

Poliklinische revalidatie

Informatie voor patiënten die revalideren bij Basalt Alphen aan den Rijn. Basalt is gevestigd in een vleugel van het Alrijne Ziekenhuis.



Inhoudsopgave

Inleiding	3
Het behandelteam	4
Uw naaste omgeving	5
Het revalidatieproces	6
Weekrooster en afspraken	7
Vergoeding en vervoer	8



Inleiding

Poliklinische revalidatie is bedoeld voor mensen die door ziekte of handicap ernstige problemen ondervinden in hun dagelijkse bezigheden, zoals lopen, het huishouden, wonen, werken, hobby's of vervoer. Revalidatie helpt u manieren te vinden om deze alledaagse bezigheden toch zo zelfstandig mogelijk te kunnen doen.

Poliklinische revalidatie betekent dat u meerdere keren per week naar Basalt komt. Een behandeling op de polikliniek duurt gemiddeld drie maanden. Afhankelijk van uw situatie kan dit korter of langer zijn.

De basis van uw revalidatie bestaat uit individuele- en groepsbehandelingen door behandelaren van verschillende disciplines. Samen met hen werkt u aan de doelen die u samen hebt afgesproken. Uw inbreng is hierbij onmisbaar. Wat zijn voor u problemen waar u graag hulp bij krijgt? Waar loopt u thuis tegenaan? De behandelaars zoeken dan met u naar oplossingen en oefenen met u. Dit kan bijvoorbeeld in een trainingsruimte of in een behandelkamer.

We wensen u veel succes met uw revalidatie.

Team Basalt



Het behandelteam

U wordt behandeld door een team van behandelaars die nauw met elkaar en met u samenwerken.

Afhankelijk van uw situatie bepaalt de revalidatiearts in overleg met u welke disciplines betrokken worden bij uw revalidatie. Dit kunnen zijn:

- revalidatiearts
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- maatschappelijk werker
- logopedist
- psycholoog
- orthopedisch instrumentmaker
- orthopedisch schoenmaker

Revalidatiearts

De revalidatiearts is coördinator van het behandelteam en eindverantwoordelijk voor uw revalidatiebehandeling. Aan de hand van uw mogelijkheden en wensen bepaalt de revalidatiearts in overleg met u voor welke therapieën en begeleiding u in aanmerking komt. Aan het begin, na teamoverleg en aan het einde van uw revalidatie heeft u een gesprek met de revalidatiearts. Als u tussentijds behoefte heeft aan overleg met de arts, kunt u een afspraak maken via het secretariaat.

Basalt is opleidingscentrum voor revalidatieartsen. Incidenteel kunt u te maken krijgen met een arts-assistent. De arts-assistent wordt altijd begeleid door de revalidatiearts.

Fysiotherapeut

Bij de fysiotherapie leert u hoe u (weer) op een goede, makkelijke en veilige manier kunt bewegen. Daarbij wordt gekeken naar kracht, lenigheid, evenwicht en conditie. Ook besteedt de fysiotherapeut aandacht aan bewegingsgevoel, belasting/belastbaarheid en ontspanning. De behandeling bestaat uit zowel

individuele oefentherapie als therapie in groepsverband. Zo nodig adviseert de fysiotherapeut u over loophulpmiddelen en leert u hiermee omgaan.

Ergotherapeut

Vanwege een ziekte of aandoening kunnen alledaagse handelingen een grote opgave zijn. Bijvoorbeeld zelfverzorging, eten, drinken, huishouden, werken, hobby of vervoer. De ergotherapeut helpt u om activiteiten die problemen opleveren zo zelfstandig mogelijk uit te voeren. Dit gebeurt op een praktische manier. Bijvoorbeeld door handelingen opnieuw of op een andere manier aan te leren. Ook adviseert de ergotherapeut hoe u uw energie zo efficiënt mogelijk kunt benutten. Zonodig adviseert de ergotherapeut u bij het aanvragen van hulpmiddelen en aanpassingen en leert u hiermee omgaan.

