegkundig team, met als hoofdverpleegkundige Machteld Vinck, staat dag en nacht in voor uw zorg (hulp bij hygiënische zorgen, hulp bij aan- en uitkleden, wondzorg, toedienen van medicatie, hulp bij toiletbezoek, e.d.)

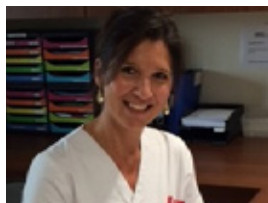
De verpleegkundigen zullen u ook stimuleren om zoveel mogelijk zelf te doen, binnen uw mogelijkheden, om zo uw zelfredzaamheid te bevorderen.

### Contactgegevens



Dienst

T 09 368 84 50 (24/24)



Hoofdverpleegkundige  
Machteld Vinck

## C. Kinesitherapeuten

De kinesitherapeuten staan, samen met de ergotherapeuten, in voor het herwinnen van uw functionaliteit.

Na een intakegesprek wordt er beslist hoe we de revalidatie samen aangaan. Er wordt voornamelijk in groep getraind, maar afhankelijk van uw fysiek niveau wordt er gestart op de kamer, in de beginnersgroep of een sterkere groep.

Indien u van plan bent om na uw verblijf op SP cardiopulmonaire revalidatie

verder te trainen, kan u in de oefenzaal (-1) al kennismaken met ons ambulant programma (conditie- en krachttraining).

We proberen samen het maximale te bereiken!

### Contactgegevens:

**T** +32 (0)9 368 83 71 (van maandag tem vrijdag: 8u – 12u en van 13u – 17u)



## D. Ergotherapeute

De ergotherapeute staat samen met de kinesitherapeuten in voor het herwinnen van uw functionele mobiliteit en zelfredzaamheid. Via bewegingsactiviteiten en activiteiten van het dagelijks leven beogen we het optimaliseren van het lichamelijk prestatievermogen en uw belastbaarheid, om ervoor te zorgen dat u terug kan functioneren op het gewenste of haalbare niveau in ADL, werk, sport en/of hobby.

Tijdens het intakegesprek worden uw eventuele dagelijkse problemen in kaart gebracht. Op basis van een vragenlijst en activiteitenmeting bepalen we waar u de meeste beperkingen ondervindt en welke veranderingen u wilt zien. De ergotherapeute oefent met u om uw ademhaling te controleren bij het uitvoeren van dagelijkse taken, waardoor inspanningen minder

vermoeiend worden. Er wordt aandacht besteed aan het onderdeel 'energieverdeling', zoals het verdelen van activiteiten, herstelmomenten inplannen en het herkennen van uw grenzen. Daarnaast geven we infosessies en zetten we stappen naar een gezonde en actieve leefstijl. Indien aangewezen initiëren, gebruiken, adviseren we hulpmiddelen en aanpassingen aan de woning.

### **Contactgegevens:**

**Adinda Bracke**

**T** 09 368 83 21 (van maandag tem vrijdag: 8u30 – 12u30 en van 13u – 16u30)

**E** [adinda.bracke@asz.be](mailto:adinda.bracke@asz.be)

## **E. Maatschappelijk werkster**

De maatschappelijk werkster kijkt samen met u hoe we de overgang van het ziekenhuis naar de thuissituatie zo vlot mogelijk kunnen laten verlopen. Indien er nood is aan extra ondersteuning bekijken we welke (thuiszorg) diensten wenselijk zijn.

Een ziekenhuisopname is vaak een ingrijpend gebeuren, zowel op individueel, relationeel als sociaal vlak. Er kunnen zich vragen en problemen voordoen waar u het gevoel hebt dat u ze niet alleen kan oplossen.

