

Poliklinische revalidatie Basalt Leiden

Informatie voor patiënten die revalideren bij Basalt
Leiden



Inhoudsopgave

Het behandelteam	4
Uw naaste omgeving	6
Het revalidatieproces	6
Behandeling en begeleiding	7
Weekrooster en afspraken	9
Vergoeding en vervoer	10



Welkom bij Basalt

Poliklinische revalidatie is bedoeld voor mensen die door ziekte of handicap problemen hebben met hun dagelijkse activiteiten, zoals lopen, het huishouden, werken, hobby's of vervoer. Revalidatie helpt u manieren te vinden om toch zo veel mogelijk zelf te kunnen (zelfstandig leven).

Poliklinische revalidatie betekent dat u één of meer keren per week naar Basalt komt. Een behandeling op de polikliniek duurt gemiddeld drie maanden. Het hangt van uw situatie af of dit korter of langer is. De basis van uw revalidatie bestaat altijd uit één op één behandelingen door verschillende soorten behandelaars. Samen met hen werkt u aan de doelen die u samen hebt afgesproken.

Uw inbreng is hierbij heel belangrijk. Wat zijn voor u problemen waar u graag hulp bij krijgt? Wat wilt u graag bereiken? Het behandelteam gaat daar dan samen met u aan werken. Dit kan bijvoorbeeld in onze trainingszalen, in een behandelkamer of buiten. Naast één op één behandelingen zijn er, afhankelijk van de hulp die u nodig heeft, ook groepsbehandelingen mogelijk.

In dit informatieblad vindt u meer informatie over:

- uw behandelteam
- betrekken van uw naaste omgeving bij de behandeling
- het revalidatieproces
- weekrooster en afspraken



Het behandelteam

U wordt behandeld door een team van behandelaars die met elkaar en met u samenwerken. Het hangt van uw situatie af welke behandelaars betrokken zijn bij uw revalidatie. Dit kunnen zijn:

- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- maatschappelijk werker
- logopedist
- psycholoog
- orthopedisch instrumentmaker
- orthopedisch schoenmaker
- diëtist
- bewegingsagoog
- seksuoloog

Revalidatiearts

De revalidatiearts is de persoon die overzicht heeft en zorgt dat alles goed gaat met het behandelteam en uw revalidatiebehandeling. Aan de hand van uw mogelijkheden en wensen bepaalt de revalidatiearts in overleg met u welke therapieën en begeleiding u kunt doen. 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.

Omdat wij ook een opleidingscentrum zijn kunt u ook 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 en makkelijke manier kunt bewegen. Daarbij wordt gekeken naar kracht, lenigheid, evenwicht en conditie. Ook besteedt de fysiotherapeut aandacht aan bewegingsgevoel, belasting/belastbaarheid en ontspanning. Één op één oefentherapie vormt een belangrijk onderdeel van de fysiotherapie, maar het is ook mogelijk om in groepsverband deel te nemen. Als het nodig is 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 voor u zelf zorgen, 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 door bijvoorbeeld handelingen opnieuw of op een andere manier aan te leren. Ook adviseert de ergotherapeut u hoe u uw energie zo nuttig mogelijk kunt benutten. Als het nodig is 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 daarmee kunt omgaan. Daarnaast biedt de maatschappelijk werker ondersteuning bij het opnieuw vinden van geestelijk 5 evenwicht, perspectief en zingeving in uw leven. Verder kan hij of zij u adviseren over 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 ervaren bij het eten en drinken, bijvoorbeeld bij kauwen en slikken. Door oefeningen en adviezen helpt de logopedist om functies te herstellen of te verbeteren. Wanneer nodig adviseert de logopedist u over hulpmiddelen die communicatie, eten en drinken makkelijker maken.

Psycholoog

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

Diëtist

Wanneer u door uw ziekte een dieet of aangepaste voeding nodig heeft, krijgt u te maken met een diëtist. Een diëtist geeft u advies over uw voedingspatroon.

