Behandeling

Poliklinische revalidatie voor volwassenen

‘Poliklinisch revalideren’ betekent dat u tijdelijk een of meer keren per week naar Tolbrug komt om te revalideren, alleen of in een groep. U wordt dus niet opgenomen.

Met goede begeleiding leren wij u (weer) zo zelfstandig mogelijk te functioneren. Uw initiatief en motivatie om te trainen zijn daarbij onmisbaar. Ook uw naasten, zoals uw partner of gezinsleden, betrekken en begeleiden we in het omgaan met de beperkingen die u ervaart.

Uw behandeling kan plaatsvinden in 's-Hertogenbosch (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/locatie-s-hertogenbosch) of Uden (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/udens-duyn). De duur van uw behandeling hangt af van uw situatie. Deze stellen we in overleg met u, uw arts en het behandelteam vast in de loop van het revalidatieproces.

Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/poliklinische-revalidatie-voor-volwassenen).

Voor wie?

Poliklinische revalidatie is bedoeld voor mensen met motorische en/of cognitieve beperkingen. Dit kan zijn vanwege ziekte, een ongeval of een (aangeboren) aandoening. Hierdoor heeft u mogelijk meer moeite met bijvoorbeeld lopen, eten, spreken, schrijven, zitten, sporten, leren, werken of contact maken. Soms leidt deze beperking ook tot een beperking op andere gebieden, bijvoorbeeld op sociaal of emotioneel gebied.

Tijdens de revalidatie staat u centraal. We gaan altijd uit van uw leervraag en vertalen die samen met u naar behandeldoelen. Dit kan zijn op gebied van activiteiten van het dagelijks leven zoals aankleden of koken, maar ook dagbesteding als sport of werk. Soms leert u om iets op een andere manier te doen of te leren omgaan met een hulpmiddel. Soms ook kunnen we de gevolgen van de aandoening verminderen of u beter leren omgaan met uw beperkingen.

(073) 553 56 00

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Hoe verloopt de behandeling?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw behandeling

Aanmelding

Om gebruik te maken van onze begeleiding heeft u een verwijzing nodig van een huisarts of medisch specialist. Wij streven ernaar om u binnen 2 weken te laten weten wanneer u terecht kunt voor een gesprek met onze revalidatiearts.

De revalidatiearts onderzoekt u en bespreekt met u of er een indicatie is voor poliklinische revalidatie bij Tolbrug. Soms kan behandeling plaatsvinden bij u in de buurt.

Uw revalidatieprogramma

Behandelfase

De revalidatiearts of Physician Assistant (PA) bespreekt globaal het programma met u tijdens uw eerste afspraak op de polikliniek. Daar overleggen we ook welke behandelaren u kunnen helpen bij het behalen van uw behandeldoelen.

Behandelingen vinden plaats van maandag t/m vrijdag tussen 8.00 en 17.30 uur. Soms kan een consult plaatsvinden via een video-afspraak (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/video-afspraak-met-uw-zorgverlener-bij-revalidatiecentrum-tolbrug).

Gedurende uw behandeling vindt er regelmatig een bespreking plaats met alle behandelaren die bij u betrokken zijn. Hier nodigen we ook u en uw naaste voor uit. Samen evalueren we de behandeling en kijken we vooruit naar de volgende periode. U krijgt hierbij de ruimte om actief deel te nemen. U kunt zich voorbereiden door het verslag te lezen dat de behandelaren van te voren invullen. U vindt dit verslag in mijnjbz (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz), onder patiëntenbrieven.

Groepsbehandeling

Bij Tolbrug kunt u revalideren in een groep (maximaal 14 revalidanten). Groepsbehandeling (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/groepsbehandeling-revalideren-is-leren) vindt 1 of 2 keer per week plaats, afhankelijk van in welke groep u zich bevindt. De bijeenkomsten zijn op vaste momenten en duren steeds 3 uur.

Ook bij de groepsbehandeling staan uw leervragen en doelen centraal. Deze doelen bepaalt u per periode samen met uw behandelaren. Voordeel van revalideren in een groep is dat u andere revalidanten ontmoet en van elkaar leert. Ook is er meer ruimte om met dagelijkse activiteiten te oefenen (ook buiten het revalidatiecentrum).

Afrondingsfase

Samen met uw behandelaars maakt u een toekomstplan om behaalde doelen thuis te blijven voortzetten. Na afronding van de behandeling kan de revalidatiearts/PA u zo nodig doorverwijzen naar een behandelaar buiten Tolbrug, bijvoorbeeld een ergotherapeut of fysiotherapeut bij u in de buurt.

De revalidatiearts informeert de arts die u heeft verwezen schriftelijk over de behandeling.

Na enkele weken of maanden heeft u nog een controleafspraak met de revalidatiearts/PA. U bespreekt dan samen hoe het met u gaat.

Behandelteam

Revalidatiearts

De revalidatiearts coördineert uw behandeling en is eindverantwoordelijk. De revalidatiearts:

- bekijkt vanuit de medische kant hoe u in de toekomst zo goed mogelijk kunt functioneren;
- bespreekt met u de resultaten uit onderzoeken en geeft de mogelijkheden voor behandeling aan;
- stelt een behandelplan op in nauwe samenwerking met de behandelaars en met u. Het behandelplan is afgestemd op uw hulpvragen en de behandelmogelijkheden van Tolbrug;
- beantwoordt al uw vragen. Bijvoorbeeld over het behandelplan en andere zaken over de behandeling als geheel;
- heeft contact met de huisarts en andere specialisten.

Revalidatiecoach

Uw revalidatietraject begint misschien in het ziekenhuis of revalidatiecentrum maar daar eindigt het niet. Belangrijk is dat u weer zo zelfstandig mogelijk in uw dagelijks leven kunt functioneren, waarbij u zo min mogelijk hulp nodig heeft of weet waar u deze kunt krijgen. Een revalidatiecoach:

- kan helpen om uw leerdoelen op een rijtje te zetten en het overzicht te bewaren;
- is er voor u maar ook voor uw partner/mantelzorger;
- is makkelijk te bereiken, veel aanwezig en weet wie u het beste kan helpen op alle onderdelen;
- is naast coach ook behandelaar en helpt u om het beste uit uw revalidatie te halen.

Psycholoog

De psycholoog doet psychologisch onderzoek, door met u in gesprek te gaan of tests af te nemen. De psycholoog begeleidt u bij psychische problemen en coacht het team waar nodig om u op een passende manier te ondersteunen. De psycholoog:

- helpt u bij psychische klachten zoals angst, depressie of acceptatie- en verwerkingsproblemen;
- kan u helpen om uw revalidatieproces zo optimaal mogelijk te benutten, zoals inzicht geven in uw leerstijl;
- geeft inzicht en advies bij gedrag of persoonlijkheid en/of veranderingen hierin;
- richt zich op cognitieve functies zoals oriëntatie, aandacht of het geheugen;
- stelt samen met u en het behandelteam een cognitief behandelprogramma op, zodat u op de passende manier begeleiding krijgt;
- is indirect betrokken bij vragen vanuit het team over gedrag, cognitie of psychische problemen.

Fysiotherapie

De fysiotherapeut onderzoekt en stimuleert uw bewegingsmogelijkheden. De fysiotherapeut:

- besteedt aandacht aan het (beter) leren bewegen, coördinatie en spierkracht;
- leert u weer zoveel mogelijk te doen met lichaamsdelen die blijvend niet (goed) meer werken. Dit bereikt u door andere spieren of lichaamsdelen te gebruiken, door dingen op een andere manier te doen of door een hulpmiddel te gebruiken;
- begeleidt en traint u bij het omgaan met hulpmiddelen zoals prothese en spalken;
- besteedt ook aandacht aan inspanning en ontspanning in uw behandeling.

Ergotherapeut

De ergotherapeut onderzoekt en stimuleert uw ontwikkeling bij alledaagse handelingen, zoals aan- en uitkleden, eten, werken, huishouden en hobby’s. De ergotherapeut:

- richt zich op een goede samenwerking van motoriek en zintuigen in de arm-/handfunctie;
- zoekt samen met u naar praktische oplossingen voor problemen in alledaagse handelingen;
- bespreekt de mogelijkheden en beperkingen op het gebied van tijdsbesteding en werk, waaronder de verdeling van uw energie over de dag;
- adviseert over uw zit- en werkhouding en over een geschikte daginvulling;
- adviseert en begeleidt u bij woningaanpassingen en de aanvraag van voorzieningen zoals een (rol)stoel en andere hulpmiddelen.

