

# Revalideren

op de Patiënteneenheid Dwarslaesie

Sterk *in beweging*

## **Inleiding**

U revalideert in de Sint Maartenskliniek of u gaat binnenkort revalideren in de Sint Maartenskliniek op de Patiënteneenheid (PE) Dwarslaesie. Tijdens de revalidatie staat centraal wat u wilt bereiken. Samen met verschillende behandelaars maakt u een revalidatieplan dat zo goed mogelijk aansluit bij uw persoonlijke situatie en de doelen die u wilt en kunt bereiken. Deze folder geeft u informatie en uitleg over revalidatie op de PE dwarslaesie en wat uw eigen inbreng hierbij is.

## **Wie revalideren op de PE Dwarslaesie?**

Hier revalideren patiënten kort nadat ze een dwarslaesie hebben gekregen of een andere aandoening hebben, zoals de ziekte van Guillain Barré of Multiple Sclerose. Daarnaast kan het ook zijn dat patiënten een tweede keer worden opgenomen voor revalidatie of voor de behandeling van complicaties of voor het realiseren van nieuwe doelstellingen.

## **Wat kunt u verwachten van de revalidatie?**

### *Revalidatieplan en behandeling*

Als u revalideert op de PE Dwarslaesie maken de revalidatiearts en behandelaars samen met u een revalidatieplan met daarin de doelen die u wilt bereiken. Hierbij gaan we uit van uw wensen, hulpvragen en lichamelijke mogelijkheden en de kennis en ervaring van de revalidatiearts en behandelaars. Op basis van het revalidatieplan en de doelen wordt u behandeld door een multidisciplinair team. Daarmee bedoelen we dat het team uit verschillende behandelaars (disciplines) bestaat die intensief samenwerken.

## **Hoe gaat dat in z'n werk?**

### *Revalidatieplan*

De eerste weken krijgt u verschillende onderzoeken bij uw behandelaars. Op deze manier krijgen we een beeld van uw mogelijkheden en beperkingen. Daarnaast volgt u deze weken ook al verschillende behandelingen.

Vervolgens wordt samen met u een revalidatieplan gemaakt tijdens de multidisciplinaire bespreking (MDP). Bij deze bespreking zijn alle

behandelaars van het behandelteam, uzelf en eventueel uw naaste familie aanwezig. Eén keer per zes weken is er een MDP. Uw behandeling wordt dan geëvalueerd en er worden nieuwe behandel doelstellingen voor de volgende periode afgesproken.

In het revalidatieplan beschrijven we de doelen die u wilt bereiken. Afhankelijk van deze doelen kunt u kiezen uit verschillende behandelmodules. Iedere module heeft een thema en daarbij horen bepaalde behandelingen. De verschillende modules staan verderop in deze folder beschreven.

#### *Uw inbreng en de inbreng van de behandelaars*

Iedere revalidant heeft andere doelen die hij of zij wil bereiken. Dit is onder ander afhankelijk van de persoonlijke situatie, leeftijd, woon- en werksituatie en leefomstandigheden. De behandelaren geven u voorlichting en uitleg over de mogelijkheden in uw situatie. Daarnaast wordt u uitgenodigd voor een aantal voorlichtingsbijeenkomsten. Bij deze bijeenkomsten wordt dieper ingegaan op de behandeling en andere voor u belangrijke informatie.

Uw inbreng is belangrijk zodat we een voor u passend revalidatieplan kunnen maken. Dit noemen we in de Sint Maartenskliniek dialooggestuurde zorg. Tijdens de behandeling is er een constante wisselwerking (dialoog) tussen u en uw behandelaars.

#### **Met welke behandelaars krijgt u te maken?**

##### *Behandelteam*

Het behandelteam is een multidisciplinair team, dat wordt geleid door de revalidatiearts. Deze is eindverantwoordelijk voor uw medische behandeling. De revalidatiearts loopt één keer per week mee met de visite. Ook kunt u altijd een afspraak maken met de revalidatiearts of de arts-assistent van de afdeling, als u wat intensiever op uw situatie in wilt gaan.

Het behandelteam bestaat uit:

- Verpleegkundigen

Het verpleegkundig team helpt u bij de lichamelijke verzorging, maar traint samen met u ook allerlei praktische activiteiten rondom zelfzorg en het regelen van urine en ontlasting.

Tijdens uw revalidatie heeft u een verpleegkundig contactpersoon.

Hij/zij bespreekt samen met u verpleegkundige doelen en regelt zaken als u bijvoorbeeld met weekendverlof of met ontslag gaat. U kunt

natuurlijk ook bij de andere verpleegkundigen terecht wanneer u iets wilt bespreken.

