

Neurologische revalidatie

Hartrevalidatie

Revalidatie bij complex chronische longaandoeningen

**Oncologische revalidatie**

Kind- en jeugdrevalidatie

Revalidatie bij pijn en gewrichtsaandoeningen


Arm-, hand- en polsrevalidatie

Revalidatie na amputatie

Traumarevalidatie







Uw leven kan ingrijpend veranderen door een ziekte, (niet) aangeboren aandoening of ongeval. Dagelijkse activiteiten zoals lopen, werken, sporten, eten en zelfverzorging zijn dan niet meer vanzelfsprekend. Revant medisch specialistische revalidatie kan u helpen om de draad van uw leven zo goed mogelijk weer op te pakken.

Revant, kracht tot ontwikkeling

# Inhoudsopgave

Inleiding	6
Revalidatie tijdens/ na de curatieve fase of in de chronische fase	7
Interdisciplinair behandelteam	11
Tot slot	14
Ervaringen delen	15

*Deze brochures is een aanvulling op de brochures 'Revalideren bij Revant' en 'Poliklinisch revalideren | praktische informatie'.*



## Inleiding

Door betere behandelingen hebben mensen met kanker tegenwoordig een grotere kans op genezing. Toch blijft kanker een ingrijpende ziekte die uw leven fors overhoop haalt. Veel mensen hebben voor, tijdens en na de behandeling van kanker moeite om hun leven weer op te pakken. Misschien heeft u hier ook moeite mee. U bent bijvoorbeeld snel vermoeid, uw conditie is achteruit gegaan of u heeft last van angst en/of somberheid.

Gelukkig hoeft u er niet alleen voor te staan en kan een traject bij Revant een volgende stap zijn. Bij ons werkt een team van ervaren specialisten om u bij de revalidatie te helpen. Vanuit de landelijke richtlijn Oncologische revalidatie (IKNL, Integraal Kankercentrum Nederland) hebben wij een oncologisch behandelprogramma ontwikkeld ter bevordering van uw gezondheid. Dit programma is erop gericht om samen met u en uw naasten uw oorspronkelijke leefpatroon zo goed en zelfstandig mogelijk te hervatten en evenwicht te hervinden.

# Revalidatie tijdens/na de curatieve behandeling of in de chronische fase

Om zoveel mogelijk aan te sluiten bij uw persoonlijke situatie en hulpvraag maken we onderscheid in:

- revalidatie tijdens de curatieve behandeling (behandeling gericht op genezing)
- revalidatie na de curatieve behandeling
- revalidatie in de chronische fase

## Revalidatie tijdens de curatieve behandeling

Revalideren tijdens de curatieve behandeling is er onder andere op gericht om kracht en conditie te behouden of te verbeteren. U krijgt informatie over voeding en over het omgaan met vermoeidheid en emoties. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat revalideren tijdens de curatieve behandeling positief bijdraagt aan het verminderen van de bijwerkingen van de behandeling.

## Revalidatie na de curatieve behandeling

Dit revalidatieprogramma is gericht op het hervinden van een nieuw evenwicht in uw leven. Samen met u werken we aan herstel op lichamelijk, mentaal en sociaal gebied.

## Revalidatie in de chronische fase

Dit revalidatieprogramma is gericht op patiënten waarvoor curatieve behandeling niet mogelijk is of waarbij de ziekte een chronisch karakter heeft gekregen. Hier staan het optimaliseren van lichamelijk functioneren, de emotionele balans en kwaliteit van leven centraal.

## Revalideren bij Revant

Bij Revant kunt u terecht voor medisch specialistische revalidatie nadat u bent doorverwezen door de huisarts, bedrijfsarts, medisch specialist of oncologie verpleegkundige van het ziekenhuis. Als revalidatie na het intakegesprek met de revalidatiearts/physician assistant het advies is, start het programma. Wij streven ernaar om de wachttijden zo kort mogelijk te houden.

Afhankelijk van uw hulpvraag neemt het revalidatietraject meestal drie tot vier maanden in beslag. In die periode komt u meestal twee dagdelen per week naar Revant. Afhankelijk van de fase van behandeling, uw persoonlijke situatie en uw hulpvraag bieden wij een behandeling op maat aan. We hebben de mogelijkheid om zowel individueel als in groepen te werken. We zorgen voor een veilige sfeer waarbij privacy voorop staat. Het sociale contact met lotgenoten wordt door veel revalidanten als positief ervaren.