Maatschappelijk werker

Door uw ziekte of aandoening kan er veel veranderen in uw leven en dat van de mensen om u heen. De maatschappelijk werker onderzoekt samen met u en/of de mensen in uw directe omgeving welke invloed uw beperking heeft op uw leven en hoe u daar mee kunt omgaan. Daarnaast biedt de maatschappelijk werker ondersteuning bij het opnieuw vinden van geestelijk evenwicht, perspectief en zingeving in uw leven. Verder kan hij of zij u adviseren over 4 mogelijkheden op het gebied van wonen, vrije tijd, werk, dagbesteding, sociale voorzieningen en financiële regelingen.

Logopedist

De logopedist houdt zich bezig met problemen op het gebied van stem, taal, spraak, gehoor en slikken. Door een hersenbeschadiging kunt u bijvoorbeeld problemen hebben met begrijpen, lezen of praten. U kunt ook problemen ondervinden bij het eten en drinken, bijvoorbeeld bij kauwen en slikken. Door oefeningen en adviezen helpt de logopedist om functies te herstellen of te verbeteren. Zonodig adviseert de logopedist u over hulpmiddelen die communicatie, eten en drinken vergemakkelijken.



Psycholoog

Uw ziekte of aandoening kan effect hebben op hoe u zich voelt en hoe u tegen gebeurtenissen in het dagelijks leven aankijkt. Door middel van gesprekken kan de psycholoog samen met u proberen nieuw evenwicht te vinden. Bij een hersenbeschadiging kan een neuropsychologisch onderzoek worden uitgevoerd. Dat bestaat uit een gesprek en het afnemen van tests. Zo wordt bekeken welke gevolgen de hersenbeschadiging heeft op bijvoorbeeld uw geheugen en concentratievermogen. Met deze gegevens kan de psycholoog u adviseren en begeleiden bij het oppakken van activiteiten.

Baliemedewerkers

Bij de balie werken medisch secretaresses en een planner, die het behandelteam ondersteunen. De medisch secretaresse is de schakel tussen u en de revalidatiearts en tussen u en de planner en ondersteunt de arts en het team secretariael. De planner maakt wekelijks uw therapierooster op basis van het de door de revalidatiearts voorgeschreven therapieën.

Orthopedisch instrumentmaker, orthopedisch schoenmaker

De orthopedisch instrumentmaker en orthopedisch schoenmaker zijn niet in dienst van Basalt, maar werken zonnig samen met het behandelteam. De orthopedisch instrumentmaker maakt lichaamsgebonden hulpmiddelen zoals protheses (kunstledematen). De orthopedisch schoenmaker maakt aangepaste schoenen en schoenzooltjes.

Uw naaste omgeving

Vaak heeft een ziekte of handicap ook gevolgen voor de mensen in uw directie omgeving, bijvoorbeeld partner, ouders of kinderen. Belangrijk is dat u samen met hen met de veranderde situatie leert omgaan. Daarom zijn zij welkom om op eigen initiatief of op uitnodiging van het behandelteam met u mee te komen naar het revalidatiecentrum. Ook is een meeloopdag voor uw naasten mogelijk. Zij wonen dan de behandelingen en begeleidingsgesprekken bij.



Het revalidatieproces

Kennismakingsgesprek met de revalidatiearts

Voorafgaand aan uw revalidatie heeft u een gesprek met de revalidatiearts. Deze neemt uw vragen en medische gegevens met u door, eventueel aangevuld met een kort lichamelijk onderzoek. Afhankelijk van uw mogelijkheden, beperkingen en wensen bespreekt de arts welke behandelaars u tijdens uw revalidatie ondersteunen en hoe vaak u hen zult zien.

Onderzoeksfase

De eerste weken van uw revalidatie bestaan uit kennismaking en onderzoek. Uw behandelaars vertellen wat u van hen kunt verwachten en wat er van u verwacht wordt. Daarnaast nemen zij uw vragen en verwachtingen met u door. Vervolgens brengen zij uw mogelijkheden en beperkingen in kaart. Hiervoor gebruiken zij diverse onderzoeken en tests. Aan de hand van de verzamelde gegevens stelt iedere hulpverlener, samen met u behandeldoelen op. Die vormen het uitgangspunt voor uw revalidatie.

