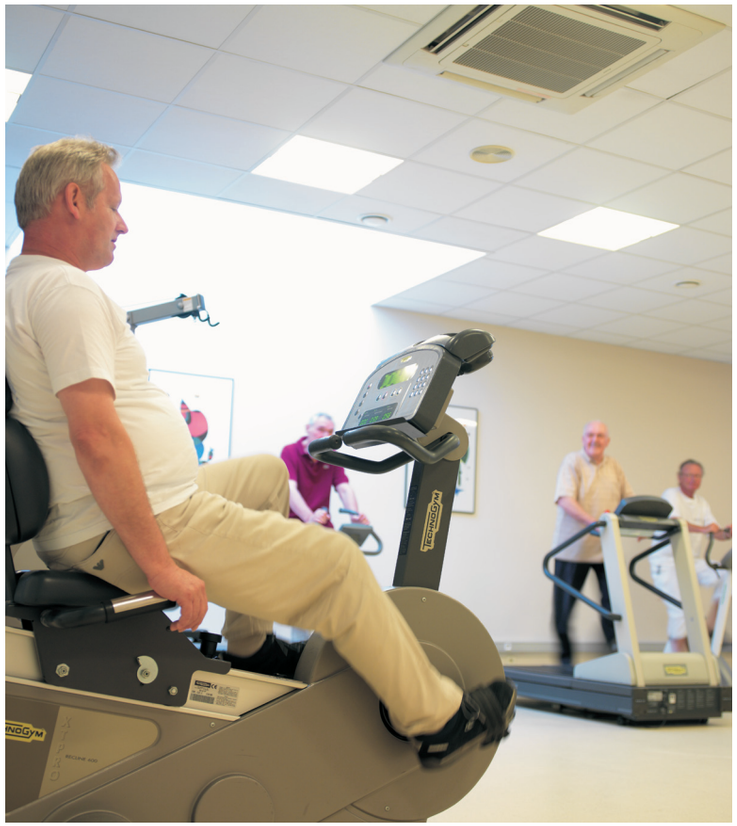
DW756/A50002430/RS/v0910

CARDIALE REVALIDATIE

CONTACT

Heeft u nog vragen, neem gerust contact op met het secretariaat revalidatiecentrum:

T +32 (0)50 63 39 30 (campus Knokke)
T +32 (0)50 43 49 32 (campus Blankenberge)



AZ Gezondheidszorg Oostkust

ons hart voor uw zorg

AZ OLV Ter Linden
Graaf Jansdijk 162
8300 Knokke-Heist
T +32 (0)50 63 31 11
F +32 (0)50 63 35 19
www.vzwgo.be

AZ Koningin Fabiola
Dr. F. Verhaeghestraat 1
8370 Blankenberge
T +32 (0)50 43 41 11
F +32 (0)50 43 45 19
www.vzwgo.be

AZ Gezondheidszorg Oostkust

AZ Gezondheidszorg Oostkust

CARDIALE REVALIDATIE

Na uw hartinfarct, bypass- of hartklepoperatie,...is het belangrijk herval te voorkomen. Daarom wordt u reeds tijdens uw hospitalisatie gevolgd door het cardiaal revalidatieteam. Dit team bestaat uit uw cardioloog, kinesist, diëtist, psycholoog, sociaal assistent en medisch secretaresse.

De bedoeling is om u, na uw ontslag uit het ziekenhuis, in te schakelen in ons revalidatieprogramma. Dit betekent dat u 3 keer per week, onder toezicht, een individueel aangepast oefenprogramma doorloopt.

Cardiale revalidatie is veel meer dan een aangepast fitnessprogramma. Het is een globale benadering vanuit verschillende standpunten:

- Medisch-fysisch (aangepaste oefeningen);
- Diëtisch (o.a. advies over gezonde voeding, cholesterol- en gewichtsbeheersing);
- Psychologisch (o.a. rookstop, stresshantering);
- Sociaal (o.a. herneming van beroepsactiviteiten).

Onderzoek heeft aangetoond dat programma's van cardiale revalidatie de overleving na een hartaandoening en de gezondheid in het algemeen verbeteren.

WAAR EN WANNEER

Campus Knokke-Heist

- Starters
  maandag, woensdag en vrijdag:
  13.00u. - 17.30u.
- Gevorderden
  dinsdag: 12.30u. - 17.30u.
  donderdag: 12.30u. - 15.00u.
- Ademhalingskiné pré- en postoperatief
  na afspraak.

Campus Blankenberge

- Starters
  maandag: 14.00u. - 18.30u.
  woensdag: 10.00u. - 12.00u.
  vrijdag: 14.00u. - 18.00u.
- Gevorderden
  dinsdag: 13.00u. - 15.00u.
- Ademhalingskiné pré- en postoperatief
  na afspraak.

INSCHRIJVEN

Gelieve u op voorhand in te schrijven via het secretariaat van het revalidatiecentrum.
Openingsuren tijdens weekdagen:

- van 08.30u. tot 12.00u.
- van 13.30u. tot 17.00u.

U kan telefonisch inschrijven,
T +32 (0)50 63 39 30 (campus Knokke-Heist) en
T +32 (0)50 43 49 32 (campus Blankenberge)
of u kan langs komen. Het revalidatiecentrum bevindt zich op het gelijkvloers (campus Knokke-Heist) of op de derde verdieping (campus Blankenberge).

KOSTEN

Een deel van de kosten wordt rechtstreeks met uw mutualiteit geregeld.
Voor de opleg ontvangt u maandelijks een factuur. Meer informatie over deze beperkte opleg kunt u verkrijgen via het secretariaat.

MEEBRENGEN

- Voorschrift;
- Identiteitskaart en SIS-kaart;
- Sportieve kledij is aangewezen;
- Handdoek en zeep indien u wil douchen.

DW756_cardrevalidatie.indd 2 30-9-2010 9:05:51