Misschien door uw thuissituatie, uw werk, uw ziekteverloop, uw financiële en administratieve situatie, uw ontslag uit het ziekenhuis ... en daaraan gekoppelde vragen rond opvangmogelijkheden zowel residentieel als in de thuiszorg. U kan bij de sociale dienst terecht voor het inschakelen van thuishulp, psychosociale ondersteuning, administratieve begeleiding, zelfredzaamheidsondersteuning, ... Daarnaast werken we nauw samen met interne en externe hulpverleners. Indien u moeilijkheden verwacht voor een terugkeer naar huis, gelieve tijdig contact op te nemen.

## Contactgegevens:

### Lien Callant

T 09 368 82 16 (van di tem vrij tijdens de kantooruren)

E [lien.callant@asz.be](mailto:lien.callant@asz.be)



## F. Diëtiste

Voeding is belangrijk, tijdens maar ook na uw revalidatie. Goed en gevarieerd eten, een correct gewicht hebben en voldoende bewegen zijn 3 pijlers voor een gezonde levensstijl. De diëtiste is al lang niet meer de persoon die enkel voedingsmiddelen verbiedt. De diëtiste ondersteunt, begeleidt en kan advies geven bij het optimaliseren van een gezond eetpatroon.

Er zijn echter ook diverse aandoeningen waar het volgen van een dieetadvies van essentieel belang is om een aantal complicaties ten gevolge van een verkeerde voedingsgewoonte te beperken: een advies omtrent bv.: een cholesterolbeperking, een vermageringsdieet, gezonde diabetesvoeding. Het inschakelen van klinische bijvoedingen kan bij een te lage calorie-inname de tijdelijke tekorten aanvullen en bijgevolg de algemene toestand van de patiënt verbeteren.

De diëtiste wil graag een antwoord geven op uw vragen rond gezonde voeding, productinformatie en voedingsproblemen op maat van de patiënt.

## Contactgegevens:

### Christine Baeyens

T 09 368 51 05

E [christine.baeyens@asz.be](mailto:christine.baeyens@asz.be)

## G. Psychologe

Zowel de patiënt als zijn directe omgeving kunnen een beroep doen op psychologische begeleiding tijdens uw opname op de revalidatiedienst. Een ziekenhuisopname is een ingrijpende gebeurtenis en kan gepaard gaan met allerlei vragen en onzekerheden. In een psychologisch consult wordt er ruimte geboden om te spreken over wat er u is overkomen en hoe hiermee om te gaan. In de eerste plaats wordt er met u door het gehele team zoveel mogelijk gestreefd naar herstel maar soms is er ook de confrontatie met blijvende lichamelijke beperkingen, die uw leven ingrijpend veranderen. De psychologe kan u in dat verwerkingsproces van verlies begeleiden en ondersteunen alsook de gedragsveranderingen die hierbij horen. Er wordt naast de ruimte voor de verlieservaring ook gekeken naar wat u wel nog kan. Tevens kunnen er technieken worden aangeleerd om angst en stress beter te leren hanteren. Via uw behandelende revalidatie-arts, de verpleging, alsook rechtstreeks kan u een consult met de psychologe verkrijgen.

### Contactgegevens:

#### Els Dams

T 09 368 82 14

E [els.dams@asz.be](mailto:els.dams@asz.be)

## H. Andere

Indien nodig kunnen er ook **andere disciplines** aangesproken worden zoals de logopediste, ... Afhankelijk van uw individuele noden.

Verder zal u ook kennis maken met de **opdienmedewerkers**, deze komen dagelijks langs met uw ontbijt, soep, middagmaal, koffie en avondmaal. Zij zullen u helpen waar nodig (boterhammen smeren, vlees snijden, koffie inschenken, ...) en letten er ook op dat u voldoende eet.

De dienst **schoonmaak** staat dagelijks in voor de netheid van uw kamer en de afdeling.

De mensen van het **interne patiëntenvervoer** zullen u begeleiden naar de medische beeldvorming, consultaties, ...

## I. Ombudsdienst

Met opmerkingen, suggesties of klachten kan u terecht bij de hoofdverpleegkundige van de afdeling of bij uw arts.