Teamoverleg

Aan het eind van de onderzoeksfase hebben uw behandelaars een gezamenlijk teamoverleg onder leiding van de revalidatiearts. Hierin stemmen zij de behandeldoelen op elkaar af en formuleren zij een revalidatieplan voor de komende periode. Na dit overleg heeft u een afspraak met de revalidatiearts om het behandelplan te bespreken en overeenstemming over te krijgen. Hierbij is iemand uit uw naaste omgeving van harte welkom. Ongeveer iedere zes weken vindt vervolgoverleg plaats. Daarin wordt de voortgang van uw revalidatie besproken en zo nodig worden de revalidatiedoelen bijgesteld, in overleg met u.

Therapierooster

In de week vóór uw revalidatie, ontvangt u een therapierooster. Hierop staan uw afspraken met de verschillende behandelaars. De afspraken worden op één of meerdere dagen in de week gepland. Doorgaans duren individuele therapieën een half uur en begeleidingsgesprekken met maatschappelijk werk of psycholoog een uur. Afspraken worden zoveel mogelijk aansluitend gepland, tenzij rusttijd tussen de therapieën gewenst is. Tijdens uw revalidatie ontvangt u aan het eind van iedere week een nieuw therapierooster met uw afspraken voor de volgende week.

Behandeling en begeleiding

De basis van uw behandeling bestaat uit individuele behandelingen, aangevuld met groepsbehandelingen. Samen met de behandelaars werkt u aan de doelen die u met hen heeft besproken. Uw inbreng is hierbij onmisbaar. U kunt bijvoorbeeld aangeven waar u thuis tegenaan loopt met uw behandelaars bespreken. Zij zoeken dan met u naar een oplossing of zullen de situatie met u oefenen. Mogelijke groepsbehandelingen:

Hydrotherapie

Hydrotherapie (fysiotherapie in het zwembad) geven we in groepsverband met maximaal zes personen. In het water kunt u zich vaak makkelijker bewegen. Onder begeleiding van een fysiotherapeut werkt u aan uw revalidatiedoelen. De nadruk kan liggen op lopen, zwemmen, conditie, kracht of ontspanning. Hydrotherapie vindt plaats in het doelgroepen bad van zwembad de Hoorn.

Ontspanningsgroep

Diverse factoren kunnen voor spanningen zorgen die uw herstel in de weg staan. Het is daarom belangrijk om spanningen aan te pakken. Tijdens de ontspanningsgroep leert u zich te ontspannen. Dit vindt plaats in een groep van maximaal zes personen.



Schrijfgroep

De schrijfgroep is voor iedereen die problemen met schrijven heeft. Een ergotherapeut en/of logopedist begeleiden de groep die uit twee tot vier personen bestaat. Afhankelijk van uw mogelijkheden leert u weer met uw oorspronkelijke schrijfhand of met uw andere hand schrijven. Hierbij wordt o.a. gelet op zithouding en pengreep. Ook wordt aandacht geschonken aan de taalkundige kant van het schrijven. Naast gezamenlijke oefeningen kan iedereen op eigen niveau aan zijn doelstellingen werken.

Loopgroep

Binnen de loopgroep wordt de sta- en loopvaardigheid getraind van patiënten die een hulpvraag hebben op het gebied van lopen en/of balans.

Afronding

Aan het einde van uw poliklinische revalidatie bereidt u zich voor op de periode na de behandeling. Samen met uw behandelaars inventariseert u wat u nodig heeft om na uw revalidatie optimaal te kunnen functioneren. Zo nodig begeleiden zij u bij het aanvragen van hulpmiddelen, voorzieningen of thuiszorg. Ook overleggen zij met u of vervolgbehandeling of nazorg nodig is en verzorgen een overdracht naar eventuele nieuwe behandelaars in de eerstelijns gezondheidszorg. De revalidatiearts schrijft een eindverslag naar uw huisarts en eventueel andere betrokken specialisten.

