

Revalidatie voor hartpatiënten



Voor wie?

Patiënten met een infarct, hartfalen, na PTCA (Percutane Transluminale Coronair Angioplastie of ballondilatatie), na overbruggingen, hartklepoperatie of met angor pectoris.

Waarom revalideren?

De patiënt een zo normaal mogelijke plaats in de maatschappij terug laten innemen en behouden.

Een hartrevalidatieprogramma volgen na een hartinfarct of stentplaatsing, vermindert de kans op overlijden met 10 tot 20%. Hoe meer je fysieke conditie groeit, hoe minder kans op nieuwe hartproblemen.



Wanneer?

14 dagen à een maand na het infarct of de hartoperatie start de revalidatie.

Het trainingsprogramma duurt 20 weken – elke trainingssessie duurt ruim 1 uur:

- de eerste 8 weken 3 maal per week
- daarna 12 weken 2 maal per week

Resultaten?

De levenskwaliteit verhoogt en de activiteiten kunnen vlotter heropgenomen worden.

Fysieke inspanning werkt ook preventief. Door training worden de risicofactoren voor hart- en vaatziekten gunstig beïnvloed:

- bloeddruk: training heeft een bloeddrukverlagend effect
- betere doorbloeding van het hart
 - cholesterol: de LDL (slechte cholesterol) concentratie in het bloed daalt en de HDL (goede cholesterol) hoeveelheid stijgt
 - overgewicht: inspanning doet het lichaamsgewicht dalen
 - fysieke activiteit verlengt je leven en maakt je minder kwetsbaar voor nieuwe hartproblemen
 - stress: vermindert of er wordt beter mee omgegaan

Jan Yperman Ziekenhuis
Briekestraat 12 • 8900 Ieper
057 35 35 35 • info@yperman.net
www.yperman.net •

Vooraf?

Voor de start van de revalidatie wordt een maximale fietstest afgenomen. Aan de hand van die resultaten wordt een trainingsschema opgesteld.



Wat?

- Revalidatie in samenspraak met de cardioloog – revalidatiearts Dr. Vercammen.
- Op de training wordt de bloeddruk gemeten en het hartritme wordt tijdens en na het oefenen gevolgd. Wekelijks word je ook gevolgd aan de hartmonitor. Bij problemen wordt de hartspecialist verwittigd.
- De oefeningen gaan door onder toezicht van de kinesitherapeut.
- Er is ook begeleiding van een diëtiste, psychologe (o.a. rookstopbegeleiding) en sociaal assistent.

Infosessies

Maandelijks zijn er ook infosessies over een bepaald item. Meer info in de specifieke brochure.

Waar?

Revalidatiezaal van het Jan Yperman Ziekenhuis (route 58).

Voor meer inlichtingen: **057 35 73 97** (Jasmine)



Wanneer?

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
8u-9u15	8u-9u15	8u-9u15	8u-9u15	8u-9u15
9u15-10u30	9u15-10u30	9u15-10u30	9u15-10u30	9u15-10u30
10u30-11u45	10u30-11u45	10u30-11u45	10u30-11u45	10u30-11u45
16u00-17u15			16u00-17u15	15u45-17u
18u00-19u15			18u00-19u15	

Team:

Cardioloog – Revalidatiearts: Dr. Vercammen – Dr. Viaene

Fysiotherapeut – Revalidatiearts: Dr. Lefevere - Dr. Moyaert

Cardiologen: Dr. De Cock - Dr. De Keyser - Dr. Roelandt - Dr. Soufflet

Kinesitherapeuten: Tine Breyne - Jasmine Decoster - Brecht Santy – Sylvie Witdouck

Sociaal Verpleegkundige: Frank Boone

Diëtisten: Sophie Delputte – Leen Soetaert - Joyce Verhooren

Psycholoog: Maaïke Verbeke