



Je locomotorische revalidatie in ZAS Hoge Beuken

Informatiebrochure voor patiënten





Welkom op de revalidatie-afdeling van campus ZAS Hoge Beuken.

In de volgende bladzijden lees je hoe de verpleegafdeling werkt en hoe je revalidatie verloopt. Wij doen er alles aan om je verblijf zo aangenaam mogelijk te maken.

Lees de brochure zelf aandachtig. Geef ze ook eens door aan de familieleden of naasten die je omringen. Zo betrekken we hen vanaf het begin bij je herstel.

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

We wensen je een vlotte revalidatie en een aangenaam verblijf!



Heb je een fout gezien in een brochure?
Meld het ons via zas.be/fout-in-brochure

Wat is locomotorische revalidatie?

Ons team

Hoe verloopt je dag?

Voorzieningen

Bezoek

Praktische informatie

Naar huis

Contact

Notities

01

02

03

04

05

06

07

08

09

Wat is locomotorische revalidatie?



Op onze revalidatie-afdeling helpen we je om opnieuw zo goed mogelijk te bewegen na een operatie, ziekte of ongeval.

We richten ons daarbij op je bewegingsstelsel: je spieren, gewrichten en botten. Revalidatie betekent letterlijk 'weer herstellen'. Het doel is dat je weer zo zelfstandig mogelijk wordt in je dagelijkse leven.

Onze kinesitherapeuten en ergotherapeuten werken stap voor stap aan je herstel, in overleg met de revalidatiearts en de andere zorgverleners. Je krijgt oefeningen en technieken afgestemd op jouw situatie. We houden daarbij rekening met je conditie, je thuissituatie en je eigen verwachtingen. Tijdens de revalidatie werk je aan kracht, evenwicht en beweeglijkheid. Je leert hoe je je veilig en zelfstandig kan verplaatsen. We zoeken daarbij altijd een goed evenwicht tussen oefenen en rusten.

Ons team

De arts

De revalidatiearts is aanwezig om je medische toestand en behandeling op te volgen. Als je dat wenst, kunnen jij of je familie een afspraak bij de arts maken. Spreek hiervoor een verpleegkundige aan.

De verpleegkundigen

Tijdens je revalidatie heb je een nauw contact met de verpleegkundigen. Ze helpen je 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 kinesitherapeut

De kinesitherapeut leert je oefeningen aan om opnieuw zo goed mogelijk te bewegen. Je oefent om je spieren sterker te maken en je gewrichten soepeler te houden. Ook je evenwicht, coördinatie en conditie komen aan bod.



De ergotherapeut

Ergotherapie helpt je om weer zelfstandiger te worden. We oefenen samen op activiteiten die belangrijk voor je zijn. Denk aan jezelf wassen, koken of je hobby's uitoefenen.

We helpen je ook bij het verbeteren van fysieke handelingen zoals lopen, bewegen, je handen gebruiken, van je bed naar je stoel gaan en omgekeerd. Zo kan je dagelijkse dingen weer zo vlot mogelijk zelf doen.

We brengen ook je denkvermogen in kaart. Daarbij oefenen we op vaardigheden als je aandacht ergens bij houden, dingen onthouden en problemen oplossen. We geven ook advies over hulpmiddelen die handig voor je kunnen zijn of over mogelijke aanpassingen in je huis.



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 weer zo goed mogelijk onder de knie te krijgen.

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.

De diëtist

Onze voedingsdeskundige zorgt voor maaltijden die aansluiten bij wat jouw lichaam nodig heeft, eventueel op doktersvoorschrift. Je kan ook altijd persoonlijke aandachtspunten doorgeven.

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 zorgkundigen

De zorgkundige helpt je bij je dagelijkse zorg, zoals wassen, aankleden, eten en je verplaatsen. De zorgkundigen ondersteunen de verpleegkundigen, zodat die meer tijd hebben om hun specifieke taken uit te voeren.



De logistiek medewerkers

De logistiek medewerkers houden de afdeling netjes en georganiseerd. Ze brengen je hulpmiddelen en maaltijden. Ze volgen ook op of er voldoende water en schone glazen op de kamers zijn en geven water aan bloemen en planten.

Teamoverleg

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

Hoe verloopt je dag?

Dagindeling

- 
7.30 uur
 verzorging op de kamer
- 
8.15 uur
 ontbijt
- 
8.30 - 11 uur
 verdere verzorging en oefentherapie
- 
12 uur
 middagmaal
- 
13 - 15 uur
 oefentherapie
- 
17 uur
 avondmaal
- 
19 uur
 avondverzorging

Overdracht verpleging

De verpleegkundigen werken in drie shiften: de vroege, de late en de nacht. Op het einde van hun shift geven ze door aan hun opvolgers hoe het met alle patiënten gaat. Zo kan de zorg goed worden verdergezet.