Weekrooster en afspraken

Wachttijst

Een indicatie van de wachttijden kunt u vinden op www.basaltrevalidatie.nl. Wilt u een indicatie voor een wachttijd die niet in het overzicht staat, stuurt u dan een e-mail naar info@basaltrevalidatie.nl.

Bereikbaarheid

Basalt bevindt zich op de begane grond van het Alrijne Ziekenhuis in Alphen aan den Rijn. Bij de receptie wijst men u de weg. Het revalidatiecentrum heeft bestemmingsnummer 64, u volgt de routebordjes met dit nummer.

Afspraak wijzigen

Als u uw afspraak met een behandelaar/therapeut wilt afzeggen of wijzigen kunt u tussen 8.00- 16.30 uur bellen met de balie van Basalt in Alphen aan den Rijn op telefoonnummer 0172 - 467090. De balie is helaas niet continue bemand. In dat geval kunt u uw boodschap inspreken op het antwoordapparaat. U wordt dan zo snel als mogelijk teruggebeld.

Therapierooster

Met de revalidatiearts heeft u besproken voor welke therapieën en begeleiding u in aanmerking komt. Aan de hand hiervan maakt de planner iedere week een therapierooster met daarop uw afspraken voor de volgende week. Iedere woensdag sturen wij u het therapierooster per post toe.

Nakomen van afspraken

Om zo veel mogelijk profijt te hebben van uw revalidatie is het belangrijk dat u geplande afspraken nakomt. Wij verzoeken u om altijd op de afgesproken tijd aanwezig te zijn. Maakt u uw privé-afspraken alstublieft buiten de therapietijden. Vooraf aan uw revalidatie kunt u bij de balie aangeven op welke dagen u absoluut niet kunt revalideren, bijvoorbeeld vanwege werk of opleiding. Wij vragen om een beschikbaarheid van zeven dagdelen per week.



Als u tijdens uw revalidatie incidenteel dringende verplichtingen elders heeft, geef die dan uiterlijk 2 weken van tevoren door bij de balie. Wij proberen dan om uw afspraken te verzetten. Wanneer u door bijvoorbeeld ziekte onverwacht verhinderd bent, dient u indien mogelijk 24 uur van tevoren af te bellen. Telefoon: 0172 – 46 70 90.

Vakanties van maximaal 1 week

Tijdens uw revalidatieproces staan uw behandeldoelen centraal en kunt u, zonder vooroverleg, maximaal één week vakantie opnemen. U hoeft dit vooraf niet te overleggen, wel willen wij dit 4 weken voorafgaand aan uw vakantie weten zodat wij er rekening mee kunnen houden, bijvoorbeeld wat betreft bezetting. U kunt uw vakantieplannen ook weer aangeven bij de balie. 8

Vakanties langer dan 1 week

Bij vakanties langer dan één week is met u afgesproken dat u hiervoor advies vraagt aan uw behandelend arts. Hiervoor kunt u uiterlijk 6 weken voor uw geplande vakantie een verzoek indienen bij de medewerkers van de balie. Zij zullen uw verzoek met de revalidatiearts bespreken. Indien de arts van mening is dat de vakantie uw revalidatieproces te veel zal onderbreken, hoort u dat binnen 2 weken van de arts. Zonder tegenbericht kunt u met een gerust hart op vakantie gaan. Het is wel mogelijk dat u na terugkomst van uw vakantie enige tijd moet wachten alvorens u opnieuw kan worden ingepland.

Wijzigingen van persoonlijke gegevens

Wij vragen u om wijzigingen in uw persoonlijke gegevens zo spoedig mogelijk aan de balie door te geven, ook na uw revalidatie. Bijvoorbeeld bij verandering van adres, (mobiel) telefoonnummer en zorgverzekeraar. Zo kunnen wij u en degenen die bij uw revalidatie zijn betrokken optimaal informeren.

