

# Noord-Limburgs Revalidatiecentrum

ziekenhuis maas en kempen

# Welkom

Wij heten u van harte welkom in ons Noord-Limburgs Revalidatiecentrum. Dit centrum, opgestart in 2002, maakt deel uit van het Ziekenhuis Maas en Kempen en het Mariaziekenhuis in Overpelt.

Via deze brochure willen we u algemeen informeren over het revalidatiecentrum en over de doelstellingen van uw revalidatie. We stellen het revalidatieteam en de revalidatieprogramma's aan u voor en we geven een aantal praktische tips mee. Lees de brochure en laat ze ook lezen door uw familie. Zij zijn immers betrokken bij uw revalidatieproces.

Indien u vragen of opmerkingen heeft, aarzel niet om hierover met iemand van het revalidatieteam te spreken.

We wensen u een vlotte revalidatie en hopen dat uw verblijf hier zo nuttig en aangenaam mogelijk zal zijn.

## De revalidatiedienst

Onze revalidatiedienst ligt op het gelijkvloers in blok A en heeft een capaciteit van 20 bedden. Er zijn 10 éénpersoonskamers en 5 tweepersoonskamers. Voor informatie over de keuze van de kamers en de toepasselijke tarieven verwijzen we naar de algemene patiëntenbrochure van Ziekenhuis Maas en Kempen. Houd u er steeds rekening mee dat er voor éénpersoonskamers een supplement wordt aangerekend. U vraagt best even bij de verzekeringsmakelaar in welke mate uw verzekering hierin tussenkomt.

Onze revalidatiedienst heeft een ruime eetzaal, waar alle aanwezige patiënten drie keer per dag gezamenlijk eten. De eetzaal wordt ook gebruikt als ontspannings- en leeszaal. Vanuit de eetzaal kan men naar het buitenterras, dat grenst aan de revalidatietuin.

Daarnaast is er een grote zaal voor bewegings- of kinesitherapie en een ruimte voor de ergo- of arbeidstherapie.

Naast de mogelijkheid tot opname voor revalidatie is ook ambulante revalidatie mogelijk (zie brochure: "ambulante revalidatie"). Hierbij vindt geen ziekenhuisopname plaats.

Voor meer informatie kan u terecht op de website: [www.zmk.be](http://www.zmk.be)

# Doelstellingen

Ons revalidatiecentrum richt zich vooral op patiënten met locomotorische stoornissen, d.w.z. stoornissen van het bewegingsstelsel (problemen met spieren, gewrichten en/of beenderen).

Onze belangrijkste doelstelling is een zo snel en aangenaam mogelijke revalidatie, aangepast aan de noden van elke patiënt, gevolgd door een georganiseerde terugkeer naar de thuissituatie.

Om dit doel te bereiken werken verschillende disciplines samen:

## 1. De revalidatiearts

Op onze dienst zijn er drie revalidatieartsen. Zij volgen alle medische problemen op die verbonden zijn aan uw revalidatie. Zij nemen de eindbeslissingen wat betreft uw verblijf, de prognose, uw ontslag, .... Deze artsen bezoeken u regelmatig en overleggen met u over het verloop van uw revalidatie.

## 2. De verpleegkundigen

De verpleegkundigen staan in voor uw dagelijkse verzorging. Zij oefenen samen met u alles wat u geleerd heeft en brengen u stapsgewijs tot een grotere zelfstandigheid. U kunt bij hen terecht met alle mogelijke vragen. Wederzijds vertrouwen heeft een gunstige invloed op uw revalidatieproces.

