



# HARTREVALIDATIE



# INHOUD

<b>01</b>	Inleiding	4
<b>02</b>	Multidisciplinair hartrevalidatieteam	5
<b>03</b>	Voor wie?	5
<b>04</b>	Revalidatiefasen	6
<b>05</b>	Intake en fietsproef	8
<b>06</b>	Ambulante hartrevalidatie	9
<b>07</b>	Secretariaat hartrevalidatie	13
<b>08</b>	Terugbetalingstarieven	14
<b>09</b>	Parkeerkaart	15
<b>10</b>	Tussenkomst in de vervoersonkosten	15
<b>11</b>	Contact	16

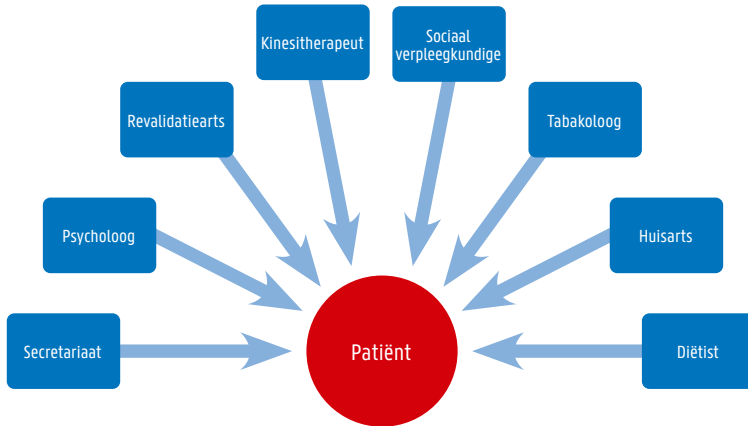
# 01 INLEIDING

U werd onlangs met een hartaandoening opgenomen in het UZ Gent. Mogelijk onderging u intussen al een ingreep. Vaak komt zo'n opname onverwachts: uw leven wordt plots overhoopgehaald.

U vraagt zich ongetwijfeld af hoe het nu verder moet. Weet dat het multidisciplinair hartrevalidatieteam van het ziekenhuis voor u klaarstaat. We helpen u om stapsgewijs te herstellen op fysiek, mentaal, sociaal en professioneel vlak. Daarnaast leren we u om uw hartaandoening beter te begrijpen en brengen we u bij wat u zelf kunt doen om nieuwe problemen te voorkomen.

Het hartrevalidatieteam wenst u een vlotte revalidatie.

## 02 MULTIDISCIPLINAIR HARTREVALIDATIETEAM



## 03 VOOR WIE?

De overheid (het RIZIV) voorziet in de (gedeeltelijke) terugbetaling voor hartrevalidatie in een erkend centrum na hospitalisatie voor een van onderstaande hartaandoeningen:

- ▲ Acuut hartinfarct
- ▲ Heelkundige ingreep aan de kransslagaders (bypassoperatie)
- ▲ Percutane endovasculaire ingreep op de kransslagaders of het hart (zoals plaatsing van een stent)
- ▲ Heelkundige ingreep aan de hartkleppen of een ander onderdeel van het hart
- ▲ Heelkundige ingreep omwille van een aangeboren hartafwijking
- ▲ Hart- en/of longtransplantatie
- ▲ (Linker)hartfalen

Het centrum waar de opname plaatsvond moet de aanvraag indienen bij het RIZIV. De patiënt ondertekent die aanvraag.

## 04 REVALIDATIEFASEN



### Fase 1: hospitalisatie

De eerste fase van de revalidatie start tijdens uw ziekenhuisverblijf.

- ▲ Na een ingreep krijgt u bezoek van een kinesitherapeut die u helpt bij het lichamelijk herstel met het oog op de terugkeer naar huis.
- ▲ De sociaal verpleegkundige komt bij u langs op de kamer, bevraagt uw professionele en sociale/familiale situatie en bekijkt samen met u de verschillende revalidatie-opties.
- ▲ Bezoek door de diëtist en/of de psycholoog gebeurt in opdracht van uw behandelend arts of op uw vraag.

