

Revalidatie hartfalen

Het krijgen van een chronische hartziekte brengt nogal wat veranderingen in uw leven teweeg. U moet vaak anders gaan eten en drinken, trouw uw medicijnen innemen en leren omgaan met een beperkte hoeveelheid energie. Niet alleen lichamelijk gebeurt er veel, ook emotioneel kunt u geraakt zijn door wat u is overkomen.

Daarom biedt OLVG, locatie West (voorheen Sint Lucas Andreas Ziekenhuis) u een revalidatieprogramma aan dat hierop inspeelt. Het programma is bedoeld om u zo optimaal mogelijk te laten functioneren met de veranderingen veroorzaakt door het hartfalen.

Het revalidatieprogramma

Het revalidatieprogramma bestaat uit drie programmaonderdelen:

- Een bewegingsprogramma met sport- en spelactiviteiten om u zo optimaal mogelijk te laten functioneren. U traint tweemaal per week een uur, in een groep van ongeveer zes personen, onder begeleiding van fysiotherapeuten. Daarnaast wordt er van u verwacht dat u één keer per week thuis zelf aan beweging doet.
- De cursus 'Leven met verandering' waarin de consequenties van het hartfalen voor u en uw eventuele partner besproken worden. De cursus bestaat uit zes bijeenkomsten van 1½ uur en wordt begeleid door een psycholoog en een verpleegkundige. Ook uw partner nodigen wij nadrukkelijk uit om hieraan deel te nemen.
- Individuele voorlichting over de noodzakelijke veranderingen in uw leefstijl krijgt u tijdens het poliklinische spreekuur van de hartfalenverpleegkundige.

De duur van een hartfalenrevalidatieprogramma

Het totale programma duurt ongeveer drie maanden, afhankelijk van uw eigen doelstellingen en vorderingen.

Het effect van een hartfalenrevalidatieprogramma

Uit onderzoek is gebleken dat deelname aan een hartfalenrevalidatieprogramma het risico op eventuele nieuwe problemen met uw hart vermindert. Daarnaast kan het een positief effect hebben op uw lichamelijk en sociaal functioneren.

Ook het contact met mensen die net als u aan het revalideren zijn vanwege hun hartziekte, werkt herstel bevorderend. Mensen ervaren dit onderlinge contact meestal als prettig en ondersteunend. Of u uw doelen bereikt is natuurlijk niet alleen afhankelijk van het aangeboden programma, maar vooral ook van uw eigen inzet.

Aanmelding

Uw cardioloog verwijst u naar het revalidatieprogramma. U komt bij de hartfalenverpleegkundige die u informeert over het programma en over onze werkwijze. Ook wordt u gevraagd of u wilt deelnemen aan het onderzoek dat we op dit moment doen naar het effect van het revalidatieprogramma. Vervolgens zal de fysiotherapeut u vragen wat u wilt bereiken met het volgen van dit programma.

Praktische informatie

- De hartfalenrevalidatie vindt plaats in OLVG, locatie West (voorheen Sint Lucas Andreas Ziekenhuis) op de afdeling Fysiotherapie, route 11.
- De verzekering vergoedt uw deelname aan het programma; alleen de parkeerkosten komen voor eigen rekening.
- Uw cardioloog wordt bij het beëindigen van de revalidatie geïnformeerd over de vorderingen die u heeft gemaakt.

Het hartfalenrevalidatieteam

Hartfalenverpleegkundigen

Mw. J. Pet en mw. M.G.M.M. Scholten

Cardioloog

Mw. J. Schroeder-Tanka

Fysiotherapeuten

Mw. N.M.F Heuwekemeijer en mw. E.B. Avezaat

Psycholoog

Mw. I. Kersten

Vragen?

Stel uw vraag via MijnOLVG

U kunt ons altijd bereiken via [MijnOLVG](#). Heeft u een algemene vraag over vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota. Meer informatie over bijvoorbeeld kosten, bereikbaarheid, onderzoeken en behandelingen staat op www.olvg.nl maar u kunt ons natuurlijk ook bellen.

Contact

polikliniek Cardiologie, locatie West

T 020 599 30 32 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

E poli.cardiologie@olvg.nl

Route 04

Hartfalenverpleegkundige, locatie Oost en West

T 020 599 23 57 (10.30 - 12.00 uur en 14.30 - 16.00 uur)

E hartfalen@olvg.nl

Buiten kantoortijden of bij noodgevallen of acute situaties bellen naar uw huisarts, huisartspost of 112

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Aanmelden MijnOLVG via www.mijnolvg.nl | Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 6 mei 2021, foldernr.2725

Notities

U kunt deze pagina gebruiken om:

- Vragen te noteren die u bij uw volgende afspraak aan uw arts of consulent hartfalen wilt stellen.
- Afspraken te noteren die u heeft gemaakt met uw arts of consulent hartfalen.
- Notities te maken over uw medicijngebruik, uw gewicht of uw algemene gezondheid.