Logopedist

De logopedist houdt zich bezig met het begrijpen, praten, lezen en schrijven, maar ook met ademhaling en slikbewegingen. De logopedist:

- helpt u als u problemen heeft met slikken;
- besteedt aandacht aan adem- en stemoefeningen;
- zoekt naar oplossingen om ervoor te zorgen dat u zo goed mogelijk kunt communiceren;
- bespreekt uw problemen met het begrijpen en praten met u en uw partner of andere familieleden;
- bespreekt de mogelijkheden en beperkingen op het gebied van tijdsbesteding en werk.

Bewegingsagoog

De bewegingsagoog houdt zich bezig met het (op-)nieuw of anders aanleren van bewegingen. Daarbij worden sport en bewegen als middel gebruikt. De bewegingsagoog:

- werkt met u aan het verbeteren van de coördinatie, balans en conditie tijdens het bewegen;
- begeleidt u bij het zoeken naar passende sport- en beweegmogelijkheden na de revalidatieperiode;
- helpt u bij het bevorderen van een actieve leefstijl en het (her)ontdekken van plezier in bewegen.

Psychomotorisch therapeut

De psychomotorisch therapeut houdt zich bezig met problemen in het psychisch, sociaal en lichamelijk functioneren. Daarbij worden beweegvormen en/ of lichaamsgerichte oefeningen ingezet als middel om stil te staan bij lichamelijke en emotionele ervaringen. De psychomotorisch therapeut:

- leert u uw lichaamssignalen, gevoelens en gedragingen steeds beter te herkennen en begrijpen;
- oefent samen met u nieuwe psychosociale vaardigheden die u thuis of op het werk kunt gebruiken;
- helpt u spanning te reguleren door middel van ademhalings- en/of ontspanningsoefeningen;
- richt zich op het verminderen of wegnemen van klachten, het bevorderen van het welbevinden en/of het leren accepteren van klachten.

Maatschappelijk werker

De maatschappelijk werker helpt u bij uw praktische vragen en problemen die het gevolg zijn van uw ziekte, aandoening en/of letsel. Als het nodig en mogelijk is, betrekken we uw naasten bij uw behandeling.

De maatschappelijk werker:

- adviseert u bij allerlei (praktische) vragen en problemen op het gebied van o.a. werk, gezin en vrijetijdsbesteding;
- helpt u met het aanvragen van voorzieningen, bijvoorbeeld bij gemeente (WMO = Wet Maatschappelijke Ondersteuning), zorgverzekeraar of persoonsgebonden budget en verwijst door waar nodig;
- helpt u bij het verwerken, accepteren en leren omgaan met de gevolgen van uw aandoening, ziekte en/of letsel op uw eigen leven, en dat van uw naasten, en kan hierbij emotionele steun geven.

Ervaringsdeskundigen

Bij Tolbrug werken ervaringsdeskundigen. Zij hebben zelf een revalidatieproces doorgemaakt en kunnen u door hun ervaringen, kennis en vaardigheden ondersteunen bij het werken aan uw herstel.

Ze geven informatie en helpen u waar nodig om bij het behandelteam aan te geven wat belangrijk is voor u. Ook kan de ervaringsdeskundige u in contact brengen met mensen met ongeveer dezelfde ervaringen.

Praktische informatie

Locatie 's-Hertogenbosch

Als u de revalidatiebehandeling volgt op de locatie 's-Hertogenbosch, vindt u hier praktische informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/praktische-informatie-bij-poliklinische-revalidatie-s-hertogenbosch).

Locatie Uden

Als u de revalidatiebehandeling volgt op de locatie Uden, vindt u hier praktische informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/praktische-informatie-bij-poliklinische-revalidatie-uden).

Praktische tips

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Betrokken afdelingen

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

Code REV-030a

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis