



# Je revalidatieverblijf in ZAS Elisabeth

Informatiebrochure voor patiënten





ZIEKENHUISaan  
de STROOM

*Van harte welkom in ZAS Elisabeth. In deze brochure lees je hoe je revalidatie bij ons verloopt.*

*Je mag deze brochure ook doorgeven aan familie of mensen die dicht bij je staan. Zo betrekken we hen vanaf het begin bij je revalidatie.*

*Heb je nog vragen of opmerkingen? Spreek dan gerust iemand van het zorgteam aan.*

*We wensen je een vlot herstel en een aangenaam verblijf.*

*Vriendelijke groeten  
Het revalidatieteam*

Erkenningsnummer 009: ZAS Cadix, ZAS Elisabeth, ZAS Hoge Beuken, ZAS Jooxstems, ZAS Middelheim, ZAS Palfijn, ZAS Paola (Kinderziekenhuis), ZAS UKJA (Universitaire Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen) Erkenningsnummer 099: ZAS Augustinus, ZAS Sint-Jozef, ZAS Vincentius Erkenningsnummer 998: ZAS PZ Stuivenberg (Psychiatrisch Ziekenhuis) Erkenningsnummer 039: ZAS PVT Antwerpen (Psychiatrisch Verzorgingsstelsel) Zijn ook deel van ZAS: ZAS Medisch Centrum Kaai 142, ZAS Polikliniek Hof ter Schelde, ZAS Polikliniek Regatta, ZAS Plantin, ZAS Magazijn Luchtbal, ZAS Magazijn Terbeke



**Heb je een fout gezien in een brochure?**  
Meld het ons via [zas.be/fout-in-brochure](https://zas.be/fout-in-brochure)

Het revalidatieziekenhuis	01
Ons team	02
Hoe verloopt je dag?	03
Voorzieningen	04
Bezoek	05
Praktische informatie	06
Naar huis	07
Contact	08
Bereikbaarheid	09
Vragen	10
Notities	10

## Het revalidatieziekenhuis

**ZAS Elisabeth is een revalidatieziekenhuis.** Je verblijft bij ons terwijl je herstelt, bijvoorbeeld na een operatie, ziekte, hersenletsel of ongeval. Het doel is dat je weer zo zelfstandig mogelijk wordt in je dagelijkse leven. Welke verschillende therapieën je nodig hebt, hangt af van wat je hebt meegemaakt.

### Locomotorische revalidatie

Bij locomotorische revalidatie leer je opnieuw goed te bewegen, bijvoorbeeld nadat je een bot gebroken hebt of een prothese hebt laten plaatsen. Tijdens de revalidatie werk je aan je kracht, evenwicht en beweeglijkheid. Je leert bijvoorbeeld hoe je je veilig kan verplaatsen.

### Neurologische revalidatie

Bij neurologische revalidatie richten we ons op het herstel van de hersenen, bijvoorbeeld na een hersenletsel of een beroerte. We oefenen niet alleen op beweging, maar ook op praten, eten, slikken en dingen onthouden.

### Ambulante revalidatie

Na je verblijf in het ziekenhuis, kan je de revalidatie nog een tijdje verderzetten. Dan ga je naar een therapeut bij jou in de buurt of in het ziekenhuis om daar je oefeningen te doen. Wanneer je niet in het ziekenhuis bent opgenomen tijdens je revalidatie, noemen we dat ambulante revalidatie.

## Ons team

We hebben een gespecialiseerd zorgteam dat samen met jou werkt aan je herstel. Dat team is multidisciplinair: het betekent dat mensen met verschillende expertises hun kennis met elkaar delen. Samen werken ze de beste behandeling uit, elk vanuit hun vakgebied.

### De arts

De revalidatiearts stuurt het team aan en volgt jouw genezing van dichtbij op. Wekelijks komt de arts langs om te kijken hoe het met je gaat. Als je dat wenst, kunnen jij of je familie een extra consultatie aanvragen via de verpleegkundige.

### De verpleegkundigen

Tijdens je revalidatie heb je een warm contact met de revalidatieverpleegkundigen. Ze helpen je onder andere bij je persoonlijke verzorging en je medicatie. Je kan met al je vragen bij hen terecht: zij helpen je zelf verder of geven je vraag door aan de juiste persoon van het revalidatieteam.



## De zorgkundigen

De zorgkundige helpt je bij je dagelijkse zorg, zoals wassen, aankleden, eten, verplaatsen en comfortzorg.



## De kinesitherapeut

Een kinesitherapeut gebruikt oefeningen en technieken om je lichaam aan te sterken. Hierbij focus je niet alleen op beweeglijkheid en kracht: je werkt ook aan je evenwicht, coördinatie en conditie. We stemmen de therapie af op wat jij nodig hebt.