Bewegingsagoog

De bewegingsagoog leert u hoe u zich het beste kunt bewegen en helpt u bij het verbeteren van kracht, evenwicht, coördinatie en uithoudingsvermogen. De bewegingsagoog laat u denken in termen van wat mogelijk is in plaats van wat niet mogelijk is. De bewegingsagoog kan u ook helpen bij het vinden van een sport die u zou kunnen gaan doen. Heel belangrijk daarbij is dat het een sport is die u leuk vindt, zodat u hier ook na de revalidatie mee doorgaat en actief blijft.

Seksuoloog

Door ziekte of beperkingen kunt u zich tegengehouden voelen in uw seksuele beleving. U kunt naar behoefte een afspraak aanvragen met onze seksuoloog. Met of zonder uw partner.

Orthopedisch instrumentmaker, orthopedisch schoenmaker

De orthopedisch instrumentmaker en orthopedisch schoenmaker zijn niet in dienst van Basalt, maar werken samen met de behandelteams. 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. Dit kan ook een artsassistent zijn die onder begeleiding van de revalidatiearts werkt. 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. Tevens informeert de arts u over een eventuele wachtlijst.

Onderzoeksfase

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

Teamoverleg

Aan het eind van de onderzoeksfase hebben uw behandelaars samen teamoverleg onder leiding van de revalidatiearts. Hierin stemmen zij de doelen van uw behandeling op elkaar af en beschrijven zij een revalidatieplan voor de komende periode. Na dit overleg heeft u een afspraak met de revalidatiearts om dit met u te bespreken. Hierbij is iemand uit uw naaste omgeving van harte welkom. Ongeveer iedere zes weken vindt vervolgoverleg plaats. Daarin bespreken uw behandelaars de voortgang van uw revalidatie. Als het nodig is stellen zij eventueel (in overleg met u) uw revalidatiedoelen bij.

Therapierooster

Twee weken vóór uw revalidatie, ontvangt u een therapierooster via de post of via uw patiënten portaal van Basalt. Hierop staan uw afspraken met verschillende behandelaars. De afspraken worden op één of meerdere dagen in de week gepland. Doorgaans duren één op één 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 twee weken vooruit. Afspraken met de arts zijn zes maanden vooruit in te zien in uw patiënten portaal van Basalt.



Behandeling en begeleiding

De basis van uw revalidatie bestaat uit één op één behandelingen. Naast één op één behandelingen zijn er, afhankelijk van uw hulpvraag, ook groepsbehandelingen mogelijk zoals:

Conditiegroep/Fitnessgroep

De conditie- en fitnessgroep zijn sportgroepen waarin de kracht, conditie en balans wordt verbeterd met fitnessoefeningen. De oefeningen die u gaat doen zijn onderdeel van een persoonlijk beweegschema en deze heeft u al eerder gedaan met de vaste fysiotherapeut. Tijdens de lessen is altijd een fysiotherapeut aanwezig die begeleiding en aanwijzingen geeft.

Loopgroep

Tijdens de loopgroep wordt op verschillende wijzen het niveau van lopen getraind. Door groepsactiviteiten met veel afwisseling worden het staan, lopen, zitten en opstaan op verschillende manieren geoefend.

Hydrotherapie

Hydrotherapie, of wel zwemtherapie, is een vorm van oefentherapie waarin het zwemmen kan worden geoefend. Doordat de bodem op de goede hoogte kan worden gezet kan op eigen niveau in het warme water worden gezwommen. Hydrotherapie is één op één therapie en wordt begeleid door een fysiotherapeut of bewegingsagoog.

Zwemgroep

In de zwemgroep wordt zelfstandig gezwommen in groepsverband. Er is een bewegingsagoog aanwezig, maar iedereen gaat één op één aan de slag op zijn eigen niveau.

Belast (maar) in Balans groep

Tijdens de groepsles wordt aandacht besteed aan Vermoeidheid wat invloed heeft op dagelijkse

activiteiten. Na het volgen van de module Belast(maar) in balans heeft u inzicht in wat u kunt. En kunt u de praktische adviezen toepassen in uw dagelijks leven om tot een betere balans te komen. Dit zijn zes bijeenkomsten in een groep van maximaal vijf deelnemers.