- Fysiotherapeuten  
De fysiotherapie houdt zich bezig met het op een zo goed mogelijk niveau krijgen van uw lichaam, qua kracht en qua conditie. Ook praktische vaardigheden, zoals het maken van transfers (verplaatsen van bijvoorbeeld bed naar rolstoel), worden door de fysiotherapeut geoefend.
- Ergotherapeuten  
De ergotherapie houdt zich bezig met het oefenen van allerlei vaardigheden die van belang zijn in het dagelijkse leven, zoals huishoudelijke taken, hobby's en werk. De ergotherapie helpt ook met adviezen en de procedures rondom het aanvragen van hulpmiddelen en voorzieningen die u nodig heeft.
- Maatschappelijk werkers  
Begeleiding bij problemen die samenhangen met het krijgen van een chronische aandoening wordt u geboden door de maatschappelijk werker.
- Psycholoog  
De psycholoog biedt u begeleiding bij het leren omgaan met de veranderde situatie waar u na het krijgen van een dwarslaesie of andere aandoening mee te maken krijgt.
- Activiteitenbegeleiders  
Naast het bezig zijn met allerlei activiteiten gedurende de opname, bieden de activiteitenbegeleiders u ook de mogelijkheid om kennis te maken met mogelijke nieuwe hobby's voor na ontslag.
- Bewegingsagoog  
De bewegingsagoog kijkt samen met u naar de mogelijkheden die er voor u zijn op het gebied van sport en bewegen.
- Seksuoloog  
Ook op seksueel gebied kan er veel veranderen na een dwarslaesie of andere soortgelijke aandoening. De seksuoloog kan samen met u en eventueel uw partner kijken naar manieren om deze veranderingen zo goed mogelijk op te vangen.

- Diëtist  
Veranderingen in het leef- en activiteitenpatroon kunnen zorgen voor veranderingen in uw energiebehoefte. De diëtiste kan u helpen bij adviezen om uw eetpatroon hier op af te stemmen.
- Arts-assistent en verpleegkundig specialisten  
Bij hen kunt u terecht voor de dagelijks voorkomende medische zaken. Daarnaast lopen ze twee keer per week visite. Zij overleggen hoe het met u gaat en of u vragen of problemen heeft.

U wordt behandeld door vaste behandelaars. Daarnaast wordt u tijdens groepsactiviteiten ook door andere therapeuten behandeld. Als het nodig is vragen we behandelaars die niet tot het vaste behandelteam behoren om advies, bijvoorbeeld een logopedist bij spraak- of slikproblemen.

### **De uitvoering van het revalidatieplan**

De uitvoering van het revalidatieplan vindt voor een groot deel plaats aan de hand van modules. Iedere module heeft een thema en bestaat uit bepaalde behandelingen. De basismodule volgt iedereen. Alle andere modules zijn keuzemodules. Afhankelijk van de doelen in uw revalidatieplan kiest u samen met het behandelteam welke behandelmodules voor u zinvol zijn en in welke volgorde u deze modules kunt volgen. Tijdens de MDP besprekingen wordt dan op basis van uw doelstellingen en keuzes een plan voor de komende periode gemaakt.

Hieronder staat korte informatie over de verschillende modules. Daarnaast krijgt u tijdens uw revalidatie uiteraard meer uitleg over de behandeling volgens modules van uw verpleegkundig contactpersoon en de behandelaars.

#### Basismodule

Iedereen volgt de basismodule. De module bestaat uit onderdelen die voor iedere patiënt van belang zijn, zoals:

- algemene medische zorg
- hulp bij de verzorging
- regelen van urine en ontlasting
- leren omgaan met de gevolgen van uw beperking

### Bewegingsvaardigheden

In deze module gaat u aan de slag met allerlei praktische activiteiten. Sommige van deze activiteiten zijn de basis voor andere activiteiten die u later in uw revalidatie kunt aanleren. Om bijvoorbeeld uzelf te kunnen verplaatsen van bed naar rolstoel en andersom, moet u eerst goed kunnen blijven zitten. Dat leert u in de submodule van bewegingsvaardigheden: “houding handhaven in zit”. Uw behandelaars zullen samen met u bepalen welke submodules voor u haalbaar zijn.

### Persoonlijke verzorging

Het doel is dat u zo zelfstandig mogelijk wordt bij uw dagelijkse verzorging. Samen met de verpleging, fysiotherapie en ergotherapie oefent u activiteiten als wassen, aankleden en verdere persoonlijke verzorging. Bij deze module hoort ook het zelfstandig uitvoeren van activiteiten om de urine en de ontlasting te reguleren als dat nodig en mogelijk is.

