

Psychosociale infosessies

In het revalidatieprogramma bieden we ook verschillende infosessies aan over psychosociale en medische informatieve thema's.

Volgende sprekers en thema's komen aan bod:

- Pijnverpleegkundige over de impact van en omgaan met pijn
- Sociaal werker over hulporganisaties voor, tijdens en na behandeling
- Psycholoog over de impact van kanker
- Oncoloog en artsen van de fysieke geneeskunde over de medische aspecten tijdens en na een oncologische behandeling en de impact van bewegen op het lichaam
- Diëtist over het belang van voeding tijdens en na een oncologische behandeling
- Verpleging oncologie

Deze infosessies, die plaatsvinden op dezelfde dagen als de oefenmomenten, worden gegeven in groepsverband. Wij vragen u om uw aanwezigheid te bevestigen bij het secretariaat van de dienst fysieke geneeskunde. U kan daar eveneens een lijst opvragen met de exacte data waarop de infosessies doorgaan.

PRAKTISCHE INFORMATIE

Kostprijs

Voor de deelname aan de sessies betaalt u enkel het remgeld voor de kinesithérapie. Hoeveel dit voor u concreet is, kan u vooraf navragen. Sommige ziekenfondsen of verzekeringen voorzien een extra tussenkomst in de kosten voor oncologische revalidatie. Informeer u bij uw mutualiteit of verzekeringsmaatschappij.

Tijd en locatie

AZ Jan Portaels
Dienst Fysieke geneeskunde en revalidatie
Gendarmeriestraat 65
1800 Vilvoorde

De oefenmomenten gaan door op maandag, woensdag en vrijdag telkens van 14u tot 15u in de kinézaal op de 4de verdieping, blok D.

Afspraken

Secretariaat dienst fysieke geneeskunde:
Tel 02 257 56 60



AZ JAN PORTAELS
Algemeen Ziekenhuis Vilvoorde



SWInG- Samen Weer In Gang

ONCOLOGISCHE REVALIDATIE

Hoe en waarom oncorevalidatie?

Kanker en de daaraan gekoppelde behandelingen kunnen een hele impact hebben op het dagelijkse leven. Tijdens en na een behandeling ervaren mensen vaak verschillende klachten die kunnen aanslepen.

Deze kunnen zich manifesteren op fysisch, psychisch en/of sociaal vlak. Vaak voorkomende klachten zijn: aanhoudende vermoeidheid, slaapproblemen, seksuele problemen, concentratiestoornissen, angst, ...

Onderzoek wijst uit dat fysieke activatie tijdens of na een kankerbehandeling bijdraagt tot

- het verminderen van vermoeidheid
- het verbeteren van het psychisch welbevinden
- het verbeteren van de levenskwaliteit
- het verbeteren van de algemene fitheid

Doelgroep

Wij richten ons op alle mensen die de diagnose kanker kregen.

U kan het programma volgen tijdens uw behandeling of wanneer de behandeling is beëindigd.

Elke patiënt kan worden doorverwezen door zijn/haar behandelende arts (oncoloog, gynaecoloog, chirurg, gastro-enteroloog, huisarts,...).

Vooraleer u kan starten, komt u op consultatie bij één van de artsen fysische geneeskunde binnen het AZJP.

Deze doorloopt met u het programma en kijkt na of uw algemene toestand voldoende is om te starten.

Nadien bepaalt de kinesist aan de hand van een inspannings- en een krachttest, uw persoonlijk bewegingsprogramma.

Deze testen worden aan het einde van het programma herhaald zodat u uw progressie kan volgen.

SWInG programma

Met ons SWInG programma willen we u uitnodigen om op verschillende levensdomeinen te werken waardoor uw algemeen welbevinden verhoogt.

Het revalidatieprogramma bestaat uit een bewegingsprogramma en infosessies rond verschillende psychosociale thema's.

Bewegingsprogramma

Tijdens dit programma ligt de nadruk op bewegen en is het doel om stapsgewijs uw conditie en kracht terug op te bouwen.

Er wordt gedurende 12 weken 3x/week in groep of individueel gewerkt aan de fysieke conditie, waarbij rekening wordt gehouden met de fysieke en psychische conditie van elke patiënt. Elke patiënt werkt volgens een eigen persoonlijk programma. Wij raden u aan om zo veel mogelijk rekening te houden met de oefenmomenten en zo vaak mogelijk deel te nemen om het effect van het programma te maximaliseren.

Instappen in het bewegingsprogramma kan op elk moment doorheen het jaar.