Voorzieningen

De therapiezaal

In de therapiezaal doe je met een kinesitherapeut of ergotherapeut je oefeningen op de afgesproken uren.

2 dagzalen

We hebben 2 aan elkaar grenzende dagzalen waar we gezellig samen eten. Je kan er ook komen ontspannen tussen de oefenmomenten.



Bad

Elke patiënt krijgt wekelijks een bad met de hulp van de zorgkundige. We hebben hiervoor een speciale badkamer met handgrepen en een kuip die in de hoogte versteld kan worden. Zo kunnen alle patiënten veilig van hun bad genieten.

Bezoekerscafetaria

In ons bezoekerscafetaria met bediening kunnen bezoekers een hapje eten of drinken.



Kapper en pedicure

Je kan tijdens je verblijf je haar laten knippen of een ontspannende voetverzorging krijgen. Maak hiervoor een afspraak bij de verpleegpost.

Bezoek



Bezoek ontvangen kan elke dag doorlopend van 10 uur tot 20 uur.

Opgelet: je therapie gaat altijd voor op je bezoek. Komen familieleden of vrienden langs tijdens jouw oefenmoment? Dan wachten ze even in het bezoekersrestaurant of op je kamer tot je klaar bent.



Kledij

Overdag draag je best gewone, gemakkelijke kledij. Loszittende kleding is het prettigst om te oefenen. Draag sportschoenen of andere, makkelijke, gesloten schoenen. Zo verklein je de kans op vallen of uitglijden.



Maaltijden

Je mag zelf kiezen waar je eet: op je kamer of in de dagzaal. We moedigen je aan om in de dagzaal te eten, als het kan. Samen eten helpt bij het revalidatieproces. Een keer per week is er een ontbijtbuffet op de afdeling, met sandwiches, pistolets en koffiekoeken.



Waardevolle spullen

Bewaar geen geld of waardevolle voorwerpen in je kamer.

Het proefweekend

Als het zorgteam dat goed vindt, kan er een proefweekend (of meerdere) georganiseerd worden. Dat betekent dat je even naar huis mag om te zien wat lukt en daarna naar ons terugkomt. Meestal beginnen we met een dag zonder overnachting, en bouwen we later op naar een volledig weekend. Soms betrekken we familieleden bij de therapie voor een vlottere thuiskomst.

Ontslag

Vanaf je aankomst op onze revalidatie-afdeling werken we aan je ontslagplanning. Tijdens het teamoverleg bespreken we of je al naar huis mag. Loopt je verblijf bij ons ten einde? Dan bespreken we dat tijdig met jou en je familie. De sociale dienst komt dan langs om de mogelijkheden te bespreken. Als dat nodig is, regelen we vervoer en thuiszorg.

Documenten

Bij het ontslag krijg je van ons ontslagdocumenten mee, zoals:

- verdere afspraken
- medicatievoorschriften
- een ontslagverslag
- eventueel een datum voor een controleafspraak
- eventueel een voorschrift voor de kinesitherapeut
- eventueel een voorschrift voor thuisverpleging

Heb je achteraf nog vragen? Dan mag je ons altijd contacteren.

Verder revalideren na je ontslag

Na je verblijf op onze afdeling is er meestal nog verdere revalidatie nodig. Dat kan bij een kinesitherapeut of logopedist bij jou in de buurt, maar ook bij ons in ZAS Hoge Beuken. De therapeuten regelen dat samen met jou.



Contact

ZAS Hoge Beuken

Commandant Weynsstraat 165
2660 Hoboken

Hoofdingang - inrit 6

Locomotorische revalidatie

2e verdieping

03 830 92 01 Receptie

03 830 92 00 Verpleegkundig afdelingshoofd



Hoe bereik je ons?

ZAS Hoge Beuken is goed bereikbaar met de wagen, de fiets, de bus en de trein. Er is voldoende parkeerplaats voor auto's en fietsen en er is een bushalte aan de campus. Het treinstation is vlakbij.

Met de fiets

Je kan ook gebruik maken van de stadsfietsen van Velo Antwerpen. Meer info over de stadsfietsen en over de Velo-stations vind je op de website van Velo Antwerpen. Velo-station 285 bevindt zich aan de hoofdingang, ter hoogte van afrit 6.

Parking

ZAS Hoge Beuken heeft een betaalparking. Je betaalt 1,25 euro per uur. Je vindt de parking aan de hoofdingang, ter hoogte van inrit 6 en aan inrit 4 voor de afdelingen neurologie en neurorevalidatie.



ZAS Hoge Beuken

Commandant Weynsstraat 165

2660 Hoboken

03 217 41 11 Algemeen

hb.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