Patiënteninformatie

Groepsrevalidatie Parkinson

az turnhout

Inhoud

Inhoud 2

Inleiding 3

Algemene informatie 3

Doel van de revalidatie 3

Waarom multidisciplinaire revalidatie? 4

Invloed van de ziekte op verschillende vlakken 4

Samenwerking met onze experten 4

Het revalidatieprogramma 4

Opbouw van het programma 4

Theoretische lessen 5

Bewegen 5

Belangrijk om weten 6

Verwittigen 6

Praktische informatie 6

Contactgegevens 7

Persoonlijke vragen / notities 7

AZ Turnhout heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt de raadpleging bij je zorgverlener niet. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Turnhout, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

Inleiding

Deze brochure geeft u meer uitleg over de groepsrevalidatie voor patiënten met de ziekte van Parkinson of aanverwante aandoeningen.

Hebt u na het lezen van deze brochure nog vragen, aarzel dan zeker niet om deze te stellen. Uw arts en de therapeuten zullen u graag meer uitleg geven.

Algemene informatie

Doel van de revalidatie

- Het verbeteren van de algemene conditie
- Het vinden van een leuke vrijetijdsbesteding
- Het begeleiden bij problemen met eten en spreken
- Samen verwerken van emotionele en/of relationele moeilijkheden ten gevolge van de ziekte van Parkinson
- Contact leggen met lotgenoten
- Informeren over wetgeving, aanvragen van hulpmiddelen, literatuur/websites over de ziekte van Parkinson
- Eventuele doorverwijzing naar andere beroepsgroepen afhankelijk van de noden op motorisch/cognitief/emotioneel vlak

Waarom multidisciplinaire revalidatie?

Invloed van de ziekte op verschillende vlakken

- Minder vlot bewegen.
- Moeilijkheden met slaap, vermoeidheid, mimiek, plannen, onthouden, dagelijkse activiteiten
- Ook emotionele aspecten mogen we niet onderschatten.

Samenwerking met onze experten

- Revalidatiearts
- Kinesitherapeut
- Ergotherapeut
- Psycholoog
- Logopedist

Het revalidatieprogramma

Opbouw van het programma

- 10 weken
- Elke week 1 sessie
- Elke bijeenkomst omvat:
    - Theoretische deel. U kan tijdens dit deel uw vragen stellen.
    - +/- 1 uur beweging. We laten u zien op hoeveel manieren u terug dagelijks bewegingsplezier kan ervaren.

Uw partner of mantelzorger is zeker ook welkom. Vooral tijdens de theoretische lessen is het voor hen zinvol om de informatie mee te volgen. Ook op sommige bewegingslessen nodigen we partners of mantelzorgers uit.

Theoretische lessen

- Introductie
- Wat is de ziekte van Parkinson?
  Welke medicatie bestaat er en wat is de werking ervan?
- Moeilijkheden met slapen, problemen met toiletbezoek en pijn
  Cognitieve veranderingen: hoe ga ik daarmee om?
- De weegschaal van belasting en belastbaarheid
- Tijdschrijven en ergonomie
- Transfers: moeilijkheden met de verplaatsingen in huis en in de omgeving. Tips, oefeningen en interactie.
- Hoe omgaan met de moeilijkheden die de ziekte van Parkinson met zich meebrengt?
- Communicatie & focus op eten en drinken
- Wanneer heb je een hulpmiddel nodig?
  Waar en hoe kan je een hulpmiddel aanvragen?
- Terugblik en vooruitblik

Bewegen

- Verbeteren van lenigheid en kracht + Tai Chi
- Ontspanningsoefeningen en toepassingen in het dagelijks leven + yoga
- Transfers: moeilijkheden met de verplaatsingen in huis en in de omgeving. Tips, oefeningen en interactie.
- Stappen niet meer evident: mogelijkheden tot verbetering van de gang, cues. Evenwichtsoefeningen voor thuis

- Loopvaardigheden en leren omgaan met hulpmiddelen
- Sport: Fitness op maat
- Sport: Nordic walking
- Sport: golfinitiatie
- Sport: Bewegen op muziek
- Sport: Parkiboks

Belangrijk om weten

Samen met de revalidatiearts is er besloten om een revalidatietraject te starten. Voor het beste resultaat is het belangrijk dat u naar elke revalidatiesessie komt. De therapeut zal u hierover verder informeren. Daarnaast is het ook belangrijk dat u gemotiveerd blijft, want dit draagt zeker bij aan een goed revalidatieresultaat.

Verwittigen

- Kan u toch een keer niet komen, annuleer uw afspraak dan zo mogelijk 24 uur op voorhand.
- Als u **3 keer** een geplande revalidatie-afspraak niet nakomt ***zonder te verwittigen***, dan zetten we de revalidatie stop. Wilt u later de revalidatie terug hervatten, dan moet u op raadpleging bij de revalidatiearts. Deze zal dan samen met u bekijken welk revalidatietraject het meest geschikt is voor u.
- Door deze werkwijze kunnen we de wachttijden voor de opstart van een revalidatietraject voor iedereen beperken.

Praktische informatie

- 10 oefensessies van ongeveer 2 uur
- 1 sessie per week
- Per les 1 uur theorie, 15 minuten pauze en 1 uur beweging
- Vaste groepen van max 8 personen

Contactgegevens

Revalidatiecentrum AZ Turnhout
Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout

Voor afspraken met een revalidatiearts -
afspraken voorafgaand aan een revalidatietraject
☎ 014 44 44 81 (campus Sint-Jozef)
☎ 014 40 63 45 (campus Sint-Elisabeth)
raadpleging.fysische@azturnhout.be

Voor alle info over een revalidatietraject - het maken / wijzigen / annuleren van revalidatie- afspraken
Secretariaat revalidatiecentrum
☎ 014 44 44 80 (campus Sint-Jozef)
☎ 014 40 63 35 (campus Sint-Elisabeth)
fysio.revalidatie@azturnhout.be

Voor raming van uw kosten
Patiëntenadministratie
☎ 014 44 41 67
patiëntenadministratie@azturnhout.be

Persoonlijke vragen / notities

Als u of uw familie vragen heeft over de revalidatie, mag u steeds onze therapeuten aanspreken. Zij staan u graag te woord.

……
……
……
……
……

AZ Turnhout vzw
www.azturnhout.be
info@azturnhout.be

Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout

Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout
014 40 60 11

Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout
014 40 60 11

V.U. : Jo Leysen • gedelegeerd bestuurder AZ Turnhout vzw • Steenweg op Merksplas 44 • 2300 Turnhout