### Informatie

Deze eerste fase in de revalidatie is gericht op het geven van informatie over oncologische revalidatie, de impact van kanker, vermoeidheid, de afstemming van belasting en belastbaarheid, het belang van fysieke training en een lichamelijk actieve leefstijl. Uw persoonlijke doelstellingen worden hier duidelijk in beeld gebracht.

### Fysieke training

We richten ons hierbij op het verbeteren van kracht en conditie, het plezier in bewegen, leren voelen en hanteren van grenzen en het vergroten van zelfvertrouwen. We reiken handvatten aan om na de revalidatie zelfstandig te werken aan het onderhouden of verbeteren van de verkregen kracht en conditie. Ook besteden we aandacht aan ontspanning en lichaamsbewustwording.



## **Breda: Module Coaching en Energieverdeling**

Deze module bestaat uit meerdere bijeenkomsten. U krijgt handvatten en wij begeleiden u bij het vinden van een optimaal energieniveau binnen uw dagelijkse activiteiten.

U krijgt informatie over de verschillende soorten vermoeidheid en inzicht in de factoren die hierop van invloed zijn. Daarnaast bespreken we praktische adviezen, ontspanning en gedoseerde opbouw van activiteiten.

## **Breda: Psychosociale begeleiding**

### • Module Maatschappelijk werk

Maatschappelijk werk besteedt aandacht aan thema's zoals: impact op relaties en sociale omgeving, seksualiteit en intimiteit en het hervatten van activiteiten en werk.

Afhankelijk van uw hulpvraag is er aandacht voor rechten en plichten voor zowel mensen in loondienst als ondernemers.

Daarnaast kan gekeken worden naar een goede opbouw in taken en uren. Deze thema's worden aangeboden in modules die u met uw groep volgt. Zo nodig is er ruimte voor een individueel gesprek.

### • Module Psychologie

De psycholoog besteedt aandacht aan de gevolgen van de diagnose kanker, zoals angst en somberheid. Thema's zoals de impact van het ziekteproces en de angst voor terugkeer van kanker worden aangeboden in modules die u met uw groep volgt. Daarnaast is er ruimte voor individuele gesprekken bij de psycholoog, mocht dit nodig zijn.

## **Voeding en dieet**

Voeding en dieet heeft betrekking op onderwerpen als onder- en overgewicht, voeding en leefstijl na kanker.

## **Revalidatiecentrum Lindenhof**

Het oncologische revalidatietraject bij revalidatiecentrum Lindenhof biedt een coachgroep, begeleid door een maatschappelijk werker en een ergotherapeut, waarin de psychosociale impact van kanker centraal staat. Gedurende tien bijeenkomsten bespreken deelnemers samen met lotgenoten uiteenlopende thema's, variërend van emotionele verwerking tot sociale uitdagingen.

Ons doel is om u te ondersteunen in het omgaan met de lichamelijke, sociale en emotionele gevolgen van kanker. Onze ervaring leert dat praten over het ziekteproces en de aspecten daaromheen een positief effect heeft op revalidanten. Het delen van uw verhaal met lotgenoten en te luisteren naar de verhalen van anderen kan helpen bij de verwerking en biedt een waardevolle steun tijdens uw herstel.

## **Bijeenkomsten**

Elke bijeenkomst begint met het bespreken van actuele gebeurtenissen die voor u belangrijk zijn. Daarna volgt een korte inleiding op het thema van die dag, waarna er volop ruimte is om samen met de groep hierover van gedachten te wisselen. Deze gesprekken, die worden begeleid door de maatschappelijk werker en ergotherapeut, vinden plaats in een veilige en ondersteunende omgeving waarin u uw verhaal kunt delen en steun kunt vinden bij anderen die hetzelfde meemaken. Bij enkele bijeenkomsten sluiten ook andere specialisten aan. Een fysiotherapeut geeft inzicht in het belang van beweging tijdens uw herstel en een diëtist biedt advies over voeding. Deze multidisciplinaire benadering zorgt ervoor dat je een holistisch beeld krijgt van alles wat bij uw revalidatie komt kijken.

Bij Revant begrijpen we dat elke revalidant uniek is en dat een groepsprogramma niet altijd aansluit bij ieders persoonlijke hulpvraag. Daarom bieden wij ook de mogelijkheid tot individuele begeleiding door een maatschappelijk werker en een ergotherapeut.

