

## Wegwijs bij Adelante

De overgang van het ziekenhuis of van huis naar het revalidatiecentrum kan moeilijk zijn. U komt in een voor u onbekende omgeving. Een omgeving ook, waar het karakter van de behandeling geleidelijk verschuift van verzorgd worden naar zelfverzorging. En van behandeld worden naar het zelf behandelen en zaken afhandelen. Deze overgang stelt eisen: aan uzelf, aan de voor u belangrijke personen én aan ons, het team dat u begeleidt bij uw revalidatie. Om dit proces goed te laten verlopen is openheid en overleg nodig: over verwachtingen, inzet, betrokkenheid en alle mogelijke praktische zaken die op uw en ons pad komen. In dit hoofdstuk treft u informatie aan over de komende revalidatieperiode en over het behandelteam: de mensen die zich met uw revalidatie gaan bezighouden.

### Introductie

Wanneer u start met uw revalidatiebehandeling heeft u met een medewerker van het patiëntenservicebureau een introductiegesprek. Tijdens dit gesprek wordt u wegwijs gemaakt in ons revalidatiecentrum en worden alle persoonsgegevens nog eens doorgenomen. U krijgt ook informatie over onze klachtenregeling, de cliëntenraad en over onze huisregels zoals bezoektijden, regels rondom het afzeggen van therapieën en andere praktische zaken.

De informatie die tijdens het gesprek aan bod komt, vindt u ook terug in deze 'persoonlijke behandelwijzer'. Nieuwe informatie die u tijdens uw revalidatieperiode krijgt uitgereikt, kunt u in de behandelwijzer opbergen.

### Dag van opname

Op de dag van uw opname bij Adelante meldt u zich bij het patiëntenservicebureau in de centrale hal. Hier wordt u opgehaald door een verpleegkundige die u begeleidt naar de afdeling waar u zult verblijven. Tevens zal de verpleegkundige u vragen stellen die van belang zijn voor uw verzorging en begeleiding. Natuurlijk is er ook voor u volop gelegenheid om vragen te stellen. In het tweede hoofdstuk in deze map vindt u alvast meer informatie over het therapieprogramma. In veel gevallen gaat u namelijk meteen al op de eerste dag van uw opname aan de slag.

## Persoonlijke begeleiding

Bij uw opname krijgt u een persoonlijke begeleider toegewezen: dat kan een verpleegkundige zijn maar ook een therapeut. Deze persoonlijke begeleider is volledig op de hoogte van de bijzonderheden tijdens uw verblijf bij Adelante. Hij of zij zal regelmatig met u bespreken hoe u de revalidatie ervaart en of u op schema ligt met de doelen die u wilt bereiken. Uw persoonlijke begeleider zal ook samen met u een verslag bijhouden van uw revalidatie. Dit verslag komt in de teambespreking aan de orde. Aan deze bespreking neemt het hele team deel dat betrokken is bij uw behandeling: uw arts, fysiotherapeut, ergotherapeut, maatschappelijk werker en verpleegkundige en eventueel ook uw logopedist en psycholoog. Tijdens de opname krijgt u hier meer informatie over.

## Dagindeling en therapiekaart

Vaste punten in uw dagindeling zijn de therapieën en trainingen, zoals fysiotherapie, ergotherapie en de training van activiteiten van het dagelijkse leven (ADL). Deze therapieën worden door de behandelend arts in overleg met het revalidatieteam voorgeschreven. De meeste afspraken hiervoor worden genoteerd op een therapiekaart, die voor iedere revalidant afzonderlijk wordt samengesteld.

In het algemeen ziet de dagindeling er als volgt uit:

07:00 - 17:00	Lichamelijke verzorging, ontbijt en therapieën volgens therapieschema
Vanaf 16:30 - 18:00	Warme maaltijd voor klinische patiënten
18:00 - 20:30	Bezoektijd op afdeling let op: in De Oase kunt u tot 21.30 uur bezoek ontvangen
23:00 - 07:00	Nachtrust

## Activiteiten van het Dagelijks Leven (ADL)

Vrijwel elke therapiedag begint met ADL. Dit is therapie van dagelijks terugkerende activiteiten zoals wassen, aankleden, toiletbezoek en het nuttigen van de maaltijden. De verpleging helpt, begeleidt en traint u bij deze activiteiten. U bepaalt echter zelf met uw persoonlijke begeleider(s) welke doelen u hebt op het gebied van ADL.