### Maatschappelijke re-integratie

Uw lichamelijke beperkingen kunnen ervoor zorgen dat het weer ondernemen van bepaalde maatschappelijke activiteiten anders is dan voorheen. In deze module gaat u samen met medepatiënten en behandelaars op stap buiten de kliniek om activiteiten te ondernemen zoals boodschappen doen of gebruik maken van openbaar vervoer.

### Voorzieningen

Het kan zijn dat u ook na ontslag gebruik moet maken van voorzieningen zoals een rolstoel, loophulpmiddelen of een speciale matras. Samen met de ergotherapeut kijkt u welke voorzieningen voor u noodzakelijk zijn en wat voor u het meest geschikte model is. De ergotherapeut zal u helpen bij de procedures om deze voorzieningen aan te vragen.

### Angst en stemming

Het leren omgaan met de gevolgen van de lichamelijke beperkingen die optreden na een dwarslaesie, is voor iedereen moeilijk. Met name de psycholoog en de maatschappelijk werkers kunnen u hierbij begeleiden. Het kan zijn dat u angstgevoelens heeft of dat uw stemming negatief wordt beïnvloed. Samen met de psycholoog kijkt u naar manieren om anders met de situatie om te gaan, zodat bijvoorbeeld uw angsten kunnen verminderen en/of uw stemming kan verbeteren.

### Zorgparticipatie

Het krijgen van een dwarslaesie is erg ingrijpend voor u. Ook voor uw partner en andere leden van uw gezin of directe omgeving verandert er veel. Op lichamelijk gebied moet u vaak nieuwe activiteiten aanleren. U kunt deze activiteiten niet altijd zelf uitvoeren. Het kan prettig én praktisch zijn als uw naaste(n) deze activiteiten (ook) kunnen uitvoeren. Deze module leert uw naasten welke lichamelijke gevolgen de dwarslaesie voor u heeft, hoe ze hiermee om moeten gaan en hoe ze u kunnen ondersteunen bij bepaalde activiteiten.

### Werk en inkomen

Ook op het gebied van werken en opleiding kan er door het krijgen van een dwarslaesie veel veranderen. In deze module kijkt u samen met de maatschappelijk werker naar de mogelijkheden op dit gebied. Daarnaast krijgt u informatie over sociale zekerheid, zoals procedures en uitkeringen.

### Decubitusbehandeling

Huidproblemen, zoals decubitus (doorligwonden) komen vrij vaak voor bij mensen met een dwarslaesie ondanks goede verzorgingsmaatregelen. Deze wonden kunnen een langdurige behandeling nodig maken. In deze module wordt de zorg rondom de mogelijke behandeling van dit soort wonden geregeld.

Naast de modules zijn er ook activiteiten en behandelingen die nog niet in deze vorm zijn beschreven, zoals bijvoorbeeld sportactiviteiten en vrijetijdsbesteding. Ook deze activiteiten maken natuurlijk deel uit van uw totale revalidatiebehandeling.

### **Heeft u nog vragen?**

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, kunt u deze stellen aan uw behandelaars.

## **Sint Maartenskliniek, sterk in beweging**

De Sint Maartenskliniek in Nijmegen en Woerden is als enige ziekenhuis in Nederland volledig gespecialiseerd in houding en beweging. U kunt bij ons terecht voor behandeling van eenvoudige tot zeer complexe aandoeningen op het gebied van orthopedie en reumatologie. De vestiging in Nijmegen heeft daarnaast een revalidatiecentrum voor revalidatie na ziekte, een ongeval of hersenletsel.

Doordat we ons volledig richten op aandoeningen aan het houding- en bewegingssysteem is onze ervaring en kennis groot. We staan dan ook bekend als een vooraanstaand ziekenhuis dat in de behandeling gebruik maakt van de laatste inzichten. Op onze onderzoeksafdeling ontwikkelen we nieuwe behandelmethoden en doen we onderzoek naar het effect ervan.

Bij de Sint Maartenskliniek staat de patiënt centraal. U wordt persoonlijk benaderd, deskundig begeleid en kunt rekenen op onze uitgebreide voorzieningen. Wij staan klaar om u gastvrij te ontvangen. Voor meer informatie kunt u terecht op onze website [www.maartenskliniek.nl](http://www.maartenskliniek.nl).

**Meer informatie of vragen** Voor meer informatie of vragen kunt u contact opnemen met afdeling PE Dwarslaesie, telefoonnummer (024) 3659460.

**Colofon** Uitgave van de afdeling Communicatie, i.s.m. Revalidatiecentrum

oktober 2009

## **Bestelcode**

**Bezoekadres** Hengstdal 3, 6522 JV Nijmegen  
**Postadres** Postbus 9011, 6500 GM Nijmegen  
**Telefoon** (024) 365 99 11  
**Internet** [www.maartenskliniek.nl](http://www.maartenskliniek.nl)



**Sint Maartenskliniek**

N I I M E G E N