

Poliklinische fysiotherapie

Hartrevalidatie	2
Longrevalidatie	3
Oncologische revalidatie	3
Oedeemtherapie	4

Wanneer u bij ons op de afdeling komt voor een behandeling noemen we dat poliklinische fysiotherapie. Dat kan nodig zijn om verschillende redenen, bijvoorbeeld om u weer in beweging te krijgen of om u te leren hoe u het beste om kunt gaan met een belemmering.

Hartrevalidatie

Na een hartinfarct, dotterprocedure of hartoperatie is het belangrijk dat u gaat bewegen. Zo kunt u uw dagelijkse activiteiten weer uitoefenen. De cardioloog kan u doorverwijzen naar de poliklinische hartrevalidatie. Hier leert u uw grenzen kennen, verleggen en uw conditie weer op te bouwen. Dit programma start ongeveer twee tot zes weken na uw ontslag uit het ziekenhuis.

De hartrevalidatie in Nij Smellinghe is gebaseerd op de landelijk erkende richtlijn van de Nederlandse Hartstichting. Het programma is multidisciplinair. Dat betekent dat de fysiotherapeut, de cardioloog, de psycholoog, de hartrevalidatie verpleegkundige, de diëtiste en de maatschappelijk werker hierbij betrokken zijn. Zij overleggen regelmatig.

Er is een gevarieerd programma van lichamelijke activiteiten. Het programma kan bestaan uit kracht-/conditietraining, sport en spel activiteiten en lichaamsbewustwording.

Als u lijdt aan chronisch hartfalen kunt u een specifiek trainingsprogramma volgen. Dit programma gaat in op uw mogelijkheden en problemen en is gericht op conditie- en krachttraining. Het programma is gebaseerd op de multidisciplinaire richtlijn chronisch hartfalen en de landelijke richtlijn hartrevalidatie en duurt maximaal 12 weken. Een verwijzing naar de 1e lijn of sportprogramma kan een vervolg zijn op dit programma. Er wordt samengewerkt met de cardioloog en de hartfalenverpleegkundige.

Longrevalidatie

Als COPD of astma uw dagelijks functioneren belemmert, kunt u op verwijzing van de longarts in aanmerking komen voor multidisciplinaire longrevalidatie. Dit is een fysiek programma, gericht op het verbeteren van het dagelijks functioneren. Het bestaat onder andere uit spierkrachttraining, het verbeteren van uw uithoudingsvermogen en het leren omgaan met uw aandoening. Ook hier passen we landelijk geldende richtlijnen toe.

Oncologische revalidatie

Fysiotherapie speelt een belangrijke rol bij oncologische revalidatie. We streven ernaar om oncologische patiënten zo optimaal mogelijk te begeleiden. De patiënten met een complex herstel worden door ons individueel begeleid of indien nodig multidisciplinair in een groep via Revalidatie Friesland. We stellen gerichte vragen en voeren testen uit om te kijken of revalidatie geschikt is en om de revalidatievorm te bepalen. U kunt revalideren tijdens en na uw behandeling. We werken samen met uw medisch specialist en de oncologieverpleegkundige. Bij het multidisciplinaire traject zijn ook de revalidatiearts, ergotherapeut, psycholoog, maatschappelijk werker en diëtist betrokken.

Oedeemtherapie

Oedeemtherapie richt zich op het verminderen van het volume, het verbeteren van functies en activiteiten en het begeleiden in de omgang met lymfoedeem.

Hierbij speelt zelfmanagement en het advies geven over adequate compressie om het zelfmanagement te bevorderen een belangrijke rol. Daarnaast wordt de cirkel van zelfmanagement gebruikt om het oedeem zelfstandig onder controle te houden.

De oedeemtherapie is gebaseerd op de richtlijn lymfoedeem (2023) en de laatste wetenschappelijke inzichten worden meegenomen in de behandeling.