## **Gewenste kleding**

U hoeft geen speciale kleding aan te schaffen voor uw revalidatie. Tijdens de behandelingen draagt u de kleding die u normaal thuis ook draagt. Handdoeken en washandjes evenals beddengoed worden op de afdeling aangereikt. U hoeft alleen uw persoonlijke spullen mee te nemen, zoals (nacht)kleding, schoenen en toiletpullen.

## **Maaltijden**

Zo lang u tijdens uw revalidatiebehandeling hulp nodig heeft bij bijvoorbeeld het eten, nuttigt u uw maaltijden op de afdeling. Zodra het mogelijk is, gaat u de maaltijden in de Oase, het restaurant van Adelante, gebruiken.

## **Wijzigingen in het therapieprogramma**

Gedurende de revalidatiebehandeling ontvangt u elke week een overzicht van uw therapieën voor de daaropvolgende week. Bij eventuele wijzigingen in therapietijden neemt een medewerker van het patiëntenservicebureau contact met u op.

## **Overdracht van gegevens**

Bij de overgang van een klinische behandeling naar dagbehandeling bij Adelante zorgen de medewerkers van het patiëntenservicebureau voor alle formaliteiten, zodat de overgang goed verloopt. U wordt bij het patiëntenservicebureau uitgenodigd om dit samen te bespreken. Wanneer u revalideert bij de afdeling chronische pijn, verloopt de overdracht via deze afdeling.

## **Het behandelteam**

Tijdens de revalidatieperiode werkt u met een groot aantal mensen samen. Dat komt doordat meerdere disciplines bij uw revalidatie betrokken zijn, zoals fysiotherapie en ergotherapie. Dit behandelteam staat onder leiding van de revalidatiearts. Wie verder deel uitmaakt van uw persoonlijk behandelteam is afhankelijk van uw zorgvraag.

## **De revalidatiearts**

De revalidatiearts is eindverantwoordelijk voor de behandeling. Hij of zij coördineert de activiteiten van het revalidatieteam en is aanspreekpunt en contactpersoon met betrekking tot de behandeling. De revalidatiearts heeft de volgende taken:

- het geven van medische informatie over de behandeling.
- het verrichten van een medisch onderzoek bij de opname. Dit onderzoek bestaat uit een vraaggesprek en een lichamelijk onderzoek, dat als dat nodig is aangevuld wordt met bijvoorbeeld röntgenonderzoek. Tijdens dit eerste onderzoek krijgt u ook informatie over de afdeling en het team; ook worden de eerste behandelplannen geformuleerd.
- het dragen van de verantwoordelijkheid voor uw medische verzorging. Voor vragen op medisch gebied kunt u een afspraak maken met uw behandelend arts.
- het samenstellen van uw revalidatieprogramma. Dit gebeurt in het teamoverleg (na de observatieperiode) samen met de leden van het revalidatieteam. U heeft dan al met de verschillende behandeldisciplines kennismemaakt. Aan de hand van alle bevindingen en uw eigen vragen wordt in dit overleg uw behandelplan opgesteld. Dit plan wordt vervolgens periodiek bij de volgende teambesprekingen (of zo nodig eerder) geëvalueerd en waar nodig bijgesteld. Het revalidatieplan wordt na iedere teambespreking met u doorgesproken. Meer informatie over het behandelprogramma vindt u achter tabblad 2 in deze map.
- de coördinatie van de werkzaamheden van het revalidatieteam.

## **Verpleging**

De verpleging verzorgt u en geeft waar nodig begeleiding aan u en uw partner (of contactpersoon). Hierbij is het belangrijk dat u (uw partner of contactpersoon) aangeeft wat u belangrijk vindt. Voor een succesvolle revalidatie is het goed dat u zelf mede bepaalt hoe u verzorgd, behandeld en begeleid wil worden. Ons motto is “Haal het beste uit jezelf”. Om dit motto vorm te geven, is het belangrijk dat u zaken die u zelf kunt, ook zelf doet. Denk hierbij bijvoorbeeld aan zelf zaken regelen, zelfstandig in De Oase eten, u zelf verzorgen, weekenden thuis doorbrengen en eigen medicatie beheren. Vanzelfsprekend gebeurt dit pas wanneer dit op een veilige manier mogelijk is. De verpleging zal hierover duidelijke

afspraken maken. De verpleging is 24 uur per dag actief op de afdeling. Zij probeert een zo prettig mogelijke sfeer voor u te scheppen, waar u zich ondanks de voor u wellicht moeilijke omstandigheden thuis kunt voelen.