U kan eveneens beroep doen op de ombudspersoon die optreedt als neutrale tussenpersoon en bemiddelt om tot een aanvaardbare oplossing te komen voor alle partijen. Indien de bemiddeling niet leidt tot het gewenste resultaat, licht de ombudspersoon u in omtrent de verdere mogelijkheden tot afhandeling van de klacht.

### **Ombudsdienst A.S.Z.**

Merestraat 80

9300 Aalst

**T** 053 76 68 15

**E** [ann.hoviele@asz.be](mailto:ann.hoviele@asz.be)

Van maandag tot donderdag van 8u30 – 12u en van 13u30 – 16u30

Vrijdag van 8u30 – 11u30



## **I 4. Praktische informatie**



### **A. Wat brengt u mee?**

- Identiteitskaart
- Naam + telefoonnummer van een contactpersoon
- Een **recente** medicatielijst
- Toiletgerief (handdoeken, washandjes, zeep, tandenborstel, scheergerief, kam, ...)
- Kledij: nachtkledij, gemakkelijke kledij voor overdag (jogging of andere makkelijke kledij), aan het seizoen aangepaste kledij voor buiten
- Bril, hoorapparaat, ...
- Schoenen: gesloten, gemakkelijke schoenen (geen open pantoffels e.d.)
- Indien u een eigen mobiele O<sub>2</sub>-concentrator hebt, mag u deze meebrengen (wordt gelabeld op de dienst dat dit uw eigendom is)
- Eigen rollator indien gewenst (wordt gelabeld op de dienst dat dit uw eigendom is)

**TIP!** Breng geen waardevolle voorwerpen mee (o.a. juwelen, geld,...)

## B. Dagindeling

Op de afdeling vindt u dagelijks een schema van de kinesithérapie en ergotherapie.

7u: start van de ochtendverzorging  
7u30 – 8u30: ontbijt + ochtendmedicatie  
9u: start van de therapie (ergo of kiné, afhankelijk van het dagschema)  
11u30: soep + middagmaal + medicatie  
12u30: middagrust  
13u30: start van de therapie (ergo of kiné, afhankelijk van het dagschema)  
16u: start bezoekuor  
17u: avondmaal + medicatie  
19u30: start avondverzorging + avondmedicatie  
20u: einde bezoekuor  
22u: nachtrust

## C. Bezoek

Therapie en onderzoek krijgen voorrang op bezoek. In het belang van de privacy en kwaliteit van de verzorging wordt het bezoek gevraagd de kamer te verlaten tijdens de verzorging.

*Bezoekuren:*

maandag tot vrijdag van 16u tot 20u

zaterdag, zon- en feestdagen van 14u tot 20u

## D. Identificatiebandje

Bij opname op de dienst krijgt u een armbandje om de pols. Dit bandje bevat uw identificatiegegevens en dient gedurende de gehele verblijfsduur gedragen te worden. Indien nodig kan er gevraagd worden naar dit bandje. Dit bandje helpt de zorgverleners om u te identificeren en helpt fouten te voorkomen bv. bij toediening medicatie, wegbrengen naar onderzoek, ...



## E. Rook- en alcoholverbod

**Roken schaadt de gezondheid!** Wenst u toch te roken, dan kan dit buiten. Er is hiervoor plaats voorzien aan de ingang van het gebouw.

## F. Levensbeschouwelijke hulpverlening

Naast medische vragen roept het ziek zijn vaak nog andere vragen op, soms van zinzoekende of levensbeschouwelijke aard. Krijgt u graag bezoek van iemand die uw filosofische of godsdienstige visie deelt? Vraag dit dan aan de verpleegkundige of via het onthaal.

