



► Krijgt u minder lucht binnen dan u nodig heeft?

Ervaat u problemen bij het dagelijks functioneren als gevolg van COPD? Dan kan revalidatiecentrum Naarderheem u helpen om beter en effectiever te leren ademen. Ons behandelteam werkt met beproefde revalidatietechnieken, speciaal ontwikkeld voor mensen met ademhalingsproblemen als gevolg van COPD.

—
Vivium helpt u verder

Verminderd functioneren door COPD?

Zoals u dagelijks ervaart kunnen uw longen onvoldoende zuurstof opnemen en heeft u snel last van benauwdheid. Kleine ontstekingen in de longen, die kenmerkend zijn voor COPD, zijn hiervan de oorzaak. Dit gebrek aan zuurstof kan u flink belemmeren bij dagelijkse handelingen als traplopen, werken of aankleden.

Naar een actievere leefstijl

COPD kan nog niet worden genezen. Het is wel mogelijk om het dagelijks leven met een longaanandoening te vergemakkelijken. Fysieke vermogens kunnen worden getraind en uitgebreid. Expertisecentrum Naarderheem heeft hiervoor een speciaal COPD behandelprogramma ontwikkeld. Tijdens dit programma begeleiden de therapeuten van Naarderheem u op een verantwoorde manier naar een actievere leefstijl.

Alle expertise onder één dak

Wilt u deelnemen aan dit programma? Dan brengen we eerst, samen met u, uw huidige mogelijkheden en behoeften in kaart. Vervolgens wordt een behandelprogramma opgesteld dat daarop is afgestemd. Het programma wordt regelmatig met u besproken en geëvalueerd. Het grote voordeel voor u is, dat u in Naarderheem alle kennis, ervaring en mogelijkheden onder één dak vindt.

Deskundig team

Onze therapeuten hebben speciale deskundigheid op het gebied van COPD. De fysiotherapeut, de ergotherapeut, de praktijkverpleegkundige en de diëtiste werken nauw en efficiënt samen. Dit komt de resultaten van behandeling en advies ten goede. Indien gewenst kan er ook een maatschappelijk werker of psycholoog bij worden betrokken. Het gehele team werkt onder supervisie van de Specialist Ouderengeneeskunde.

Kort en efficiënt programma

Het COPD behandelprogramma duurt circa 10 weken. U komt dan twee keer per week naar het behandelcentrum in Naarderheem. Dit kan poliklinisch, een dagdeel of een hele dag indien meer spreiding over de dag gewenst is in verband met de belasting die u aan kunt. Hier zijn faciliteiten voor aanwezig. Nadat u bent aangemeld krijgt u een persoonlijke coach en wordt samen met u een behandelprogramma opgesteld door de specialist ouderengeneeskunde en de behandelaren. Dit wordt na twee weken geëvalueerd. Onder begeleiding traint u in deze periode intensief zodat u zélf uw capaciteit naar een hoger niveau brengt.

Professionele behandelruimtes

Alle behandelingen vinden plaats in het behandelcentrum. Daar beschikt het behandelend team over uitstekende faciliteiten zoals een modern ingerichte ruimte voor fysiotherapie en ergotherapie.

Specialist ouderengeneeskunde

De medische begeleiding tijdens het revalidatieprogramma valt onder de specialist ouderengeneeskunde. Zij houdt overzicht over uw behandeling, kan uw vragen beantwoorden en werkt samen met uw huisarts. Uw longarts wordt geïnformeerd over de voortgang in de revalidatie.

Fysiotherapie

De fysiotherapeut helpt u om uw conditie op peil te brengen door inspanningstraining en spieroefeningen. Heeft u problemen met slijm opgeven? Dan kan de fysiotherapeut u helpen met het aanleren van een effectieve manier van slijm losmaken en huffen en/of hoesten. Ademoefeningen kunnen helpen de kortademigheid te verminderen. Het is belangrijk dat u na de behandeling zelfstandig verder gaat met bewegen. Uw fysiotherapeut geeft hierover advies.

Ergotherapie

De ergotherapeut neemt samen met u de week door. Welke activiteiten en handelingen worden er gedaan? We kijken hoe belastend deze activiteiten zijn en hoe belangrijk het voor u is om deze zelf te kunnen uitvoeren. Denk bijvoorbeeld aan het douchen, licht huishoudelijk werk, tuinwerkzaamheden, boodschappen doen, televisie kijken of computerwerk.

Daarna wordt er gekeken hoe de handeling gedaan wordt. Kan het op een minder belastende manier? Is er een hulpmiddel te gebruiken? Het toepassen van de juiste ademhaling en de juiste beweging bij een handeling als stofzuigen, kan energie besparen. Ook kijken we samen naar de verdeling over de dag van de activiteiten met rustmomenten.

Praktijkverpleegkunde

De praktijkverpleegkundige richt zich vooral op het bevorderen van de eigen regie, het spirometrie-onderzoek naar de longfunctie, voorlichting en bewaking van het gebruik van de medicatie.

Diëtiëk

De diëtiste kan u adviseren over voedingsproducten die u beter kunt vermijden of die juist zijn aan te bevelen. Ook over de bereidingswijze, het tijdstip waarop u de maaltijden geniet en de manier van eten kunt u persoonlijk advies krijgen. Bij COPD is de lichamelijke conditie vaak sterk verminderd, wat ook gevolgen heeft voor de hoeveelheid voeding die wordt gebruikt. Vaak wordt er minder gegeten omdat eten meer energie kost, de eetlust minder wordt of het eten minder goed smaakt. De kans op ongewenst gewichtsverlies en ondervoeding (een tekort aan vitamines/mineralen en calorieën) komt vaak voor bij COPD.

Meer informatie

Voor meer informatie over longrevalidatie en de overige behandelprogramma's van Naarderheem kunt u contact opnemen met het behandelcentrum van Naarderheem via telefoon [telefoon \(035\) 695 45 43](tel:0356954543). Of stuurt u een mail naar dagbehandelingNH@vivium.nl.

Vivium Zorggroep
(035) 6 924 924
klantenservice@vivium.nl
www.vivium.nl

Naarderheem
Amersfoortsestraatweg 1
1411 HB Naarden

