



Therapeutisch oefenmoment thuis tijdens uw revalidatie

informatie voor patiënten

Met deze brochure willen wij u en uw familielid/naaste informeren over het doel en de meerwaarde van een therapeutische oefendag of oefenweekend thuis tijdens de revalidatie. Neem deze informatie zorgvuldig door vóór het oefenmoment plaatsvindt.

WAT

Het revalidatieteam gelooft sterk in de meerwaarde van een therapeutische oefendag of oefenweekend tijdens de revalidatie. Hierbij gaat u één of meerdere dagen naar huis, om na te gaan hoe het zelfstandig functioneren daar verloopt.

Tijdens dit moment kunt u de aangeleerde vaardigheden thuis toepassen. Na een evaluatie van het oefenmoment kan uw revalidatie indien nodig aangepast worden. Er kan ook bekeken worden of eventuele aanpassingen in of rond de woning nodig zijn. Ook uw partner, familieleden of naasten kunnen zich door dit oefenmoment beter voorbereiden op uw thuiskomst. We hopen zo uw ontslag naar huis zo vlot mogelijk te laten verlopen.

De planning en de opbouw van het therapeutisch oefenmoment worden concreet met u en/of uw familie besproken en zijn niet voor alle patiënten hetzelfde. In overleg met het team bouwen jullie systematisch op naar het therapeutisch oefenmoment. U kunt starten met een oefendag en nadien een weekend met één of meerdere overnachtingen.

VOORBEREIDING

Het oefenmoment wordt zorgvuldig voorbereid door de zorgverleners van het revalidatieteam. De familie of mantelzorger van de patiënt zal als voorbereiding actief ingeschakeld worden in de zorg.

De **verpleegkundigen** kunnen uw familie betrekken bij de zorg, bijvoorbeeld met de verplaatsing van bed naar rolstoel, de verplaatsing van rolstoel naar toilet, het aan- en uitkleden ... Indien nodig contacteren zij de thuisverpleegkundige diensten.

De **ergotherapeut** kan concrete tips geven voor aanpassingen aan de woning en over de aanschaf van de juiste hulpmiddelen om de zorg thuis te vergemakkelijken. Ook de toegankelijkheid van de woning kan worden geëvalueerd. Indien nodig komt een ergotherapeut vooraf op huisbezoek.

De **kinesitherapeut** bespreekt met u de eventuele aanschaf van een loophulpmiddel en kan uw familie technieken aanleren om u goed te begeleiden bij het stappen en/of in en uit de wagen geraken. Zo kan het vervoer naar huis met de eigen wagen gebeuren. Als blijkt dat dit niet mogelijk is, kan u een beroep doen op externe vervoerdiensten zoals een ziekenwagen of een rolstoelvervoerdienst. Hou hierbij echter rekening met een mogelijk hoge kostprijs.

De **sociaal werker** bespreekt het inschakelen van bijkomende professionele thuiszorg tijdens uw therapeutisch oefenmoment. Samen met de andere teamleden zorgt de sociaal werker voor de opbouw, organisatie en evaluatie van het oefenmoment.

HULPMIDDELEN

Loophulpmiddelen, zoals vierwielrollator, looprek ... zijn gedurende uw verblijf in het ziekenhuis altijd ter beschikking en mag u tijdens een eerste therapeutisch oefenmoment tijdelijk mee naar huis nemen.

Vanaf het volgende oefenmoment moet u, samen met uw familie, zelf voor de nodige hulpmiddelen zorgen. De verantwoordelijke therapeut of verpleegkundige bespreekt met u of uw familielid welke hulpmiddelen nodig zijn en waar u die kunt ontlend of kopen.

Als u een rolstoel moet gebruiken tijdens uw ziekenhuisverblijf, mag u die meenemen gedurende het therapeutisch oefenmoment. Het is mogelijk dat u in de rolstoel vervoerd moet worden met aangepast rolstoelvervoer. De ergotherapeut geeft u informatie over het gebruik van een rolstoel thuis.



MEDICATIE

U krijgt altijd voldoende medicatie mee van het ziekenhuis voor tijdens het therapeutisch oefenmoment. De verpleegkundige zal ook een medicatieschema meegeven, waarop staat wanneer u welke medicatie moet innemen. Na het oefenmoment geeft u de

overgebleven medicatie terug aan de verpleegkundige. Meld het altijd als u problemen of vragen bij de toediening van de medicatie hebt.

VERZORGINGSMATERIAAL

Specifiek op naam besteld materiaal (bijvoorbeeld zalf bij wondzorg) krijgt u mee van het ziekenhuis. U krijgt voldoende verzorgingsmateriaal mee om tijdens uw oefenmoment te gebruiken. Dat materiaal wordt aangerekend. Incontinentiemateriaal krijgt u mee van het ziekenhuis voor het eerste oefenmoment. Voor een volgend oefenmoment moet u dit zelf kopen in een thuiszorgwinkel.

VOEDING

Voedingsadviezen

Als er specifieke aandachtspunten zijn rond voeding (bijvoorbeeld bij slikproblemen) krijgt u de aangepaste voedingsadviezen schriftelijk van de logopediste en verpleegkundige. Als vloeistoffen ingedikt moeten worden, geeft de verpleegkundige het indikkingsmiddel met de nodige instructies mee.

Sondevoeding

Sondevoeding kan niet worden meegegeven naar huis, maar kunt u bestellen via een thuiszorgfirma. De arts zal u daarvoor een voorschrift bezorgen. De diëtiste zal de eerste thuislevering voorbereiden en u uitleggen welke procedure u moet volgen om ook nadien sondevoeding thuis bezorgd te krijgen.

AANKOMST EN VERTREK

U kunt vertrekken op therapeutische oefendag of oefenweekend na de ochtendzorg (rond 10 uur). We verwachten u terug op de afdeling tussen 19 en 20 uur.

EVALUATIE

U krijgt een evaluatieformulier over het verloop van uw therapeutisch oefenmoment. Het is belangrijk om het evaluatieformulier correct en eerlijk in te vullen. U mag dit ook laten invullen door een familielid of naaste.

Het ingevulde formulier bezorgt u bij terugkomst in het ziekenhuis aan de verpleegkundige. U kunt bepaalde aspecten eventueel mondeling toelichten. Uw ingevulde evaluatie wordt besproken op het wekelijks overleg van het revalidatieteam. De verschillende teamleden proberen samen met u naar oplossingen te zoeken voor de ervaren knelpunten of moeilijkheden. Bepaalde handelingen kunnen extra worden inge oefend of afspraken rond de zorg thuis kunnen worden herbekeken.

CONTACT

Tijdens het therapeutisch oefenmoment thuis mag u altijd telefonisch contact opnemen met de afdelingen bij problemen of twijfel omtrent medicatie, de zorg ... via het nummer **016 33 83 00**.

Als het oefenmoment thuis niet lukt, mag u na overleg met de afdeling altijd eerder naar het ziekenhuis terugkeren.

© januari 2025 UZ Leuven

Overname van deze tekst is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door hospitalisatie geriatrie revalidatie in samenwerking met de dienst communicatie.

U vindt deze brochure ook op www.uzleuven.be/brochure/701806.

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via communicatie@uzleuven.be.

Verantwoordelijke uitgever
UZ Leuven
Herestraat 49
3000 Leuven
tel. 016 33 22 11
www.uzleuven.be

 mynexuzhealth



Raadpleeg uw medisch dossier
via nexuzhealth.com
of download de app