Arm-handtraining (CARAS)

Het groepsprogramma CARAS is een revalidatieprogramma met als doel het leren omgaan met uw aangedane arm en hand, deze te gebruiken bij uw dagelijkse activiteiten en het verbeteren van uw bewegingsvaardigheden. Gedurende zes weken oefent u dagelijks 1 tot 1,5 uur. Elke week werkt u aan een doel dat u samen met de behandelaar stelt. Dit is een activiteit die u graag beter wilt kunnen, bijvoorbeeld een boterham smeren, veters strikken of een spijker in de muur slaan. Elke week begint met een onderzoek naar hoe u deze activiteit nu uitvoert. Daarna gaat u met gerichte oefeningen aan de slag om uw doel te behalen.

Communicatiegroep

De groep is gericht op het verbeteren van de alledaagse communicatie. Met verschillende opdrachten en spelletjes oefent u hoe u een boodschap kan overbrengen, hoe u een boodschap beter kan begrijpen en hoe u voldoende verstaanbaar kan spreken. Dit vindt plaats in groepsverband van maximaal zes personen en onder begeleiding van een logopedist.

PPEP4ALL

De PPEP4ALL is een programma voor mensen met een (chronische) ziekte, de patiënt en/of zijn of haar partner/mantelzorger. Het doel is, via het aanbieden van informatie en het aanleren van managementstrategieën, de patiënt en/of partner in staat te stellen de juiste balans te vinden tussen wat de ziekte van hen als persoon vraagt en hoe ze hun leven wil leiden. Het uitgangspunt is autonomie (zelf bepalen wat je doet) en het bevorderen van eigen regie.



Feedback

We vragen u om gemotiveerd te zijn want revalidatie gaat niet vanzelf. Tijdens de behandeling vragen we u ook om steeds actief mee te denken. Geef uw ervaringen aan de behandelaars, stel uw vragen en geef aan hoe u de dingen meemaakt en voelt. De behandelaars zullen u daarop zo goed mogelijk informeren, adviseren en de begeleiding richten op uw persoonlijke situatie. Op die wijze kunnen we samen uw persoonlijke doelen waarmaken.

Extra oefenen om meer uit uw revalidatie te halen

Tijdens uw behandeling kunt u in sommige gevallen gebruik maken van 'eRevalidatie'. eRevalidatie is revalidatie via de computer. Het houdt in dat u thuis oefeningen doet met behulp van korte instructiefilmpjes op uw computer, laptop of tablet. Uw behandelaar zet, in overleg met u, filmpjes voor u klaar, die u vervolgens heel gemakkelijk kunt vinden als u inlogt op onze website.

Door tussen de bezoeken aan het revalidatiecentrum thuis extra te oefenen, zult u uw vooruitgang nog meer helpen. Vooral als u een hersenbloeding heeft gehad, is het belangrijk om in de eerste periode van uw herstel zoveel mogelijk te oefenen, om ervoor te zorgen dat u het maximale uit uw herstel haalt.

Als de oefeningen op de computer goed gaan, kunt u, in overleg met uw behandelaar, besluiten om sommige behandelingen in het revalidatiecentrum te vervangen door een oefensessie thuis. Op die manier hoeft u minder naar het revalidatiecentrum te reizen. Het voordeel van thuis oefenen is dat u zelf kunt kiezen op welk tijdstip van de dag u de oefeningen doet.

Niet voor alle behandelvormen en therapieën zijn er eRevalidatie middelen beschikbaar. Informeer bij uw therapeut of eRevalidatie beschikbaar is en of dat zinvol kan zijn om in te zetten in uw revalidatietraject.

Afronding

Aan het einde van uw poliklinische revalidatie bereidt u zich voor op de periode daarna. Samen met uw behandelaars bekijkt u wat u na uw revalidatie nodig heeft. Als het nodig is 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. De revalidatiearts schrijft een eindverslag naar uw huisarts en eventueel andere betrokken artsen.



