

## **POLIKLINISCHE LONGREVALIDATIE**

In deze folder leest u meer over het verloop van het  
*poliklinische revalidatieprogramma.*

## **Wat is poliklinische longrevalidatie?**

Longrevalidatie richt zich op het verbeteren van de kwaliteit van leven voor mensen met een chronische longziekte of mensen die een operatie hebben ondergaan vanwege longkanker. Zij kunnen in het dagelijks leven, thuis en op het werk ernstige beperkingen ervaren.

Het programma van de poliklinische longrevalidatie richt zich op het verbeteren van de kwaliteit van leven door;

- Het verbeteren van de lichamelijke conditie.
- Het krijgen van informatie en inzicht in de klachten en beperkingen en hoe met deze klachten en beperkingen om te kunnen gaan

Poliklinische longrevalidatie vindt plaats op het Universitair Centrum voor Chronische Ziekten (UCCZ) Dekkerswald; ingang D. Poliklinisch wil zeggen dat u voor deze behandeling niet wordt opgenomen.

## **Voor wie?**

U komt (mogelijk) in aanmerking voor longrevalidatie:

- Als u een chronische longaandoening heeft en de gebruikelijke (onderzoeken) en behandelingen door uw longarts of huisarts niet voldoen of,
- als u geopereerd bent voor longkanker.

## **Onderzoeken en gesprekken voorafgaand aan de revalidatie**

Om een goed beeld te krijgen van uw gezondheidstoestand worden aan het begin van het programma een aantal onderzoeken verricht en krijgt u een gesprek met de fysiotherapeut. De onderzoeken en het gesprek gaan over de volgende onderwerpen:

### *Dagelijks functioneren*

Met het invullen van vragenlijsten (het Nijmegen Clinical Screening Instrument) meten we uw klachten en beperkingen in het dagelijks leven en uw kwaliteit van leven.

### *Lichamelijk functioneren*

Met een inspanningsonderzoek door middel van een fietstest (ergometrie) en een longfunctieonderzoek meten we uw lichamelijk functioneren en uw longcapaciteit/conditie.

### *Dagelijks activiteitenpatroon*

Uw dagelijks activiteitenpatroon meten we met de Aktometer. Dit is een apparaatje ter grootte van een lucifersdoosje dat u gedurende twee weken om uw enkel draagt.

### *Fysiotherapeut*

De fysiotherapeut voert met u een aanvullend intakegesprek en meet uw spierkracht.

Uitgebreide informatie over de onderzoeken leest u in de uitnodigingsbrief voor de intake die u na aanmelding ontvangt.

## **Waaruit bestaat het revalidatieprogramma?**

### *De eerste 10 weken*

Het programma duurt 10 weken. De eerste 6 weken vindt dit plaats op de maandag-, woensdag- en vrijdagmiddag. De laatste 4 weken is dit alleen op de maandag- en woensdagmiddag. Op de maandagmiddag wordt ook educatie gegeven.

### *Terugkommiddag*

Na drie en zes maanden vindt er een 'terugkommiddag' plaats, waarbij we met u bespreken hoe het na de revalidatieperiode met u is gegaan. Ook nemen we de uitslagen van de vragenlijsten door en voeren we opnieuw een looptest uit. Zo kunnen we bepalen of u op de goede weg bent, of dat er aanpassingen gedaan moeten worden. Uw eigen ervaringen helpen hierbij.

## **Hoe meld ik me aan?**

U kunt de longarts vragen of dit revalidatieprogramma geschikt voor u is. De longarts verwijst u dan naar het spreekuur van de longverpleegkundige in het UCCZ die u nader kan informeren. Meer informatie vindt u in de folder 'screening voorafgaand aan longrevalidatie'.

## **Zijn er kosten verbonden aan de longrevalidatie?**

Uw ziektekostenverzekeraar vergoedt de poliklinische longrevalidatie.

## **Heeft u nog vragen?**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen dan kunt u contact opnemen met de coördinator van het longrevalidatieprogramma.

## **Telefoonnummer**

Coördinator longrevalidatieprogramma: (024) 68 59 530.