

REVALIDATIE VOOR LONGPATIËNTEN



Bij vele longpatiënten is er meer aan de hand dan alleen de longziekte. Vele patiënten voelen zich ondanks medicatie niet goed. U hebt het misschien zelf ook al gemerkt dat u vlugger kortademig bent en sneller vermoeid. Het revalidatieprogramma heeft als doel er voor te zorgen dat u terug beter functioneert, zodat u de activiteiten uit het dagelijks leven gemakkelijker kunt uitvoeren en uw levenskwaliteit verhoogd wordt.

Wie komt in aanmerking?

Patiënten met **COPD** (emfyseem of chronische bronchitis), **longfibrose** en **scoliose**.

De revalidatie

Testen vooraf

Voor u kan starten met de training worden er bij de longarts longfunctietesten afgenomen en eventueel een fietstest of wandeltest.

De oefeningen?

Aan de hand van de testen die u afgelegd hebt bij de longarts; wordt er door de kinesitherapeut, in samenspraak met de revalidatiearts, een trainingsprogramma opgesteld. Dit bestaat onder andere uit spierversterkende oefeningen voor de armen en de benen, fietsen en wandelen. Indien nodig worden ook de ademhalingspijpen geoefend.

Tips naar dagelijkse activiteiten

Veel longpatiënten ervaren problemen met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. De ergotherapeut geeft u tips om zo onafhankelijk mogelijk te functioneren voor uw lichaamsverzorging, bewegingsactiviteiten, huishoudelijke activiteiten en hobby's.



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

58.011N • 20190122
diensthoofd fysische
eskunde – revalidatie

Duur van het programma

Het trainingsprogramma duurt 6 maanden. De eerste 3 maanden wordt er 3 maal per week getraind.

Na 3 maanden 2 maal per week. Na 6 maand is het revalidatieprogramma afgewerkt. Maar er kan nog 1 maal per week verder geoefend worden. Elke trainingssessie duurt ongeveer 1 uur. Tijdens het oefenen worden de hartfrequentie en het zuurstofgehalte in het bloed gevolgd. Dit is nodig om de zwaarte van de oefeningen te kunnen aanpassen.

Effecten

Het is aangetoond dat een revalidatieprogramma de levenskwaliteit verhoogt. Door de oefeningen wordt de inspanningscapaciteit (conditie) verbeterd: het uitvoeren van activiteiten in het dagelijkse leven gaat gemakkelijker.

Ook is aangetoond dat revalidatiepatiënten een langere levensverwachting hebben en minder dagen per jaar moeten opgenomen worden in het ziekenhuis.

Waar?

De training heeft plaats in de revalidatiezaal van het Jan Yperman Ziekenhuis (route 58).

Voor meer inlichtingen kunt u altijd contact opnemen met uw huisarts of longspecialist.

Contactpersoon dienst revalidatie: Jasmine Decoster • tel: 057/35 73 97

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	14u-15u15		16u00-17u15	15u45-17u
18u15-19u30			18u15-19u30	

Team

Fysiotherapeut – revalidatiearts:
dr. F. Lefevere – dr. G. Moyaert

Pneumologen :
dr. G. Bral – dr. I. Declercq - dr. I. Malysse
dr. A. Soenen - dr. H. Ulrichts

Kinesitherapeuten :
Jasmine Decoster – Gudrun De Groeve - Brecht Santy

Ergotherapeute: Mieke Baert

Contact

Jasmine Decoster
geneeskunde en revalidatie 057 35 73 80

057 35 73 97 Secretariaat fysische