### **Bewegingsagogie**

Met de bewegingsagoog verandert of verbetert u uw manier van bewegen. De therapie bestaat dan ook vooral uit bewegingsactiviteiten; dat kunnen speciale oefeningen zijn maar ook sport- en spelactiviteiten. U oefent bij Adelante in een sport- of oefenzaal, een fitnessruimte, in het zwembad of buiten. In het therapieprogramma houdt de bewegingsagoog vanzelfsprekend rekening met uw mogelijkheden en wensen.

### **Ergotherapie**

De ergotherapeut oefent allerlei praktische, dagelijkse activiteiten. Dit kan variëren van douchen en aankleden tot strijken en koken. Ook het weer oppakken van hobby's, werk en andere dagelijkse bezigheden kunnen tijdens de behandelingen aan bod komen. De ergotherapeut adviseert en probeert zo nodig ook hulpmiddelen met u uit, zoals een rolstoel of het eten met aangepast bestek.

### **Fysiotherapie**

De fysiotherapeut richt zich op het bewegen van het lichaam en de basisvoorwaarden hiervoor zoals kracht, lenigheid, conditie en balans. Vooral door actieve oefentherapie zal geprobeerd worden om het bewegen weer makkelijker te maken; soms zijn hierbij hulpmiddelen noodzakelijk.

### **Logopedie**

De logopedist onderzoekt en behandelt problemen in de communicatie, bij het eten en/of bij het drinken. Communicatieproblemen kunnen bestaan uit een afasie en/of dysarthrie (een taal- en spraakstoornis). Maar u kunt ook problemen ondervinden op het gebied van stem en gehoor. Indien nodig zorgt de logopedist voor een hulpmiddel in de communicatie zoals een communicatieschrift, een taalzakboek of een elektronisch hulpmiddel. Bij eet- en drinkproblemen wordt onder andere gewerkt aan het kauwen en slikken. Daarbij wordt ook aandacht besteed aan de sociale aspecten van de maaltijd. De therapie wordt zowel individueel als in groepsverband gegeven. Ook bestaat de mogelijkheid om zelf te oefenen.

## **Psychologie**

De psycholoog onderzoekt en behandelt cognitieve, emotionele en gedragsmatige problemen die verband houden met uw ziekte of aandoening. Hij of zij probeert samen met u na te gaan hoe u meer grip kunt krijgen op de problemen.

Voor het onderzoek maakt de psycholoog gebruik van gesprekken en testdiagnostiek, zoals een neuropsychologisch onderzoek of persoonlijkheidsonderzoek. Dit onderzoek wordt uitgevoerd door psychologisch assistenten. Maar de psycholoog behandelt zelf, of coördineert behandelingen, die worden uitgevoerd samen met de andere disciplines van het behandelteam. Daarnaast werkt de psycholoog samen met cognitief trainers en trainers op het gebied van sociale vaardigheden van de afdeling psychodiagnostiek en training (PDT).

## **Maatschappelijk werk**

De maatschappelijk werker begeleidt u bij allerlei praktische zaken die voortkomen uit uw zorgvraag. Deze kunnen betrekking hebben op uw woning, werk, inkomen, sociale wet- en regelgeving, scholing, keuringen, schadeclaims of contacten met hulpverleners buiten het revalidatiecentrum. Daarnaast kunt u ook problemen bij de verwerking van de aandoening of handicap en de consequenties ervan voor het dagelijks leven bespreken met de maatschappelijk werker. Desgewenst kan voorlichting en informatie aan uw partner en/of familie worden gegeven. En kan de maatschappelijk werker fungeren als schakel tussen u en hulpverleners buiten het revalidatiecentrum.

## **Diëtist**

De diëtist begeleidt u bij de uitvoering van dieetvoorschriften. Veel mensen voelen zich met een dieet erg beperkt. Door middel van voorlichting krijgt u een ruimere kijk op het hele voedingspatroon.

