

## SOCIAAL VERPLEEGKUNDIGE

Een hartkwaal kan uw leven zowel sociaal als familiaal op zijn kop zetten. Er komen immers veel vragen op u af.

De  **sociaal verpleegkundige**  kan u helpen in de zoektocht naar antwoorden en u gericht verwijzen indien nodig.

## KOSTPRIJS

Een financiële tussenkomst van de mutualiteit is voorzien voor **alle disciplines** van de hart-revalidatie.

Een bijkomende tussenkomst door de hospitalisatieverzekering is mogelijk. Hiervoor raadpleegt u best uw verzekering.

## AFSPRAKEN FYSIEKE REVALIDATIE (KINE) EN MULTIDISCIPLINAIRE RAADPLEGING (CREV)

Bij ontslag krijgt u de nodige afspraken voor fysieke revalidatie (KINE) en de multidisciplinaire raadpleging (CREV). U vindt ze hieronder en/of op uw afspraken document.

### Gelieve u aan te bieden op:

FYSIEKE REVALIDATIE (KINE):

.....

Eénmalige MULTI-DISCIPLINAIRE RAADPLEGING

(CREV): Donderdag, .....

## LOCATIE

**POLIKLINIEK UZ BRUSSEL (ZONE C)  
NIVEAU+1, WACHTZAAL C41 - C42**

## CONTACT

- **Fysieke revalidatie**  
☎ 02/477 60 25
- **Multidisciplinaire raadpleging**  
☎ 02/ 477 60 09
- **Voedingsadvies**  
☎ 02/ 477 60 09
- **Psychologische/tabakologische begeleiding**  
☎ 02/ 477 60 09
- **Advies sociaal verpleegkundige**  
☎ 02/ 477 60 09

Deze folder is indicatief en geeft enkel informatie van algemene aard. Niet alle mogelijke technieken, toepassingen, risico's zijn er in opgenomen.

Volledige informatie, aangepast aan de situatie van elke patiënt afzonderlijk, wordt door de arts verstrekt. Volledige of gedeeltelijke overname van de tekst is uitsluitend toegestaan na voorafgaande toestemming van de verantwoordelijke uitgever.

### Universitair Ziekenhuis Brussel - CVHZ

Laarbeeklaan 101

1090 Brussel

Tel: 02 477 41 11 - [www.uzbrussel.be](http://www.uzbrussel.be) - [info@uzbrussel.be](mailto:info@uzbrussel.be)

**Uitgave:** juni 2012

**Verantwoordelijke uitgever:** Prof. dr. G. Van Camp



Centrum voor  
Hart- en Vaatziekten



Informatie voor de patiënt

## CARDIALE REVALIDATIE

Secundaire preventie door multidisciplinaire begeleiding op maat, door een team van revalidatiecardiologen, kinesitherapeuten, psycholoog/tabakoloog, sociaal verpleegkundige en diëtiste.



Universitair Ziekenhuis Brussel

U werd gehospitaliseerd voor een hartkwaal, en waarschijnlijk stelt u zich nu een aantal vragen:

- Wat mag ik nog doen? Mag ik nog sporten?
- Hoe kan ik nieuwe hart- en vaatklachten voorkomen?
- Moet ik gezonder gaan leven en eten?
- Is het normaal dat ik angstig, boos of somber ben?
- Hoe stop ik met roken?

Ons hartrevalidatieteam staat klaar om op deze vragen in te gaan en u te helpen in uw herstelperiode. De afdeling cardiale revalidatie heeft als doel de secundaire preventie na een recent doorgemaakte hartkwaal te optimaliseren.

Uit onderzoek is immers gebleken dat 90% van het cardiovasculair risico te wijten is aan aanpasbare factoren. We stellen vast dat een ondersteuning met een combinatie van medicatie en levensstijlverandering, zowel het risico op ziekenhuisopname als sterfte duidelijk vermindert.

Als erkend revalidatiecentrum begeleiden wij met ons multidisciplinair team zowel eigen patiënten, als patiënten die doorverwezen zijn vanuit andere ziekenhuizen.

De **revalidatiecardiologen** Dr. Benedicte Heyndrickx, Dr. Caroline Weytjens en Dr. Dirk Kerkhove coördineren de hartrevalidatie. Zij werken hiervoor nauw samen met de 3 **kinesitherapeuten** (Marlies Van der Voorde, Dirk Verdaet en Peter Thys), de **klinische psycholoog/tabakoloog** (Marina Mallefroy), de **sociaal verpleegkundige** (Lies Devulder) en de **diëtiste** (Anne-Sophie Verloes).

## MULTIDISCIPLINAIRE RAADPLEGING

("CREV" op uw afspraken document)

Bij ontslag uit het ziekenhuis zal u worden uitgenodigd om deel te nemen aan een kennismakingsgesprek met de verschillende teamleden om een individueel revalidatieplan op te stellen.

De revalidatiecardioloog, de psycholoog/tabakoloog, de diëtiste en de sociaal verpleegkundige zullen met u en uw partner bespreken op welke manier u de gevolgen van uw hartkwaal en de eventuele risico's op herhaling kan beperken.

Vermits uw persoonlijk dossier zo volledig mogelijk wordt besproken, zal dit kennismakingsgesprek meestal méér dan een uur in beslag nemen. Indien verdere opvolging aangewezen is, kunnen hiervoor de nodige afspraken gemaakt worden.

## MEDISCH ADVIES

De **revalidatiecardioloog** zal uitleg geven over uw hartaandoening en huidige medicatie, en zal samen met u de werk- en rijgeschiktheid evalueren.

## FYSIEKE REVALIDATIE

De fysieke revalidatie heeft tot doel uw lichamelijke conditie te verbeteren en u te begeleiden bij het hernemen van de dagelijkse activiteiten.

Aan de hand van de resultaten van een fietsproef wordt een persoonlijk trainingsprogramma opgesteld dat door de **kinesitherapeut** zal worden begeleid. Een trainingsfrequentie van 2 tot 3 keer per week

wordt aanbevolen. Sportieve kledij wordt aangeraden. Douchen is mogelijk.

## VOEDING

Reeds tijdens uw hospitalisatie informeert de **diëtiste** u over goede en gezonde eetgewoontes. Op de multidisciplinaire raadpleging zal zij dieper ingaan op uw persoonlijke voeding en eventuele specifieke dieetvereisten.

## PSYCHOLOGISCHE BEGELEIDING

Psychosociale stress is een geobjectiveerde risicofactor voor hart- en vaatziekten. Het kan acute hartziekten uitlokken en het herstel afremmen.

De **psycholoog/gedragstherapeut** kan u hiervoor opvolgen en technieken aanleren om beter met stresssituaties om te gaan (zowel stress ontstaan door de hartaandoening zélf als stress die samenhangt met de levensomstandigheden).

## TABAKOLOGISCHE BEGELEIDING

Definitief stoppen met roken is niet eenvoudig. Nochtans heeft stoppen met roken onmiddellijk een gunstig effect op de bloedvaten en op de bloedstolling. Het is dus een belangrijke stap om nieuwe cardiale problemen te vermijden.

De **tabakoloog** kan met u in 8 individuele sessies het stoppen voorbereiden en plannen, en u leren omgaan met de rook"goesting".