

Back At Work After Surgery (BAAS)



Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Back At Work After Surgery



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Na een operatie is het soms uitdagend om uw dagelijks leven weer op te pakken.

Taken in huis zijn soms lastig.

Net als weer beginnen met werken.

Dit geldt ook voor beroepen die minder zwaar zijn voor je lichaam.

Goede begeleiding rondom uw operatie is daarom belangrijk.

U gaat voor de operatie in gesprek met een fysiotherapeut van het ziekenhuis.

Deze persoon weet veel over werken en gezondheid.

Tijdens het gesprek bespreken jullie wat voor werk u doet.

En wat u moet kunnen tijdens het werk.

Samen bepalen jullie wat uw doel is na de operatie.

Een doel kan bijvoorbeeld zijn om weer een doos van 10 kilo op te kunnen tillen.

Soms spreekt u met een arbeidsdeskundige.

Dit is een expert op het gebied van werk.

U vertelt dan meer over wat u op uw werk doet.

Vertel op uw werk dat u er na de operatie even niet zult zijn.

Vertel dit ook aan de bedrijfsarts en de fysiotherapeut die u thuis komt helpen.

Dan wordt u geopereerd.

Uw herstel begint als u weer thuis bent.

U start dan met de verschillende oefeningen om uw doel te behalen.

Uw fysiotherapeut helpt u hierbij.

Met deze oefeningen werkt u aan uw doel om weer goed te kunnen werken.
De fysiotherapeut van het ziekenhuis begeleidt uw hele proces.
Als het nodig is overlegt deze met de andere experts.
Samen zorgen we ervoor dat u weer zo goed mogelijk aan het werk kunt.

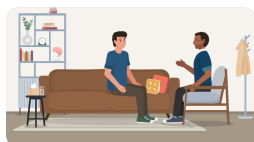
Wie kom ik tegen?



Bedrijfsarts

Werkt u voor een werkgever? Laat uw bedrijfsarts dan weten dat u geopereerd wordt. Vertel ook wat u moet kunnen voor uw werk en wat het gevolg van de operatie hierop is.

Arbeidsdeskundige



De arbeidsdeskundige onderzoekt wat er voor u nodig is om weer aan het werk te kunnen. Deze persoon kijkt wat u kunt doen, maar ook wat uw werkgever kan doen.

Fysiotherapeut in het ziekenhuis



De fysiotherapeut in het ziekenhuis helpt u voor de operatie zo fit mogelijk te zijn. Na de operatie brengt hij uw herstel in kaart. Ook helpt hij bij het behalen van uw doelen.

Fysiotherapeut bij u thuis



Deze fysiotherapeut helpt u goed te herstellen na de operatie. Dit gebeurt bij u thuis. U doet oefeningen die nodig zijn om weer goed terug te keren naar uw werk.

Voor de operatie

Preoperatieve screening



Voor de operatie heeft u een afspraak met de fysiotherapeut van het ziekenhuis. Deze afspraak heeft drie belangrijke doelen:

- Het in kaart brengen van uw persoonlijke situatie
- Het in kaart brengen van uw persoonlijke doelen
- Het in kaart brengen van uw fitheid

Beweegsensor



Soms krijgt u een beweegsensor. Deze sensor houdt bij hoeveel u beweegt. Met deze informatie kunt u het bewegen opbouwen. Of beter verdelen over de dag. U mag de sensor gebruiken tot u weer werkt. Daarna levert u de sensor weer in bij het ziekenhuis.

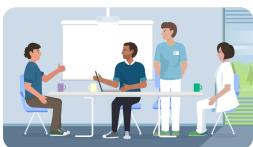
Prehabilitatie



Soms is het verstandig om vóór de operatie fitter te worden. Dit verkleint de kans op problemen tijdens of na de operatie. De fysiotherapeut bekijkt of u hier begeleiding bij nodig heeft.

Na de operatie

Multidisciplinair overleg (MDO)



Ongeveer zes weken na de operatie plannen we een overleg. Dit is een multidisciplinair overleg (MDO). Hierin bespreken de arbeidsdeskundige, de fysiotherapeut en de bedrijfsarts hoe het met u gaat. Hier bent u zelf ook bij aanwezig. Daarnaast bepalen de zorgverleners hoe de nabehandeling eruit

ziet.

Jullie bespreken de volgende punten:

- Hoe gaat het met u?
- Heeft u problemen?

- Hoe gaat de terugkeer naar werk?
- Hoe bouwen we op?

Aan de hand van het gesprek maken de zorgverleners een plan.

Uw herstel meten



Na de operatie heeft u afspraken met de fysiotherapeut. Deze afspraken zijn zes weken en drie maanden na de operatie.

U doet de metingen voor de operatie opnieuw. Dit laat zien hoe uw herstel gaat. Jullie bespreken ook wat dit betekent voor uw verdere herstel.