---

## Fase 2: ambulante hartrevalidatie

Tijdens de ambulante hartrevalidatiefase komt u minstens twee of drie keer per week naar ons ziekenhuis voor een revalidatiesessie. De periode wordt bepaald door de goedkeuringstermijn die het RIZIV vastlegt. Hoe dat precies werkt, leest u verder in deze brochure.



---

## Fase 3: onderhoud

Op het einde van de ambulante revalidatieperiode bespreken de teamleden samen met u hoe u de fysieke training het best kunt verderzetten. Ze bekijken ook of u op andere vlakken nog begeleiding nodig hebt. Voor verdere oefeningen en activiteiten in groepsverband kunt u aansluiten bij SUST, onze vereniging voor hartpatiënten ([www.sust.be](http://www.sust.be)).

## 05 INTAKE EN FIETSPROEF

Als u in het UZ Gent wordt opgevolgd, plannen we enkele weken na uw ontslag intakegesprekken en een fietsproef ter voorbereiding op de ambulante hartrevalidatie. U ontvangt dan de nodige praktische info, administratieve documenten en attesten. We vragen u ook om een elektronische vragenlijst in te vullen (uitzonderlijk kunnen we die ook op papier meegeven).

Het is belangrijk dat u aan elk onderdeel van de intake deelneemt. De gegevens hebben we nodig om een revalidatieprogramma op uw maat te maken.

We bespreken uw dossier uitvoerig op onze wekelijkse stafvergadering en stellen daarna een individueel behandelingsplan voor u op.

### Intake

- ▲ Intakegesprek met de sociaal verpleegkundige
- ▲ Korte rondleiding in het hartrevalidatiecentrum
- ▲ Medische evaluatie met fietsproef en bloedafname
- ▲ Invullen vragenlijsten hartrevalidatie
- ▲ Multidisciplinaire bespreking op stafvergadering



## 06 AMBULANTE HARTREVALIDATIE

Na goedkeuring en toelating voor hartrevalidatie door uw ziekenfonds, hebt u recht op een maximum aantal revalidatiesessies in een erkend centrum (zoals het UZ Gent) binnen een periode van 6 maanden. Na een hart- en/of longtransplantatie kunt u deze opnemen over een periode van 10 maanden.

Het multidisciplinair hartrevalidatieteam onder leiding van de revalidatiearts stelt voor u een programma samen op basis van uw noden. We houden zoveel mogelijk rekening met uw wensen en mogelijkheden. De revalidatiesessies worden verdeeld over verschillende disciplines. Elk teamlid levert vanuit zijn of haar expertise een bijdrage om te komen tot een totaal zorgpakket.

U hebt er belang bij om alle sessies te volgen. We besteden niet alleen aandacht aan de lichamelijke revalidatie maar ook aan psychologische, sociale en emotionele factoren.

De ambulante hartrevalidatie bestaat uit:

- ▲ Fysieke training
- ▲ Groepslessen
- ▲ Individuele begeleiding: sociaal en professioneel, psychologisch, voeding en dieet, rookstop

**Belangrijk!** Schrijf u vóór elke ambulante revalidatiesessie in aan de aanmeldzuilen (ingang 12, route 1202). Daarvoor hebt u uw eID nodig. U krijgt aan de aanmeldzuil een ticket. Breng dat mee naar het hartrevalidatiecentrum.



## Fysieke training

### Locatie

Ingang 12, route 1477

### Verloop

De fysieke revalidatie gebeurt onder begeleiding van de kinesitherapeuten. Ze bestaat uit uithoudingstraining en dynamische weerstandstraining.

Tijdens de trainingssessies monitoren we voortdurend uw hartslag. Op basis van de fietsproef stellen we een trainingsschema voor u op. Dat wordt digitaal opgeslagen op een geheugensleutel die uw individuele instellingen automatisch op de fitnessstoelstellen programmeert.

**Belangrijk!** Hou u altijd aan de voorschriften en raadgevingen van de kinesitherapeuten.

### Kledij

Draag bij voorkeur losse en gemakkelijke kledij en sportschoenen. Er zijn kleedkamers voor mannen en vrouwen met individuele afsluitbare lockers. Na de training kunt u douchen. Breng zelf een handdoek en toiletgerief mee.

### Planning

- ▲ Klassieke training: 3 keer per week (ma/woe/vrij)
- ▲ Hartfalentraining : 2 keer per week (di/do)
- ▲ Respecteer het trainingsuur en de trainingstijd
- ▲ Breng het secretariaat hartrevalidatie (tel. 09 332 36 20) op de hoogte bij onverwachte of geplande afwezigheden. Zo verliest u geen sessie.
- ▲ Stel vakantie in de mate van het mogelijke uit (max. onderbreking 2 weken)

Programma: klassiek / hartfalen

Startdatum: ..... / ..... / .....

Trainingsduur: van ..... tot .....

---

## Groepslessen

### Locatie

Staat op het ticket dat u krijgt bij inschrijving aan de aanmeldzuilen.

### Praktisch

Tijdens uw revalidatieperiode organiseren we geregeld interactieve infosessies over verschillende gezondheidsthema's. U krijgt er praktische tips en betrouwbare informatie en hebt ruimschoots de kans om vragen te stellen.

We houden rekening met de intakegegevens bij het plannen van deze lessen. Bij de start van de revalidatie krijgt u een afspraakbevestiging. Mis deze kans niet! Als u niet deelneemt, verliest u immers een revalidatiesessie.

We organiseren de lessen op frequente basis zodat u zeker kunt deelnemen binnen de goedkeuringsperiode. We afficheren de data ook in de trainingsruimte. Ook uw partner kan aan de lessen deelnemen, na registratie via het secretariaat.

### Programma

- ▲ Groepsles hartvriendelijke voeding
- ▲ Groepsles stressmanagement
- ▲ Groepsles over roken
- ▲ Groepsles gezondheidsvoorlichting

---

## Individuele begeleiding

### Locatie

Staat op het ticket dat u krijgt bij inschrijving aan de aanmeldzuilen

### Programma

We voorzien individuele begeleiding door het revalidatieteam. Daarbij houden we rekening met uw medische situatie, uw hartaandoening, uw intakegegevens en uw eigen wensen.

### Socio-familiale en professionele begeleiding

Een hartaandoening gaat gepaard met heel wat veranderingen op sociaal en familiaal vlak. Patiënten zijn vaak arbeidsongeschikt of kunnen bepaalde verantwoordelijkheden of hobby's tijdelijk niet meer uitoefenen. U krijgt ook te maken met allerlei administratie en vragen over uitkeringen, tegemoetkomingen, deeltijdse werkhervatting, enz.

Onze sociaal verpleegkundigen helpen u verder. Ze bekijken samen met u hoe de revalidatie het best kan worden afgestemd op uw professionele en familiale situatie. Ze geven u ook informatie op maat over de preventie van hart- en vaatziekten en helpen u om positieve levensstijlmaatregelen te integreren in uw dagelijks leven.

### Psychologische begeleiding

Een hartaandoening kan ingrijpend zijn, zowel voor uzelf als voor uw partner of gezin. Aan de hand van een gesprek en vragenlijsten brengt de psycholoog de impact van de ziekte op uw leven in kaart. U krijgt ook tips en advies om met die impact om te gaan. Indien nodig plannen we ook een opvolggesprek of verdere begeleiding.

### Hartvriendelijke voeding

De behandeling van bepaalde hartaandoeningen gaat gepaard met specifieke voedingsvoorschriften. Dat is o.a. het geval bij hartfalen, ernstig nierlijden of ernstige zwaarlijvigheid. De diëtist analyseert uw huidige voedingsgewoonten en stuurt ze bij op een haalbare manier.

### Rookstopbegeleiding

In elke roker zit een stopper! Maar stoppen met roken is vaak een moeilijke opdracht. Extra steun en hulp zijn zeker welkom. Voor individuele rookstopbegeleiding werken we samen met de dienst Longziekten. De tabakoloog helpt u met een aanpak op maat die rekening houdt met uw persoonlijke situatie, uw medische achtergrond, vorige pogingen tot stoppen en uw motivatie.

# 07 SECRETARIAAT HARTREVALIDATIE

---

## Locatie

Ingang 12, route 1434

---

## Dienstverlening

Op het secretariaat hartrevalidatie kunt u terecht om revalidatieafspraken te wijzigen of opnieuw in te plannen en om administratieve documenten in te dienen (bv. vervoersonkosten). U kunt langskomen aan de balie op route 1434, bellen of mailen.

**Belangrijk!** Verwittig bij onverwachte of geplande afwezigheden altijd op voorhand het secretariaat op tel. 09 332 36 20 of via [hartrevalidatie@uzgent.be](mailto:hartrevalidatie@uzgent.be). Zo kunt u de gemiste sessie recupereren. Als u zonder te verwittigen meer dan 3 revalidatiesessies mist, wordt uw revalidatieprogramma stopgezet.

## 08 TERUGBETALINGSTARIEVEN

Het ziekenfonds voorziet een gedeeltelijke terugbetaling van de kosten voor uw hartrevalidatieprogramma (via een derdebetalersregeling) op voorwaarde dat het programma plaatsvindt in een erkend hartrevalidatiecentrum zoals het UZ Gent.

U betaalt een persoonlijk aandeel (het remgeld) voor elke revalidatiezitting in het kader van het hartrevalidatieprogramma. Het persoonlijk aandeel verschilt voor gewone rechthebbenden en mensen die een voorkeurstarief krijgen.

Er wordt maximaal 1 revalidatiesessie per dag terugbetaald. Die mag niet plaatsvinden op dezelfde dag als de consultatie bij uw cardioloog en ook niet gecombineerd worden met een andere kinesitherapeutische behandeling. Een overzicht van de meest recente tarieven voor revalidatieverstrekingen vindt u op de website van het RIZIV: [www.riziv.be](http://www.riziv.be), zoekterm 'revalidatie van hartpatiënten'.

Hebt u een hospitalisatieverzekering, controleer dan uw polis. Misschien komt uw verzekering ook tussen in de revalidatiekosten en dit tot 1, 3 of 6 maanden na ontslag uit het ziekenhuis. U kunt zo dus eventueel (een deel van) het remgeld recupereren via uw verzekering.

## 09 PARKEERKAART

Voor de start van de revalidatie krijgt u van de sociaal verpleegkundige een aanvraagformulier. Daarmee kunt u in de badgeshop/ ticketshop (ingang 50, route 520) een parkeerkaart afhalen voor maximaal 3 maanden. Met die kaart kunt u gratis op de UZ-campus parkeren. Neem contact op met de sociaal verpleegkundige als de parkeerkaart bijna vervalt. Dan kunnen we een verlenging aanvragen.

## 10 TUSSENKOMST IN DE VERVOERSONKOSTEN

Via sommige mutualiteiten kunt u ook een deel van de vervoersonkosten recupereren (eigen vervoer, vrijwilligersvervoer en soms ook openbaar vervoer). Dat geldt voor alle gevolgde sessies tijdens de ambulante hartrevalidatie. Twijfelt u of u recht hebt op deze terugbetaling, vraag dan meer informatie bij uw mutualiteit of bij de sociaal verpleegkundige.

De sociaal verpleegkundige geeft u een terugbetalingsdocument waarop u de data van de gevolgde ambulante revalidatiesessies kunt invullen. Breng dit document mee bij de laatste revalidatiesessie en geef het af op het secretariaat hartrevalidatie. Het secretariaat legt het vervolgens ter ondertekening voor aan de revalidatiearts en bezorgt het u nadien terug. U moet het document dan zelf indienen bij uw mutualiteit.

# 11 CONTACT

---

## Secretariaat hartrevalidatie

Ingang 12, route 1434

Tel. 09 332 36 20

hartrevalidatie@uzgent.be

---

## Sociaal verpleegkundigen

Ingang 12, route 1486

sociale.hartrevalidatie@uzgent.be

---

## Kinesitherapeuten

Ingang 12, route 1477

ambulante.kine.hartrevalidatie@uzgent.be

---

## Dieetadvies

hartreval.dieet@uzgent.be

---

## Psychologen

Via secretariaat hartrevalidatie

---

## Rookstopconsulent

Via secretariaat hartrevalidatie

---

## Revalidatieartsen

Via secretariaat hartrevalidatie









---

## Secretariaat hartrevalidatie

Ingang 12, route 1434

T +32 (0)9 332 36 20

hartrevalidatie@uzgent.be

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

---

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

[www.uzgent.be](http://www.uzgent.be)

Volg ons op