Vergoeding en vervoer

Vergoeding van revalidatie

Uw zorgverzekeraar vergoedt de kosten van de revalidatie. Het is mogelijk dat u tijdens of na de revalidatie thuis een rekening ontvangt. Deze hoeft u niet zelf te betalen, maar kunt u direct doorsturen naar uw zorgverzekeraar. Wel zal uw zorgverzekeraar een eigen risico in rekening brengen.

Vervoerskosten

U dient zelf te zorgen voor vervoer van en naar het revalidatiecentrum. Vervoerskosten worden doorgaans niet vergoed door de zorgverzekeraar. Wel kunt u uw vervoerskosten opgeven bij de Belastingdienst onder 'buitengewone uitgaven'.

De zorgverzekeraar vergoedt alleen de vervoerskosten van mensen die zich uitsluitend met een rolstoel verplaatsen of vanwege blindheid of slechthoortheid niet zelfstandig kunnen reizen. In uitzonderlijke gevallen vergoedt de zorgverzekeraar vervoerskosten als er een onbillijke situatie ontstaat. U kunt bij uw zorgverzekeraar navragen of u in aanmerking komt voor vergoeding van vervoerskosten. Houd daarbij uw polisgegevens bij de hand. Een aantal zorgverzekeraars vraagt om een medische verklaring. Die kunt u aanvragen bij de balie van het revalidatiecentrum.

Vervoerskosten

U dient zelf te zorgen voor vervoer van en naar het revalidatiecentrum. Vervoerskosten worden doorgaans niet vergoed door de zorgverzekeraar. Wel kunt u uw vervoerskosten opgeven bij de Belastingdienst onder 'buitengewone uitgaven'.

De zorgverzekeraar vergoedt alleen de vervoerskosten van mensen die zich uitsluitend met een rolstoel verplaatsen of vanwege blindheid of slechthoortheid niet zelfstandig kunnen reizen. In uitzonderlijke gevallen vergoedt de zorgverzekeraar vervoerskosten als er een onbillijke situatie ontstaat. U kunt bij uw zorgverzekeraar navragen of u in aanmerking komt voor vergoeding van vervoerskosten. Houd daarbij uw polisgegevens bij de hand. Een aantal zorgverzekeraars vraagt om een medische verklaring. Die kunt u aanvragen bij de balie van het revalidatiecentrum.



Vervoersmiddelen

Basalt, locatie Alrijne Ziekenhuis in Alphen aan den Rijn, is bereikbaar met de streekbus.

Daarnaast kunnen alle inwoners van Alphen aan den Rijn, Boskoop, Hillegom, Kaag en Braassem, Leiden, Leiderdorp, Lisse, Leiden, Leiderdorp, Nieuwkoop, Noordwijk, Noordwijkerhout, Oegstgeest, Rijnwoude, Teylingen, Voorschoten en Zoeterwoude gebruik maken van een aanvullend openbaar vervoersysteem dat het midden tussen de bus en de taxi houdt. In al deze gemeenten rijdt de Regiotaxi Holland Rijnland. De Regiotaxi haalt u op en brengt u naar uw bestemming. Onderweg kunnen andere passagiers instappen en naar hun bestemming gebracht worden. Hierdoor liggen de prijzen lager dan bij gewone taxi's. De Regiotaxi rijdt van deur tot deur volgens het OV-zonesysteem. U weet daardoor bij uw reservering wat uw rit precies gaat kosten.

De Regiotaxi is toegankelijk voor mensen met een rolstoel en scootmobiel en heeft (een voorziening voor) een lage instap. Neemt u hulpmiddelen (bijv. een rolstoel of rollator) of een hulphond mee, meldt u dat dan bij de aanvraag. Mensen met een OV-begeleiderspas mogen gratis een begeleider meenemen. Kunt u ingevolge de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) aanspraak maken op een vervoersvergoeding en een vervoerspas voor de Regiotaxi, dan kunt u tegen een gereduceerd tarief van dit vervoersysteem gebruik maken (de gemeente draagt dan het resterende deel bij). De aanvraag hiervoor kunt u doen bij het WMO loket van uw gemeente.