## De ergotherapeut

Een ergotherapeut helpt je om je dagelijkse handelingen stap voor stap weer op te nemen. Denk maar aan wassen, aankleden, eten of koken. Je krijgt ook advies over hulpmiddelen, hoe je ze veilig gebruikt en welke aanpassingen je thuis kunnen helpen om zo zelfstandig mogelijk te zijn.



### **De logopedist**

Sommige patiënten kunnen door hun letsel of aandoening niet meer goed slikken, eten, drinken of communiceren. De logopedist helpt hen om hierop te oefenen en die vaardigheden terug zo goed mogelijk onder de knie te krijgen.

### **De diëtist**

Onze diëtist zorgt voor maaltijden die aansluiten bij wat jouw lichaam nodig heeft, eventueel op doktersvoorschrift. Je krijgt advies over wat je best eet en drinkt om je herstel te ondersteunen.

### **De psycholoog**

Niet alleen je lichaam verandert na een letsel of aandoening, maar vaak ook hoe je je voelt, denkt en gedraagt. Misschien heb je er nood aan om in vertrouwen met iemand te praten over je ziekte of over de impact van je letsel. Dan kan je terecht bij onze psycholoog.

## **De logistiek medewerkers**

Deze medewerkers houden de afdeling netjes en georganiseerd. Ze brengen je hulpmiddelen en maaltijden.

## **De sociale dienst**

Je letsel of aandoening kan een grote impact hebben op je leven. De sociale dienst helpt je bij de praktische regelingen, zoals thuisverpleging, maaltijden aan huis of het uitlenen van hulpmiddelen. De medewerker kijkt ook mee of je recht hebt op bepaalde tegemoetkomingen. Heb je de sociale dienst nodig? Laat het dan weten aan de verpleegkundigen.

## **Stagiairs**

ZAS Elisabeth is een erkend opleidingscentrum voor revalidatie. Dat betekent dat je soms stagiaires of bezoekende artsen kan tegenkomen die bij ons een opleiding aan het volgen zijn.

Er zijn ook op verschillende dagen vrijwilligers aanwezig.

## **Levensbeschouwelijke dienst**

Een consulent kan je bijstaan in je morele, godsdienstige en filosofische levensovertuiging. Vraag bij interesse meer informatie aan de verpleging.

## Teamoverleg

Een keer per week is er een vergadering met iedereen die bij je revalidatie betrokken is. Dat noemen we het multidisciplinair overleg. Tijdens dit overleg bespreken we samen elke patiënt. We stellen het behandelplan op, evalueren de revalidatiedoelstellingen en sturen bij waar nodig.

## Zorgtraject

ZAS Elisabeth werkt met zorgtrajecten. Dat betekent dat we onze zorg zo goed mogelijk op jou afstemmen. We betrekken je bij je herstel, stellen individuele doelstellingen op voor elke patiënt en passen het oefenschema aan volgens jouw noden en verwachtingen. Ook je familieleden zien we als een belangrijke partner in het revalidatieproces. We geven je naasten met plezier een rondleiding in het revalidatieziekenhuis. Ze mogen ook altijd een afspraak maken voor een persoonlijk gesprek met onze arts.



## Hoe verloopt je dag?

### Dagindeling



**7.30 - 10.30 uur**

ochtendverzorging en medicatie



**8 - 9.15 uur**

ontbijt



**8.30 - 11.45 uur**

therapie en/of verzorging



**12 - 13 uur**

warm middageten en medicatie



**13 tot 16 uur**

rust, therapie en/of verzorging



**17.30 - 18 uur**

avondeten en medicatie



**19 - 21 uur**

avondverzorging en medicatie



**21.30 - 7.30 uur**

avond- en nachtrust

## Overdracht verpleging

De verpleegkundigen werken in drie shiften: de vroege, de late en de nacht. Op het einde van hun shift geven ze aan hun opvolgers door hoe het met alle patiënten gaat. Zo kan de zorg goed worden verdergezet. Tijdens dat overleg is de deur van de verpleegpost even gesloten. Dat is tussen 7 en 7.30 uur, tussen 14.30 en 15 uur en tussen 21.15 en 21.30 uur.

## Planning onderzoeken

Als er voor jou een onderzoek gepland is, dan laten we je dat op voorhand weten. Valt een onderzoek samen met je therapie? Dan gaat het onderzoek voor. Bestaande afspraken en onderzoeken kan je niet annuleren zonder overleg met de arts en de verpleging.



