

Behandeling

Fysiotherapie bij hartfalen

Mensen met hartfalen hebben vaak minder energie voor de dagelijkse activiteiten. Door oefening onder deskundige begeleiding is daar iets aan te doen.

Voor iedereen met hartfalen is het goed om in beweging te blijven, binnen de eigen mogelijkheden. Door het hartfalen kan het zijn dat uw conditie sterk is achteruitgegaan. Denk hierbij aan de kracht en uithoudingsvermogen van de spieren, maar ook aan het inspanningsvermogen van hart en longen. Fysiotherapie kan dit verbeteren.

Starten met deze therapie kan na overleg met uw cardioloog of verpleegkundig specialist cardiologie. Ook kan uw huisarts advies geven over het starten van de therapie. Een verwijzing met daarop al de relevante gegevens is zeer wenselijk.

(073) 553 61 55

Maandag t/m vrijdag 8.00 - 16.30 uur

Hoe verloopt de behandeling?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over de behandeling.

Waar vindt de behandeling plaats?

De behandeling vindt plaats in het Jeroen Bosch Ziekenhuis, bij de afdeling Paramedische Ziekenhuiszorg. Behandeling kan ook plaatsvinden bij een fysiotherapeut bij u in de buurt. Op de website www.hartfalenfysiotherapie.nl

(<https://www.hartfalenfysiotherapie.nl/>) vindt u een overzicht van fysiotherapeuten die zich hebben gespecialiseerd in fysiotherapie bij hartfalen.

Wat is het doel van de behandeling?

Samen met uw fysiotherapeut stelt u een aantal haalbare trainingsdoelen op. Uiteindelijk doel is dat u weer een aantal activiteiten uitvoert die eerder niet meer gingen. Bijvoorbeeld: weer 45 minuten kunnen wandelen; 40 km op een e-bike fietsen; lichte huishoudelijke activiteiten uitvoeren; weer *jeu de boules* spelen.

Hoe ziet de behandeling eruit?

Onder begeleiding van de fysiotherapeut oefent u om uw trainingsdoelen te bereiken.

U traint 2 keer per week en gebruikt daarbij toestellen, gewichten, de hometrainer en eventueel de loopband. Een training duurt 1 uur.

We besteden aandacht aan het verbeteren van de spierkracht en het uithoudingsvermogen. Ook bespreken we hoe u uw energie kunt verdelen over de dag en wat het belang is van korte rustpauzes.

Naast de training raden we u aan elke dag lichamelijk actief te zijn.

Hoe lang duurt de behandeling?

De behandeling met fysiotherapie in het ziekenhuis duurt ongeveer 8 tot 12 weken.

Wordt de behandeling vergoed?

Als de training in het Jeroen Bosch Ziekenhuis plaatsvindt dan worden de kosten vergoed vanuit de basisverzekering. Vindt de training plaats bij een fysiotherapeut bij u in de buurt ('eerstelijns') dan vallen de kosten onder de aanvullende ziektekostenverzekering.

Na de behandeling

Als de behandeling is afgerond is het van belang dat u lichamelijk actief blijft om het resultaat vast te houden. Dat kan door de geleerde oefeningen thuis of op een fitnessclub te blijven uitvoeren. Ook is het belangrijk om zeer regelmatig de afstand te wandelen of fietsen die u met de training gehaald heeft.

Praktische tips

Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis moet u meenemen: een geldig legitimatiebewijs, uw JBZ-patiëntenpas en uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO). Hier vindt u meer informatie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee>) over wat u moet meenemen.

Bekijk uw zorgverzekering

Het is uw eigen verantwoordelijkheid na te gaan of u verzekerd bent voor de zorg waarvoor u naar het Jeroen Bosch Ziekenhuis komt. Bekijk van tevoren uw polisvoorwaarden of informeer bij uw zorgverzekeraar (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/kosten-en-zorgverzekering>).

MijnJBZ

Via de beveiligde website MijnJBZ (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>) kunt u thuis uw persoonlijke en medische gegevens inzien zoals die in het JBZ bekend zijn.

Betrokken afdelingen

Fysiotherapie (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/fysiotherapie>)

Cardiologie (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/cardiologie>)

Code PMD-005