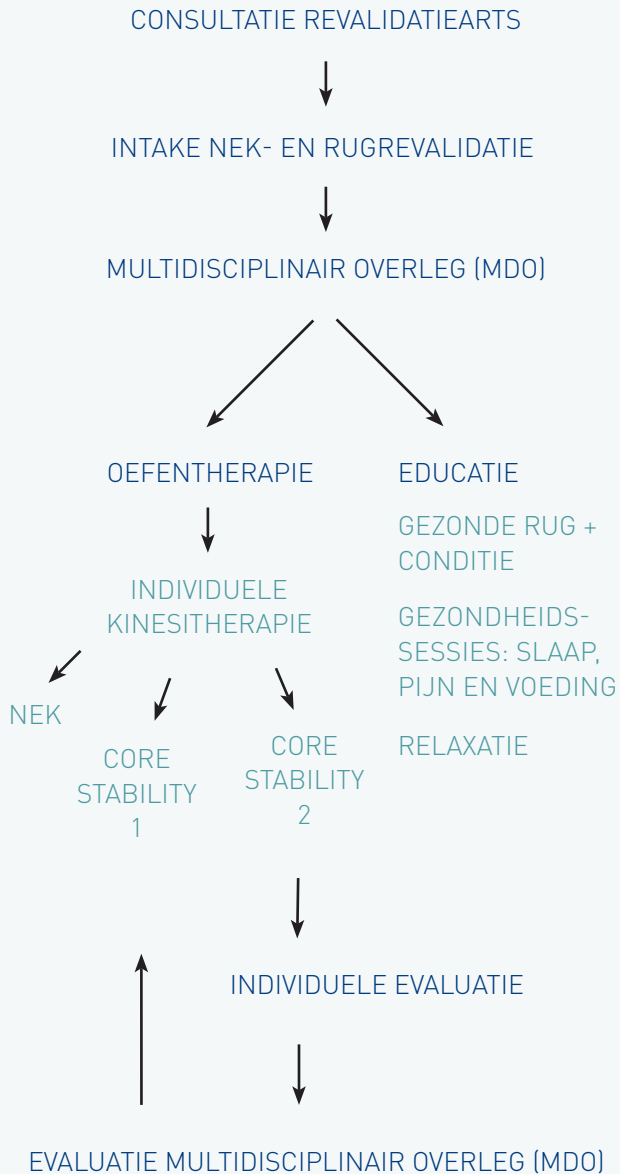


SCHEMATISCH OVERZICHT VAN ONS BEHANDELPLAN



MEER INFO?

Het is mogelijk dat je na het lezen van deze folder nog vragen hebt. Aarzel dan niet om contact op te nemen met onze dienst fysische geneeskunde, kinesiotherapie en revalidatie:

➔ **09 246 85 00**

Check mariamiddeles.be voor een overzicht van onze revalidatieartsen.



AZ Maria Middelares en AZ Sint-Vincentius Deinze hebben deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. Deze folder is indicatief en vervangt de raadpleging bij je arts niet. Mocht deze folder vergissingen of onvolledigheden bevatten, dan zijn AZ Maria Middelares, AZ Sint-Vincentius Deinze, hun medewerkers en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

Nek- en rugrevalidatie

Behandeling en preventie



PATIËNTENINFORMATIE



Buitenring Sint-Denijs 30, 9000 Gent
09 246 46 46 | info@mijnziekenhuis.be

mariamiddeles.be

Volg ons ook op:



Schutterijstraat 34, 9800 Deinze
09 387 71 11 | info.deinze@mijnziekenhuis.be

SAP 5402 | augustus 2024



Voor wie?

Ons revalidatieprogramma wordt voorgesteld aan personen die al langere tijd (meer dan zes weken) chronische lage rug- of nekpijn hebben. Ook patiënten die een rug- of nekoperatie hebben ondergaan, kunnen deelnemen aan het programma.

Wat houdt het programma in?

→ EDUCATIE

Het programma omvat een theoretische benadering van de anatomie en de ergonomie van de wervelzuil.

→ OEFENTHERAPIE

De theorie wordt aangevuld met een praktische benadering om je inzicht te geven in je klachten en de mogelijke oorzaak van die klachten. Beweging en oefentherapie - individueel of in groep - vormen een absolute meerwaarde in de revalidatie van rug- en nekpatiënten.



Verloop van de behandeling

→ CONSULTATIE BIJ DE REVALIDATIEARTS

Maak eerst een afspraak met één van onze revalidatieartsen op 09 246 85 00.

- De behandelend arts zal bepalen of je in aanmerking komt voor ons revalidatieprogramma en het traject samen met jou bepalen en opvolgen.
- De arts zorgt ook voor de administratie van de terugbetaling. Informeer zelf bij je mutualiteit of er een tussenkomst wordt voorzien in het vervoer naar en van het revalidatiecentrum.
- De arts communiceert met de huisarts, de adviserend geneesheer van de verzekeringsinstelling en eventueel de arbeidsgeneesheer.

→ INTAKE EN MULTIDISCIPLINAIR OVERLEG

Tijdens een intakegesprek met een kinesitherapeut en een ergotherapeut wordt je hulpvraag in kaart gebracht. Nadien volgt een multidisciplinair overleg samen met de revalidatiearts en de psycholoog waar je individueel programma en doelstellingen opgesteld wordt.

→ WERVELZUISCHOOl EN RELAXATIE

Het is van belang om inzicht te krijgen in de anatomie van de wervelkolom en rugergonomie. Daarnaast zijn er ook gezondheidsessies over voeding, slapen, werkhervatting, overgevoeligheid van het pijnsysteem van het zenuwstelsel, omgaan met pijn en rookstop. Als laatste les wordt er kennis gemaakt met relaxatie.

→ OEFENTHERAPIE

Patiënten komen op de dienst fysiotherapie terecht voor een individuele, ambulante revalidatie. Dit na doorverwijzing van de huisarts, specialist of revalidatiearts die de frequentie en het aantal behandelingen bepaalt. Via individuele sessies word je voorbereid voor een trainingsgroep op jouw niveau: core 1 en 2. In deze groepslessen ligt de focus op mobiliteit, stabiliteit, functionaliteit en opbouw van de conditie. De therapie van nekpatiënten is vanaf hier anders dan die van rugpatiënten

→ TUSSENTIJDSE EVALUATIE EN EINDEVALUATIE

- Om een goede opvolging te verzekeren, wordt na drie maanden een tussentijdse evaluatie gemaakt bij de revalidatiearts.
- Na zes maanden volgt een eindevaluatie.

→ WAT NA ZES MAANDEN?

Na core 1 en 2 kun je doorschuiven naar een gevorderde groep. Dit trainingsprogramma gaat een keer per week door. Je mag dit programma tot één jaar na de start (je intakegesprek) volgen.

CHECK [MARIAMIDDELARES.BE](https://mariamiddelares.be)
VOOR MEER INFO

