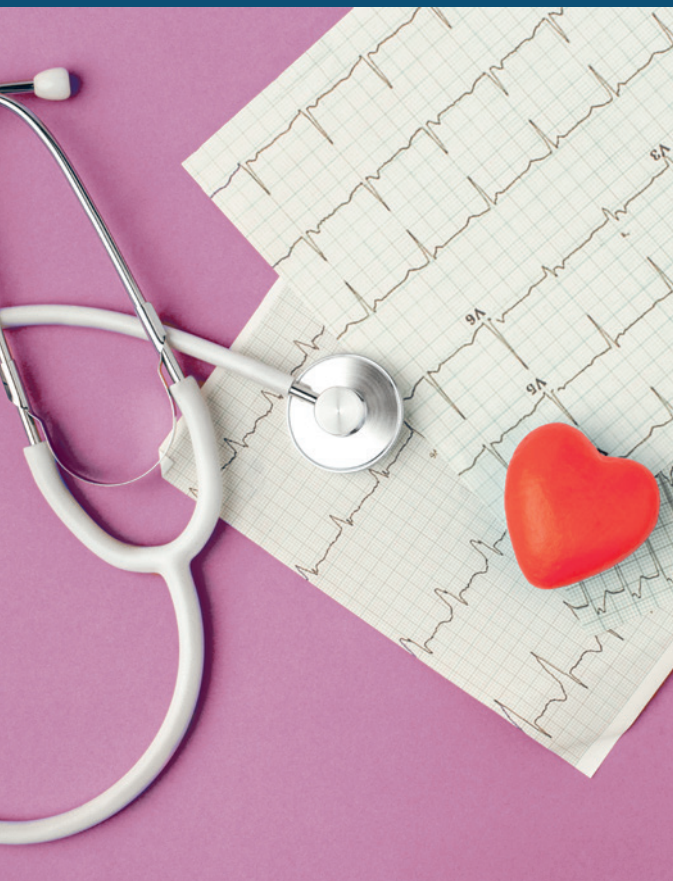


CARDIOLOGIE

Hartrevalidatie



Waarom hartrevalidatie?

Het doormaken van een hartaandoening kan belangrijke lichamelijke, psychische en sociale gevolgen met zich meebrengen.

Onze dienst biedt een **hartrevalidatieprogramma** aan met als doel je zo snel mogelijk terug in goede fysieke en mentale conditie brengen, zodat je je dagelijkse activiteiten weer kan hervatten en je terug vertrouwen krijgt in je eigen lichaam.

Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat hartrevalidatie zorgt voor een verbetering van fysieke fitheid, een verlaging van het risico op nieuwe hartproblemen en een verbetering van de levenskwaliteit.

Voor wie?

Het hartrevalidatieprogramma wordt aangeboden aan patiënten die gehospitaliseerd worden wegens een hartinfarct, een interventie ter hoogte van de kransslagaders (ballondilatatie met stentplaatsing) of een hartoperatie. Ook patiënten met andere welbepaalde hartproblemen (o.a. bepaalde types van hartfalen) kunnen op verwijzing van de behandelend cardioloog deelnemen.

Wat?

Het hartrevalidatieprogramma omvat naast de fysieke revalidatie ook de aanpak van risicofactoren voor nieuwe hartproblemen in de toekomst. Hierbij worden de risicofactoren (roken, hoge bloeddruk, verhoogde cholesterolwaarden, overgewicht, ongezond eetpatroon, te weinig lichaamsbeweging) in kaart gebracht en aangepakt op individueel niveau. Naast behandeling met medicatie zijn meestal belangrijke levensstijlaanpassingen noodzakelijk.

Na een eerste evaluatie door verschillende leden van het revalidatieteam wordt je dossier op de teamvergadering besproken. Op basis van jouw jouw specifieke hartprobleem, het resultaat van de inspanningstest die gebeurt aan het begin van de revalidatieperiode en de risicofactoren wordt een individueel traject voorgesteld.

Het betreft een **multidisciplinaire aanpak** waarbij volgende zaken aan bod komen:

Fysieke training

Onder begeleiding van een kinesitherapeut ga je drie maal per week een uur in oefentherapie. De oefeningen zijn gericht op de verbetering van de fysieke conditie en de spierkracht. We streven ernaar dat bewegen een onderdeel wordt van je dagelijks leven, als hoeksteen van een gezonde levensstijl.

Dieetadvies

Je gaat bij aanvang van de revalidatieperiode langs bij een diëtist die je voedingstoestand aan de hand van een voedingsanamnese in kaart brengt en in overleg met jou een dieetadvies voorziet. Er is een opvolgconsult voorzien tijdens de ambulante revalidatieperiode.

Psychologische begeleiding

Er vindt een gesprek plaats bij de psycholoog van het revalidatieteam. Daarnaast vragen we je om een vragenlijst in te vullen om een indruk te krijgen over de mogelijke effecten van de hartaandoening op je levenskwaliteit en je psychisch welbevinden. Zo nodig kunnen bijkomende sessies worden voorzien voor stresshantering, ziekteverwerking, enzovoort. Als je op het moment van de diagnose rookte, kan je bij onze tabakoloog terecht voor rookstopbegeleiding.

Sociale ondersteuning

De maatschappelijk assistent bespreekt met jou een aantal praktische zaken, zoals werkhervatting, transport tijdens de mogelijke periode van rij-ongeschiktheid, en een aantal financiële aangelegenheden zoals de kostprijs van de revalidatie en de terugbetaling door de mutualiteit.

Je afspraken

Start revalidatietraining in de kinezaal

Datum	Uur

Raadpleging diëtist (aanmelden aan onthaal)

Datum	Uur

Fietstest (spiro-ergometrie). Aanmelden aan het secretariaat inwendige geneeskunde)

Datum	Uur

Afspraak bij je behandelend cardioloog

Datum	Uur

Raadpleging psycholoog of tabakoloog (aanmelden aan onthaal)

Datum	Uur

Meer informatie of een afspraak maken?

Aarzel niet om contact op te nemen.

Secretariaat Inwendige geneeskunde

☎ 050 36 51 55

✉ sec.hartrevalidatie@stlucas.be

📍 Route A 007 - gelijkvloers

Hartrevalidatie - Kinezaal

☎ 050 36 50 50

✉ sec.hartrevalidatie@stlucas.be

📍 Route B 050 - gelijkvloers



AZ Sint-Lucas Brugge

📍 Sint-Lucaslaan 29, 8310 Brugge

☎ 050 36 91 11 ✉ info@stlucas.be 🌐 www.stlucas.be