## **Stagiaires**

Adelante heeft een eigen opleidingscentrum voor o.a. revalidatieartsen. Ook begeleiden wij jonge verplegers en therapeuten bij hun opleiding, zoals fysiotherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten, maatschappelijk werkers, bewegingsagogen, noem maar op. Hierdoor is het goed mogelijk dat u artsen in

opleiding en stagiaires ontmoet bij uw behandelingen. Deze jonge specialisten werken altijd onder de verantwoordelijkheid van een arts of specialist.

### **Opname of poliklinische revalidatiedagbehandeling (rdb)**

Elk behandeltraject bij Adelante kent zijn eigen programma, verloop en duur. Toch zijn er overeenkomsten. Zo starten de meeste behandelingen met een opname in de revalidatiekliniek in combinatie met een intensief revalidatieprogramma. Na uw ontslag uit de kliniek wordt de behandeling voortgezet in de vorm van een poliklinisch revalidatieprogramma. U komt dan een of meerdere dagen in de week naar Adelante voor uw revalidatiebehandelingen en gaat aan het einde van de dag weer naar huis.

Het belangrijkste verschil tussen klinische en poliklinische revalidatie is de intensiteit waarmee de behandelingen plaatsvinden. Naast natuurlijk het feit dat u bij de revalidatiedagbehandeling na de therapieën gewoon naar huis gaat. Verder geldt ook voor de revalidatiedagbehandeling dat de mate waarin de verschillende therapieën ingezet worden van persoon tot persoon kunnen verschillen. En dat de duur van de behandeling kan variëren van enkele weken tot meerdere maanden.

Als het voor uw revalidatie niet nodig is dat u opgenomen wordt bij Adelante, wordt op basis van de intake meteen een individueel poliklinisch behandelprogramma opgezet.

### **Sporten en bewegen als nazorg**

Sport en beweging spelen een belangrijke rol in de revalidatiezorg van Adelante. Maar ook als u klaar bent met uw revalidatieprogramma is het belangrijk dat u in beweging blijft en de opgebouwde conditie op pijl houdt. In het sportgezondheidscentrum van Adelante kunnen kinderen en volwassenen met een beperking of een chronische ziekte onder professionele begeleiding aan hun conditie en gezondheid werken. Niet alleen revalidanten zijn van harte welkom, ook als u niet bij Adelante gerevalideerd hebt maar wel in een professionele omgeving wilt (leren) bewegen kunt u bij het sportgezondheidscentrum aan de slag.

## **Inbreng partner, contactpersoon en familie**

Het behandelteam hecht grote waarde aan een actieve inbreng van u, uw partner (of contactpersoon) en naaste familieleden. De betrokkenheid van uw partner en/of mantelzorger zien wij zelfs als van groot belang voor een succesvolle revalidatie. Uw partner (of contactpersoon) is dan ook altijd welkom op de afdeling en wordt niet als bezoek gezien. Hij of zij mag tijdens de therapieën ook met u mee gaan.

## **Meeloopdagen**

Tijdens uw behandeling in ons revalidatiecentrum wordt uw partner (of contactpersoon) regelmatig uitgenodigd voor een officiële meeloopdag. Op deze dag kan uw partner (of contactpersoon) ook meedoen aan al uw therapieën. Vervolgens vindt er een gesprek met de arts en eventueel met maatschappelijk werk plaats. Aan het begin van uw opname krijgt u meer informatie over de meeloopdagen, zodat uw partner (of contactpersoon) daar in zijn of haar planning rekening mee kan houden. Daarnaast organiseren we ook meeloopdagen voor de overige gezinsleden en kinderen.

## **Patiëntenservicebureau (PSB)**

Het patiëntenservicebureau is gevestigd in de centrale hal van Adelante in Hoensbroek. Hier wordt u ontvangen op de dag van opname of de dag dat uw behandeling start bij Adelante. Cliënten die hun behandeling poliklinisch volgen, melden zich hier aan het begin van elke behandeldag voor nieuwe afspraken of voor wijzigingen in het therapieprogramma. Daarnaast kunt u bij het PSB terecht voor al uw overige vragen over het therapieprogramma of over Adelante. Bijvoorbeeld over een wijziging in uw therapie, het vervoer van en naar Adelante, inzage in uw medisch dossier, het adres van een patiëntenvereniging, enzovoorts. De medewerker van het patiëntenservicebureau zorgt ervoor dat uw vraag beantwoordt wordt of maakt, indien nodig, een afspraak met uw arts of behandelaar.