## G. Er even uit

Indien u dit wenst en uw toestand het toelaat, kan u buiten de therapie en verzorgingsuren even de revalidatie verlaten. Dit kan voor een paar uur, een dag of een proefweekend. Dit kan enkel na akkoord van de behandelende arts en na duidelijke afspraken met de (hoofd)verpleegkundige. U wordt wel tegen zou terug op de revalidatie verwacht.

## **H. Kluisje op de kamer**

Iedere kamer heeft een kluisje. De tweepersoonskamers hebben er twee (in elk kleedkastje 1). Heeft u toch geld of waardevolle voorwerpen bij? Gelieve dan gebruik te maken van het kluisje. De gebruiksaanwijzing is aanwezig.

## **I. Gebruik van de badkamer**

Op de dienst is er een badkamer aanwezig met aangepast bad en douche. U kan hiervan gebruik maken, eventueel met hulp van de verpleegkundige of ergotherapeute.

## **I 5. Ontspanning**



### **A. Telefoon en tv op de kamer**

Elke kamer is voorzien van een telefoonaansluiting. Op de tweepersoonkamers zijn er twee aansluitingen. Indien u telefoon op de kamer wenst, vult u hiervoor de nodige documenten in aan de receptie. Na ontvangst van uw persoonlijke telefooncode kan u een vast toestel ophalen bij de verpleegkundige.

Het gebruik van een gsm is eveneens toegelaten.

Iedere kamer heeft één televisietoestel. Dit kan u vrij gebruiken.

### **B. Kapster en pedicure**

U kan een kapster of een pedicure vragen via de verpleegkundige. Zowel de kapster als de pedicure werken op zelfstandige basis en zijn dus niet verbonden aan het ziekenhuis. U kan vooraf betalen via de verpleegkundige of zelf betalen bij bezoek. Een prijslijst is ter beschikking ter hoogte van het bureau van de verpleegkundigen.

### **C. Kranten en tijdschriften**

Er is dagelijks een krant beschikbaar op dienst. Deze mag u vrijblijvend inkijken. Er wordt wel gevraagd deze nadien terug te bezorgen.

Tijdschriften zijn aanwezig in de dagzaal.

Ook kan u vrijblijvend een tijdschrift kopen aan de receptie.

## D. Wifi

Tijdens uw verblijf kan u gratis gebruik maken van het wifi-netwerk. U kan inloggen via 'ASZ-gast'. Bij eventuele problemen kan u steeds terecht bij de verpleegkundige, die helpt u met plezier verder!

## E. Samen vertoeven in de dagzaal

Niemand hoeft zich te vervelen tijdens de vrije momenten of in het weekend. Wij willen iedereen graag stimuleren om gebruik te maken van onze dagzaal. Hier kan u tal van activiteiten samen of alleen doen. Kijk gerust rond of kijk eens in de kast. Misschien vindt u wel een spel kaarten of een ander gezelschapsspel. U kan ook vragen om samen een dvd te bekijken (u kan deze van thuis meebrengen of eens kijken welke er aanwezig zijn). Voor de creatievelingen onder ons zijn er ook mogelijkheden zoals knutselen met papier of karton, handwerk (haken, breien, naaien), schilderen en tekenen, koken en bakken,... Heeft u andere voorstellen? Overleg met de ergotherapeut wat mogelijk is.



Wij hopen met deze informatie op al uw vragen een antwoord te geven.

Heeft u nog vragen? Aarzel niet om ze te stellen!

Wij wensen u een aangenaam verblijf op de revalidatie en een vlot herstel!

**Het voltallige team van SP- cardiopulmonaire revalidatie**

A.S.Z.

**CAMPUS WETTEREN SP CARDIOLPULMONAIR**

Wegvoeringstraat 73

9230 Wetteren

**T** +32 (0)9 368 8450

**E** ve.cardiopulmonair.wet@asz.be

A.S.Z. © 20 oktober 2022, 01284-NL

V.U.: Sabine Siau, algemeen directeur wnd. A.S.Z., Merestraat 80, 9300 Aalst