## 3. De kinesitherapeut

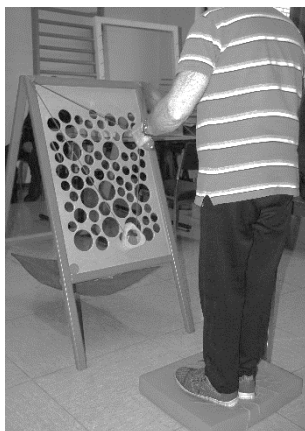
Vanaf het moment van opname start de behandeling en zal de kinesist uw mogelijkheden en beperkingen inschatten: zitten, opstaan, stappen, bewegen en algemene conditie. Het doel is uw beweeglijkheid, spierkracht, uithouding en coördinatie te verbeteren. De kinesist streeft ernaar samen met u de grenzen van uw mogelijkheden steeds te verleggen. Hierbij ligt het accent op een zo groot mogelijke zelfstandigheid, al dan niet met gebruik van een hulpmiddel. Op die manier wordt de terugkeer naar uw gewone leven vergemakkelijkt of weer mogelijk gemaakt. Massage, warmte- en elektrotherapie zijn niet voorzien.



## 4. De ergotherapeut

Ergotherapie is gericht op het verwerven van een zo groot mogelijke zelfstandigheid in alle activiteiten van het dagelijks leven, rekening houdend met uw mogelijkheden en beperkingen. De ergotherapeut legt de klemtoon op het verbeteren van uw bewegingsmogelijkheden door middel van:

- evenwichtsoefeningen voor zitten en staan;
- persoonlijke verzorging en hygiëne, huishoudelijke activiteiten, ...;
- verbetering van concentratie en geheugen;
- stimuleren van probleemoplossend denken;
- informeren over hulpmiddelen en het gebruik ervan;
- aandacht voor eventuele aanpassingen aan uw huis bij ontslag; een huisbezoek is dan mogelijk.



## 5. De sociale dienst

De sociale dienst heeft aandacht voor de persoonlijke, relationele en sociale gevolgen van uw verdere leven met mogelijk een aantal beperkingen. Zij zoeken naar oplossingen i.v.m. problemen op vlak van zelfzorg, wonen, huishouding, onderwijs, tewerkstelling en vrije tijd. Hierbij worden alle belangrijke personen in uw leven betrokken. De sociale dienst is goed op de hoogte van allerlei wettelijke regelingen, sociale voorzieningen en financiële tegemoetkomingen en kan hier een bemiddelende rol spelen.

## 6. De psycholoog

De psycholoog zal aan de hand van individuele gesprekken of koppelgesprekken ernaar streven dat u uw gevoelens kan uiten en dat deze bespreekbaar worden. Op deze manier kan de verwerking begeleid worden. De psycholoog kan oordelen of verdere tussenkomst van een psychiater nodig is. Deze kan dan oordelen of medicatie u kan ondersteunen.

## 7. De logopedist

De logopedist helpt u door middel van aangepaste oefeningen bij een eventueel probleem van de stem, de taal en/of het slikken.

## 8. De diëtist

De diëtist werkt samen met u een voorstel uit voor aangepaste voeding of dieet indien dit nodig is.

# Bezoekuren

Omwillen van de geplande activiteiten en de verschillende therapieën wordt het bezoek beperkt van 14.00 tot 20.00 uur. Therapie gaat altijd voor op bezoek. U wordt zo snel mogelijk op de hoogte gesteld van de dagelijkse therapie-uren in de namiddag, zodat u uw bezoek kan informeren.

Er is geen bezoek toegestaan in de therapiezalen en in de eetzaal tijdens de gezamenlijke maaltijden.

# Weekend

Weekendverblijf thuis kan een onderdeel zijn van het revalidatieproces. U kunt uw toestand toetsen aan uw huiselijke omgeving in afwachting van uw definitieve terugkeer. De toelating om in het weekend naar huis te gaan kan enkel gegeven worden door de revalidatiearts, die dan ook de nodige richtlijnen meegeeft. Indien u toelating heeft, mag u het ziekenhuis verlaten op vrijdag na de laatste therapie-uren. U wordt ten laatste op zondagavond om 20.00 uur terug in het ziekenhuis verwacht. Er mogen geen hulpmiddelen, eigendom van het revalidatiecentrum, meegenomen worden. U dient dus zelf voor hulpmiddelen te zorgen.

# Verplaatsing buiten het ziekenhuis

U mag zich buiten het ziekenhuis begeven onder begeleiding van een andere persoon, mits u de expliciete toelating heeft van de revalidatiearts.

# Dagindeling

Een normale dagindeling ziet er als volgt uit:

07.00 uur: Opstaan – verzorging

08.00 uur: Ontbijt in de eetzaal

08.45 uur: Start kine- en ergotherapie sessies  
(doorlopend de ganse voormiddag)

09.00 – 11.00 uur: Wondverzorging en eventuele onderzoeken  
Mogelijkheid voor rust

11.45 uur: Middagmaal in de eetzaal (Gelieve stipt aanwezig te zijn)

12.15 uur: Middagrust

13.00 uur: Start ergotherapie sessies (doorlopend de ganse namiddag)

13.30 uur: Start kinesitherapie sessies (doorlopend de ganse namiddag)

14.00 uur: Start bezoek

17.00 uur: Avondmaal in de eetzaal

18.00 – 20.00 uur: Ontspanning

20.00 uur: Einde bezoek

20.00 – 21.30 uur: Avondverzorging

22.00 uur: Nachtrust

# Praktische tips

**Meebrengen:** gelieve bij opname uw identiteitskaart mee te brengen en de thuismedicatie in de originele verpakking. De thuismedicatie wordt voor u bewaard en mag niet op de kamer blijven.

**Kleding:** bij voorkeur draagt u sportieve loszittende kleding (trainingspak), die geschikt is voor het volgen van uw verschillende therapieën. Gesloten schoenen zijn nodig. Open schoenen worden niet toegelaten.

**Roken en alcohol:** u gebruikt geen alcohol overdag. Het gebruik van alcohol in het cafetaria is beperkt. Er wordt binnen niet gerookt, dus ook zeker niet in de kamer. Roken is wel toegestaan op het buitenterras. Bezoekers worden geacht in het geheel niet te roken op de revalidatiedienst.

**Avondstilte en geluidshinder:** radio of tv-toestellen hebben een aanvaardbaar geluidsvolume dat niet storend is voor de medepatiënten. Vanaf 22.00 uur wordt een algemene stilte verwacht teneinde de nachtrust van eenieder te garanderen. In de gangen heerst er ten allen tijde stilte. Zie erop toe dat kinderen die op bezoek komen, de gangen niet gebruiken als speelplaats.

**GSM:** tijdens de therapie sessies is het gebruik van de GSM niet toegelaten.

**Cafetaria:** voor zover u niet beschikbaar moet zijn voor verzorging en therapie, kan u gebruik maken van de cafetaria van het ziekenhuis. De openingsuren staan vermeld in de algemene patiëntenbrochure.

**Post:** briefwisseling dient geadresseerd te worden op volgend adres: Noord-Limburgs revalidatiecentrum, Diestersteenweg 425, 3680 Maaseik. U kunt post voor verzending afgeven aan het onthaal van het ziekenhuis.

**Klachten:** zie algemene patiëntenbrochure ZMK

**Kamerkeuze:** u mag altijd op voorhand uw kamerkeuze doorgeven. Eénpersoons - of persoons. In de mate van het mogelijke komen wij aan uw wensen tegemoet.

# Tot slot

Meer informatie kan u terugvinden op de website: [www.zmk.be](http://www.zmk.be) en in de algemene patiëntenbrochure, die u hebt ontvangen bij opname. Indien u nog vragen hebt, kan u steeds terecht bij het revalidatieteam. Wij wensen u een heel aangenaam verblijf op onze afdeling.

# Bereikbaarheid

Telefoonnummer algemeen onthaal ZMK: 089 50 50 50

Telefoonnummer revalidatiedienst: 089 50 63 80

E-mailadres revalidatiedienst: [spbree@zmk.be](mailto:spbree@zmk.be)





Auteur: dienst revalidatie  
Versiedatum: oktober 2017

**Ziekenhuis Maas en Kempen** vzw • Diestersteenweg 425 • 3680 Maaseik •  
tel. 089 50 50 50  
[info@zmk.be](mailto:info@zmk.be)