

# Behandelprogramma longrevalidatie

Het longrevalidatieprogramma van Ziekenhuis Amstelland is bedoeld voor patiënten met chronische longaandoeningen zoals COPD en astma. Het longrevalidatieprogramma is erop gericht om beperkingen als gevolg van de longziekten zoveel mogelijk te verminderen en om zo optimaal mogelijke conditie, leefstijl en kwaliteit van leven te ervaren.

Het longrevalidatieprogramma bestaat uit multidisciplinaire begeleiding, waarbinnen voorlichting, lichamelijke training, voedingsadviezen en psychosociale ondersteuning aan bod komen.

## **Doel van het programma**

Het doel van het programma is dat u in uw dagelijks leven beter kan functioneren, zowel fysiek, mentaal als sociaal, ondanks de gevolgen van de longaandoening.

## **Opzet van het programma**

Het behandelprogramma kan uit meerdere onderdelen bestaan afhankelijk van uw hulpvraag. De onderdelen zijn: fysiotherapie, diëtetiek en maatschappelijk werk. Bij elke discipline krijgt u eerst een intakegesprek van 1 uur. Voordat u deel kunt gaan nemen aan de revalidatie wordt u getest om te kijken of u de training kunt volbrengen. De longfunctieanalisten nemen bij u een fiets test af (fietsergometrie) en een vet vrije massa meting. Dit is een meting om te bepalen hoe groot uw spiermassa is (VVMi).

De groepsbehandeling fysiotherapie duurt 10 weken en wordt gepland op 2 dagdelen per week, te weten dinsdagochtend en donderdagmiddag.

Diëtetiek spreekt na de intake nog twee controlemomenten met u af op een dinsdagochtend.

Maatschappelijk werk spreekt na de intake, afhankelijk van uw behoefte nog 3 á 4 keer met u af.

## **Aanmelding**

De longarts beoordeelt samen met u of het programma voor u geschikt is. Het is van belang dat u alle of in ieder geval zoveel mogelijk sessies volgt.

Vervolgens zal de longverpleegkundige, de secretaresse van de fysiotherapeut en maatschappelijk werk, met u telefonisch de eerste afspraken maken.

## **Afmelden**

Wij gaan ervan uit dat u gedurende het programma bij iedere afspraak aanwezig bent.

Als u een keer onverhoopt niet aanwezig kunt zijn, is het van belang dit tijdig te melden, minimaal 24 uur van tevoren. Geef uw afwezigheid, zoals met een vakantie, twee weken van tevoren door aan de longverpleegkundige.

Contactgegevens afmelden:

- fietstest, VVMi, diëtetiek en longverpleegkundige: secretariaat longpoli 020-7557031 optie 3
- fysiotherapie: 020-7557141
- maatschappelijk werk 020-7557144