Behandeling

# Ergotherapie thuis

U kunt terecht bij de ergotherapeut als u door een aandoening, ongeluk of operatie moeite heeft om uw dagelijkse handelingen uit te voeren.

Iedereen doet dagelijkse activiteiten zoals koken, werken, aankleden, telefoneren of boodschappen. Veel van deze handelingen gaan automatisch, zonder dat u erbij nadenkt. Als de uitvoering moeilijker gaat, wordt pas duidelijk hoe ingewikkeld zoiets kan zijn.

Ergotherapie maakt het (weer) mogelijk om uw dagelijkse activiteiten, zo zelfstandig mogelijk uit te voeren na een aandoening, ongeluk of een operatie. Daarbij gaan we uit van uw persoonlijke wensen: welke activiteiten zijn voor u het meest belangrijk. Ergotherapie vindt plaats waar u gewend bent om de activiteiten uit te voeren, bijvoorbeeld bij u thuis.

## Hoe verloopt de behandeling?

### Waar kan de ergotherapeut u thuis bij helpen?

- Het trainen en opnieuw aanleren van activiteiten, zoals aankleden, huishoudelijk werk, hobby's of uw werk. De ergotherapeut oefent bijvoorbeeld de handcoördinatie zodat het schrijven en snijden beter gaat. Een ergotherapeut kan ook helpen zoeken naar oplossingen voor veranderingen in het denken, zoals verminderde concentratie, geheugen of planning.
- Zit- en ligadvies, zodat u prettig kunt zitten, liggen of van houding kunt veranderen.
- Het geven van advies bij het voorkomen of herstel van decubitus (doorligplekken).
- Balans vinden tussen rust en activiteit. Activiteiten aanpassen zodat deze minder energie kosten.
- Het geven van adviezen aan uw mantelzorgers, zodat zij u beter kunnen ondersteunen.
- Valpreventie in- en om huis.
- Adviezen over hulpmiddelen om uw zelfredzaamheid te vergroten. Hierbij kan de ergotherapeut u leren omgaan met hulpmiddelen en/of voorzieningen, zoals een sta-op stoel, een scootmobiel en hulpmiddelen voor het aan- en uittrekken van steunkousen.
- Bemiddelen en advies geven tussen u en instanties die hulpmiddelen en aanpassingen leveren. Bijvoorbeeld voor een rolstoel of een douchestoel.

Ergotherapie helpt u om uw dagelijkse activiteiten weer zo optimaal mogelijk en naar tevredenheid te doen.

### Verwijzing en vergoeding

U krijgt eerstelijns ergotherapie 10 uur per kalenderjaar vergoed vanuit het basispakket (als het eigen risico op is). Uw behandelend arts geeft u bij ontslag mogelijk een verwijzing mee voor ergotherapie. Heeft u geen verwijzing gehad? Dan kunt u deze bij uw huisarts vragen. U kunt ook zonder verwijsbrief (directe toegankelijkheid) een afspraak maken bij een eerstelijns ergotherapie praktijk.

Meer informatie en adressen van ergotherapeuten in uw omgeving vindt u op de website www.ergotherapie.nl (https://www.ergotherapie.nl).

## Heeft u nog vragen?

Als u nog vragen heeft, dan kunt u of uw naaste deze stellen aan de ergotherapeut.

# Betrokken afdelingen

Ergotherapie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/ergotherapie)

Revalidatiegeneeskunde (Tolbrug) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/tolbrug-revalidatiegeneeskunde)

Code PMD-121

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis