

Team

Coördinator – t 014 24 60 94 (8 -16 uur)

Lise Boddaert, diëtiste

Mail: obesitas.revalidatie@azherentals.be

Artsen

Obesitaschirurgen: dr. P. Storms, dr. K. De Pooter,
dr. E. Vangenechten

Revalidatiearts: dr. B. Bogaert

Cardioloog: dr. A. Voet

Endocrinoloog: dr. D. Lee, dr. T. Maes, dr. B. Vets

Kinesithérapie – t 014 24 64 52

Loes Driesen

Sam De Wit

Diëtiste – t 014 24 60 94

Lise Boddaert

Psycholoog – t 014 24 61 91

Evie De Graef

Praktisch

Aanmeldingen bij:

Coördinator – t 014 24 60 94 (8 – 16 uur)

Lise Boddaert, diëtiste

Mail: obesitas.revalidatie@azherentals.be



**Obesitasrevalidatie
post-chirurgie**

Inleiding en doel

Uw vermageringsingreep was de eerste stap naar een gezond en actief leven. Nu komt het erop aan om een nieuwe balans in uw leven te vinden. Gezonde voeding en veel beweging zijn de sleutels voor een blijvend resultaat. Het succes van de ingreep ligt ook in uw eigen handen.

Via dit multidisciplinaire revalidatietraject willen we u hierbij graag ondersteunen.

Tijdens het bewegingsprogramma traint u samen met mensen die dezelfde ingreep ondergingen. Dankzij deze contacten wordt bewegen makkelijker en kunt u ervaringen uitwisselen.

Programma

Het programma dat wordt aangeboden bestaat uit verschillende fasen:

Intake

Grotendeels valt dit samen met de screening voor de ingreep. Na de ingreep moet u nog een fietsproef doen bij de cardioloog en langs de arts fysische geneeskunde.

Module start

(week 3 - week 6 post-operatie = 4 weken)

Gedurende 4 weken komt u 2x/week gedurende ruim 1 uur lichte bewegingsoefeningen doen, aangepast aan de beperkingen die er nog zijn na een heelkundige ingreep.

Intensieve Module

(week 7 - week 27 post-operatie = 20 weken)

Gedurende 20 weken neemt u deel aan een multidisciplinair traject. Tweemaal per week volgt u een aangepast bewegingsprogramma (ruim 1 uur).

U neemt deel aan 5 thema-avonden die worden verzorgd door de diëtiste en de psycholoog. Tijdens deze avonden krijgt u tips en leert u vaardigheden die de kansen op een langdurig succes van uw operatie nog vergroten. Deze avonden gaan o.a. over koken na een gastric bypass, etiketten lezen, mindful eating, emotioneel eten, zelfvertrouwen en hervalpreventie. Er wordt steeds ruimte gemaakt om ervaringen uit te wisselen.

In totaal heeft u recht op 48 sessies met bewegingsoefeningen (2 sessies per week). Deze sessies kunnen binnen een periode van maximaal 30 weken opgenomen worden, zodat u een vakantie- of ziekteperiode kunt overbruggen.

Onderhoudsmodule

Na het traject krijgt u de mogelijkheid om in het ziekenhuis te blijven sporten voor 9 euro per uur.

Planning

De sportsessies vinden plaats op dinsdag en donderdag om 10.00 uur of 18.00 uur.

De thema-avonden worden gepland op donderdag om 16.30 uur. U kan in totaal 5 avonden volgen.

Wie komt in aanmerking?

Patiënten na een gastric bypass kunnen starten vanaf de 3^e week na de ingreep.

Terugbetaling

Als u zich kandidaat stelt voor dit programma, dan moet u zich voor het ganse traject engageren.

Voor de intake en evaluatie gelden de prijzen van consultaties.

Voor het multidisciplinaire traject wordt een vaste kost aangerekend voor de thema-avonden, ongeacht jullie aanwezigheid. Hiervoor wordt bij aanvang van het traject 215 euro aangerekend. De sessies fysiotherapie worden per reeks aangerekend.

Voor de consultaties en fysiotherapie gelden de normale terugbetalingstarieven van uw mutualiteit. Verschillende mutualiteiten voorzien bovendien een extra tussenkomst bij het volledig afwerken van dit multidisciplinaire programma. Voor meer informatie kunt u terecht bij uw ziekenfonds of bij de coördinator.