Weekrooster en afspraken

Het is voor een effectieve behandeling belangrijk dat u zeven dagdelen per week beschikbaar bent. Uitsluitend tijdens de intake bij de arts kunt u aangeven wanneer u structureel niet beschikbaar bent. Op basis van de door u aangegeven beschikbaarheid maken wij een planning. Het wijzigen van uw beschikbaarheid gedurende het behandeltraject is niet gewenst. Het is nadelig voor het maken van een voor u goede planning. Bij tussentijdse wijzigingen is het mogelijk dat u langer moet wachten tussen de behandelingen door.

Therapierooster

Met de revalidatiearts heeft u besproken voor welke therapieën en begeleiding u in aanmerking komt. Aan de hand hiervan maakt de planning een therapierooster met daarop uw afspraken voor twee weken. Op vrijdag kunt u vanaf 00.00 uur uw planning terugvinden in uw patiënten portaal van Basalt. Of wij sturen op uw verzoek een papieren rooster per post naar u toe.

Afspraak wijzigen

Als u uw afspraak met een arts of behandelaar/therapeut wilt afzeggen of wijzigen kunt u 24 uur vóór de afspraak telefonisch contact opnemen met de balie van de afdeling waar u wordt behandeld.

Wij zijn na 24 uur genoodzaakt om een factuur te sturen van € 55,- voor een afspraak die niet is nagekomen of te laat is afgezegd.

Orthopedie, Neurologie en Pijnrevalidatie

Voor het wijzigen van een afspraak met een behandelaar kunt u:
langsgaan bij de afsprakenbalie, direct rechts naast de hoofdingang. De balie is geopend van 8.00 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 16.00 uur
bellen naar tel. 071 - 5195 270 tussen 8.00 en 12.00 uur en 13.00 en 16.00 uur

Voor het wijzigen van een afspraak met een arts kunt u:
langsgaan bij het medisch secretariaat
Volwassenenrevalidatie tussen 8.00 en 17.00 uur
bellen naar tel. 071 - 5195 270 tussen 10.00 en 12.00 uur en tussen 14.00 en 16.00 uur

Hartrevalidatie, Longrevalidatie, Oncologische revalidatie en Covid-revalidatie

Voor het wijzigen van de afspraak met een arts of behandelaar kunt u:
langsgaan bij de afsprakenbalie op de eerste etage. De balie is geopend van 8.00-16.00 uur
bellen naar tel. 071 - 5195 300 tussen 8.00-12.00 uur en 13.30-16.00 uur

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 privéafspraken alstublieft buiten de therapietijden. Vooraf aan uw revalidatie kunt u bij de revalidatiearts en de afsprakenbalie 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 twee weken vooraf door. 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.



Vakanties van maximaal één 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 vier weken voorafgaand aan uw vakantie weten zodat wij rekening kunnen houden met onze planning en bezetting. U kunt dit aangeven bij het balie van de afdeling waar u wordt behandeld.

Vakanties langer dan één week

Bij vakanties langer dan één week is met u afgesproken dat u hiervoor advies vraagt aan uw behandelend arts. Hiervoor kunt u uiterlijk zes weken voor uw geplande vakantie een verzoek indienen bij het medisch secretariaat of bij de afsprakenbalie. Het medisch secretariaat zal het verzoek met de revalidatiearts bespreken. Indien de arts van mening is dat de vakantie uw revalidatieproces te veel zal stoppen, hoort u dat binnen twee weken van de arts. Zonder tegenbericht kunt u met een gerust hart op vakantie gaan. Het is wel mogelijk dat als u terugkomt van uw vakantie u moet wachten voordat u opnieuw kan worden ingepland.

Wijzigingen van persoonlijke gegevens

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

Vergoeding en vervoer

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 is het mogelijk dat uw zorgverzekeraar een eigen risico in rekening brengt.

Vervoer

U dient zelf te zorgen voor vervoer van en naar het revalidatiecentrum. Vervoerskosten worden meestal 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 (niet eerlijke) situatie ontstaat. U kunt bij uw zorgverzekeraar navragen of u in aanmerking komt voor vergoeding van vervoerskosten. Een aantal zorgverzekeraars vraagt om een medische verklaring. Die kunt u aanvragen bij het secretariaat van het revalidatiecentrum.