## **Interdisciplinair behandelteam**

Het behandelteam voor oncologische revalidatie kan bestaan uit een revalidatiearts/physician assistant, bewegingsagoog, diëtist, ergotherapeut, fysiotherapeut, maatschappelijk werker en een psycholoog. Samen zorgen zij ervoor dat alle lichamelijke, sociale en psychische aspecten van uw herstel aan de orde komen. Het zijn deskundige professionals die elkaar aanvullen en versterken vanuit verschillende invalshoeken. Uw behandelresultaten worden regelmatig met het hele team en de revalidatiearts/physician assistant besproken.

11

### **Revalidatiearts**

De revalidatiearts bepaalt en coördineert de behandeling, bespreekt met u de voortgang en is eindverantwoordelijke. Wellicht komt u tijdens uw revalidatietraject (ook) een physician assistant (PA) tegen. (Zie volgende pagina voor de beschrijving van de PA).

### **Bewegingsagoog**

De bewegingsagoog werkt aan gezond bewegen door sportieve activiteiten en traint vaardigheden in allerlei situaties. Samen met de fysiotherapeut werken we aan het verkennen en herkennen van signalen van het lichaam, bewegen met de juiste mate van spanning en ontspanning. Aan het eind van het revalidatietraject is er aandacht voor het voortzetten van bewegen in uw directe woonomgeving.

### **Diëtist**

De diëtist geeft voedingsadviezen bijvoorbeeld met betrekking tot smaak, slikken en gewicht. Ook kan de diëtist voorlichting geven over de relatie voeding en kanker.

### **Ergotherapeut**

Ergotherapie kan worden ingezet als u dagelijkse activiteiten niet naar eigen tevredenheid kunt uitvoeren. Samen onderzoeken we de mogelijkheden om handelingen uit te kunnen voeren binnen de mogelijkheden van uw lichamelijke, mentale en sociale situatie.

### **Fysiotherapeut**

De fysiotherapeut helpt u met het vinden van de beste manier om uw lichaam te gebruiken. Hierbij werken we aan het leren herkennen van signalen van het lichaam en bewegen met de juiste mate van spanning en ontspanning. Ook werken we aan het correct opbouwen van kracht en conditie.

### **Maatschappelijk werker**

Maatschappelijk werk richt zich tijdens het revalidatietraject op de relatie, sociaal maatschappelijke activiteiten en arbeid. Hierbij kunnen partner of belangrijke andere naasten in de behandeling worden betrokken.

### **Physician assistant**

Tijdens uw revalidatietraject heeft u een afspraak met uw behandelend revalidatiearts, verpleegkundig specialist (VS) of physician assistant (PA). De PA en VS kan en mag zelfstandig revalidanten onderzoeken, diagnoses stellen, behandelen en begeleiden. De werkzaamheden lopen uiteen van eenvoudige basiszorg tot medisch specialistische zorg, inclusief het uitvoeren van een aantal voorbehouden handelingen, zoals het voorschrijven van medicatie.

## **Psycholoog**

De psycholoog gaat aan de slag met de rol van persoonlijkheid en gedrag bij (het omgaan met) een ziekte of beperking. Ook kunt u begeleid worden indien er sprake is van psychische klachten.

## **Tot slot**

Na elk revalidatietraject doen we onderzoek naar de effectiviteit van de behandeling. Hieruit komt naar voren dat mensen na revalidatie bij Revant weer actiever deelnemen aan sociale en maatschappelijke activiteiten zoals werk, sport en hobby's.

Wilt u meer informatie? Kijk op onze website [www.revant.nl](http://www.revant.nl). Heeft u toch nog vragen? Neem contact op met een van uw behandelaren.

Wij hopen dat uw revalidatietraject bij Revant medisch specialistische revalidatie aan uw verwachtingen voldoet.

## Ervaringen delen

Helpt u anderen de juiste keuze te maken? Deel uw ervaring op Zorgkaart Nederland ([zorgkaartnederland.nl](https://zorgkaartnederland.nl)). Wilt u de zorg binnen verschillende revalidatie-instellingen vergelijken? Kijk dan op [revalidatiecheck.nl](https://revalidatiecheck.nl).

Mist u informatie of heeft u tips om deze brochure te verbeteren? Wij horen het graag: [communicatie@revant.nl](mailto:communicatie@revant.nl).

# Revant medisch specialistische revalidatie

Breda | Goes | Middelburg | Terneuzen

088 735 8000  
[www.revant.nl](http://www.revant.nl)

**Revant,  
kracht tot  
ontwikkeling**