## Voorzieningen

### Je kamer

We hebben een- en tweepersoonskamers. Al onze kamers hebben een radio, een televisietoestel, een kluisje, een kleine koelkast en een eigen badkamer met wastafel en toilet. Heb je geen eigen gsm bij? Vraag dan gerust een telefoontoestel aan bij de verpleging. Er is een gratis draadloze internetconnectie op de kamer.

### De therapiezaal

In de therapiezaal oefen je met een kinesitherapeut of ergotherapeut op de afgesproken uren. Hiervoor hebben we allerlei gespecialiseerde toestellen.

### De dagzaal

We hebben een gezellige dagzaal op elke verdieping. Je kan er bezoek ontvangen, even zitten met medepatiënten of ontspannen tussen de therapie sessies. Er is ook een tv en er liggen tijdschriften. Patiënten die op een tweepersoonskamer verblijven, eten hier hun maaltijden.

### Oefenparcours

Behalve de oefenzalen voor kinesithérapie hebben we ook een obstakelparcours in huis gebouwd. Een draaitrap, verschillende soorten opstapjes, drempels en hellingen geven je de kans om op een speelse manier weer te wennen aan hoogteverschillen.

## Therapeutische keuken

We hebben een therapeutische oefenkeuken die je kan aanpassen aan je noden. Met een druk op de knop beweeg je het werkblad naar boven, zodat je rolstoel eronder past. Of je laat de kastjes zakken om iets te kunnen pakken. We oefenen er de dagelijkse handelingen die je in een keuken uitvoert.



## Therapeutisch appartement

ZAS Elisabeth heeft als enige revalidatie-afdeling in Antwerpen een studio waar je als patiënt een tijdje kan gaan 'wonen' om te zien of je klaar bent om naar huis te gaan. Je kan er je eigen leven simuleren in de veilige nabijheid van het ziekenhuispersoneel. Je arts beslist of je hiervoor in aanmerking komt.





### **Kapper en pedicure**

Je kan tijdens je verblijf je haar laten knippen of een ontspannende voetverzorging krijgen.

Maak hiervoor een afspraak bij de verpleegpost.

### **Snacks en drank**

Op het gelijkvloers vind je automaten met dranken en snacks en tafels en stoelen om even te gaan zitten. Daar kunnen bezoekers dag en nacht terecht voor een verfrissing of een snelle hap.

### **De binnentuin**

ZAS Elisabeth beschikt over een eigen binnentuin waar je bij mooi weer even kan verpozen of bezoek kan ontvangen.





## De omgeving

Ons gebouw ligt in de Antwerpse binnenstad naast de botanische tuin, vlakbij de Stadsschouwburg en de Leopoldplaats. Bezoekers vinden er terrasjes en eetgelegenheden in de buurt. Een ligging in het stadscentrum betekent ook dat je buiten onder begeleiding kan gaan oefenen in een realistische setting: op voetpaden, tramsporen, kasseien, hellingen en drempels.

## De stille ruimte

In onze stille ruimte op de 3e verdieping kan je je even terugtrekken als je behoefte hebt aan gebed of bezinning.



Bezoek ontvangen kan elke dag doorlopend van **14 tot 19.30 uur**. Uitzonderingen op deze uren kan je aanvragen bij de verpleging. Opgelet: de ingang van het ziekenhuis gaat om 19 uur dicht.

**Therapie en verzorging gaat altijd voor op je bezoek.**

Komen familieleden of vrienden langs tijdens jouw oefenmoment of tijdens je verzorging? Dan wachten ze even **in het bezoekersrestaurant tot je klaar bent**.

**Respecteer de rust op onze afdeling.** Ontvang maximaal 2 personen tegelijk op je kamer. Je mag ook met je bezoek naar de dagzaal gaan.

## Praktische informatie



### Kledij

Overdag draag je best gemakkelijke kledij zoals een jogging, short of sportbroek met T-shirt. Dat is het prettigst om te oefenen. Draag sportschoenen of andere comfortabele, gesloten schoenen. Zo verklein je de kans op vallen of uitglijden. Heb je geen geschikte schoenen? Vraag er dan aan de dienst ergotherapie. Je nachttjapon of pyjama draag je alleen 's nachts.



### Wat breng je mee?

Breng verzorgingspullen mee, zoals voldoende handdoeken, washandjes, een borstel of kam, scheergerief, een tandenborstel, tandpasta. Op je kamer is een kluisje waarin je bezittingen kan opbergen, maar waardevolle spullen of grote hoeveelheden geld laat je toch beter gewoon thuis.

Breng ook gerust iets mee om je bezig te houden, zoals een boek, een handwerkje, kruiswoordraadsels of iets anders dat je leuk vindt.



### Roken

Roken is enkel toegelaten in de rokershut in de binnentuin.



### Internet

Er is gratis internet. Verbinden doe je met ZAS-OPEN. Laat je laptop of gsm niet onbewaakt achter, maar gebruik het kluisje op je kamer.



### Douchen

De verpleegkundigen vertellen je vanaf wanneer je weer mag douchen. Toiletgerief breng je zelf mee. Ben je jouw toiletgerief vergeten? Dan kan je verzorgingsproducten verkrijgen bij ons op de afdeling.



### Bad

We hebben een speciale badkamer met handgrepen en een bad dat in de hoogte versteld kan worden. Zo kan je veilig van een bad genieten. Hoe en wanneer je een bad kan nemen en aanvragen, verschilt per afdeling. Vraag meer informatie aan de verpleging.

## Naar huis

### Ontslag

Je vraagt je waarschijnlijk af: "Wanneer kan ik naar huis?" Het antwoord daarop is voor iedereen verschillend. Het hangt ervan af hoe jouw herstel verloopt. Maar wees gerust: vanaf je aankomst werkt ons team al aan je ontslagplanning. Tijdens het teamoverleg bespreken we elke week de evolutie van je revalidatie. Denken we dat je er klaar voor bent? Dan laten we dat tijdig weten aan jou en je familie.

### Het proefweekend

Als het zorgteam dat goed vindt, kan er een proefweekend (of meerdere) georganiseerd worden. Dat betekent dat je even naar huis gaat om te zien wat er al lukt. Daarna kom je naar ons terug en werken we gericht op de zaken waar je nog tegenaan liep. Meestal beginnen we met een dag naar huis zonder overnachting, en bouwen we later op naar een volledig weekend. Soms betrekken we familieleden bij de therapie voor een vlottere thuiskomst.

### Vervoer

Eens je weet op welke datum je naar huis gaat, is het tijd om vervoer te regelen. Heb je daar hulp bij nodig? Vraag het dan tijdig aan de Sociale dienst of aan de verpleegkundigen. We kunnen je ook helpen bij het aanvragen van thuiszorg.

## Verder revalideren na je ontslag

Na je verblijf op onze afdeling is er meestal nog verdere revalidatie nodig. Dat kan bij een kinesitherapeut, ergotherapeut of logopedist bij jou in de buurt, maar ook bij ons in het ziekenhuis. Vraag hierover gerust meer informatie.



## Contact



### ZAS Elisabeth

Leopoldstraat 26  
2000 Antwerpen

### Receptie

**03 234 41 11** – bereikbaar van 8 tot 19.30 uur  
(weekdagen) en 13.30 tot 19.30 uur (in het weekend).

### Verpleegafdelingen

- Afdeling 2C (2e verdieping)  
**03 234 42 20** Verpleging  
**03 234 44 04 en 03 234 43 41** Sociale dienst
- Afdeling 3C (3e verdieping)  
**03 234 43 86** Verpleging  
**03 234 43 43** Sociale dienst
- Afdeling 4C (4e verdieping)  
**03 234 43 82** Verpleging  
**03 234 43 43** Sociale dienst

### Dienst Levensbeschouwelijke zorg

**03 280 36 80** - 9 tot 16 uur (weekdagen)

## Bereikbaarheid

### Met de auto

Het ziekenhuis heeft een ondergrondse betaalparking, bereikbaar via de Leopoldstraat. Bezoekers van het ziekenhuis krijgen korting op het gewone parkeertarief. Selecteer in de parkeerautomaat dat je van het zorgtarief gebruik wil maken. Er is ook betalende parkeergelegenheid in de directe omgeving.

### Met de fiets

ZAS Elisabeth is goed bereikbaar met de fiets. Je kan gebruik maken van de fietsenstalling vlak voor het ziekenhuis.

### Met het openbaar vervoer

ZAS Elisabeth is bijzonder goed bereikbaar met de tram en de bus. Gebruik de routeplanner van De Lijn om je route te berekenen.

### Vragen?

Wil je weten wat je in orde moet brengen voor een opname, welke extra diensten we aanbieden bij ZAS, wat jouw rechten zijn als patiënt of hoe het zit met de factuur? In onze algemene opnamebrochure van ZAS vind je het antwoord op de meest gestelde vragen. Vraag ernaar bij de receptie of kijk op [zas.be](https://www.zas.be) bij 'Naar het ziekenhuis'.



# ZIEKENHUIS aan de STROOM



## ZAS Elisabeth

Leopoldstraat 26

2000 Antwerpen

03 234 41 11 Algemeen

e.l.info@zas.be



Op onze website vind je actuele informatie over bereikbaarheid en parking



Lees deze brochure online

Scan de QR-code of ga naar: [zas.be/SP](https://zas.be/SP)

Heb je een klacht? Contacteer [ombudsdienst@zas.be](mailto:ombudsdienst@zas.be)