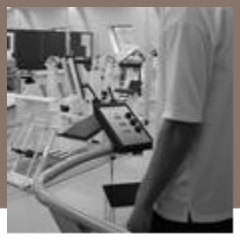

Voor wie?

Er is sprake van onvoldoende verklaarbare lichamelijke klachten als symptomen van pijn en moeheid **langer dan 6 maanden** duren en als er bij adequaat medisch onderzoek geen onderliggende oorzaak wordt gevonden.

Als klachten lang bestaan, is het soms lastig te achterhalen wat precies de oorzaak is geweest. Meestal is er niet één oorzaak, maar is het een optelsom van verschillende factoren. Deze factoren kunnen lichamelijk, psychisch en sociaal zijn. Factoren die van invloed zijn, verschillen van persoon tot persoon.

Deze klachten worden gekenmerkt door o.a. een algemene pijn in het bewegingsapparaat en aanslepende vermoeidheid. Ze worden vaak omschreven als: spasmofilie, fibromyalgie en/of CVS.

Gevolgen en doelstelling revalidatie

Lichamelijke klachten kunnen een grote invloed hebben op je leven. De klachten zorgen ervoor dat je bepaalde dingen niet goed meer kunt doen. Ook zijn de klachten vaak van invloed op wat je denkt, voelt, doet en ook op je omgeving.

De patiënt wordt vaak geconfronteerd met veranderingen op persoonlijk, familiaal en sociaal-professioneel vlak, die de lichamelijke klachten nog kunnen versterken.

Deze vicieuze cirkel kan worden doorbroken door middel van een **multidisciplinaire aanpak** met behulp van de revalidatie-arts, kinesist, ergotherapeut, klinisch psycholoog, diëtist en een sociaal verpleegkundige.

De doelstelling is de patiënt te informeren en begeleiden om een nieuw evenwicht te vinden in het dagelijks leven.

Programma

Met een aangepaste revalidatie en begeleiding wordt gestreefd naar een **optimale symptoomcontrole** en het **verbeteren van de levenskwaliteit.**

Het revalidatieprogramma biedt u bouwstenen aan om fysiek, sociaal en mentaal beter te functioneren. In al de behandelvormen wordt de nadruk gelegd op het bevorderen van de zelfredzaamheid en de eigen verantwoordelijkheid.

Het uiteindelijk doel van de behandeling is beter te kunnen functioneren in gezin, werk en maatschappij.

Dit gebeurt aan de hand van 4 pijlers:

- Psycho-educatie
- Educatie dagdagelijks leven
- Beweging en conditionele re-educatie
- Ademhaling en relaxatie

Praktisch

Het programma start met een **informatiesessie**. Nadien kan u zich inschrijven voor een **intakegesprek**. Tijdens het intakegesprek worden dan alle verdere afspraken gemaakt.

De meeste sessies gebeuren **in groep**. Dit maakt het mogelijk om ervaringen en tips uit te wisselen. Indien nodig, is er ook ruimte voor individuele begeleiding.

- Frequentie: 1 à 2x per week.

Na het volgen van de **workshops**, is er ook mogelijkheid om een **oefenprogramma** te volgen dat er op gericht is om uw conditie te verbeteren.

Versie: 28-09-2021 0834-VP-WI-A4-RVKL-11146
V.U.: vzw AZ ALMA - Ringlaan 15 - 9900 Eeklo
Ond.nr. 0463.862.908 0501-AD-Extern

Contactinfo

vzw AZ Alma
(Maatschappelijke Zetel)
Ringlaan 15
B-9900 Eeklo
tel. 09 310 00 00

Polikliniek AZ Alma Sijsele
Gentse Steenweg 132
B-8340 Sijsele-Damme
tel. 09 310 00 00

www.azalma.be

OLK revalidatie

Contactgegevens

Fysische geneeskunde en revalidatie

Verantwoordelijke artsen
Dr. R. De Wilde
Dr. M. Deschrijver
Dr. E. Luypaert
Dr. F. Nelde
Dr. M. Van Vlaenderen
Dr. C. Verbraeken

Secretariaat: tel. 09 310 04 34

Revalidatiecentrum

Dienst OLK
Tel. 09 310 13 22
E-mail revalidatiecentrum@azalma.be
Website revalidatiecentrum.azalma.be

OLK revalidatie