Trainen om fit te zijn voor de operatie, nu ook dichtbij huis

Als je een grote operatie moet ondergaan, helpt het als je zo fit mogelijk bent voor de operatie. Uit onderzoek blijkt dat de kans op complicaties dan kleiner is, dat patiënten eerder met ontslag kunnen en minder vaak opnieuw opgenomen hoeven te worden. Het Jeroen Bosch Ziekenhuis (JBZ) biedt sinds 2019 een voedings- en trainingsprogramma van vier weken voor patiënten die een darmoperatie krijgen. Sinds enkele maanden kan het programma ook gevolgd worden door patiënten met blaaskanker. Tot nu toe kwamen deelnemers altijd naar het JBZ voor de training. Sinds 1 juli wordt het programma ook aangeboden in het Medisch Centrum Den Bosch Oost.



Het programma bestaat uit drie keer per week een cardio- en krachttraining. De deelnemers trainen in groepjes van maximaal vier personen onder toezicht van een fysiotherapeut. Verder krijgt iedere deelnemer een op maat gemaakt voedingsadvies van

een diëtist.

Patiënten die willen trainen om zo fit mogelijk een operatie in te gaan, kunnen nu door de verpleegkundige of medisch specialist dus verwezen worden naar het Medisch Centrum Den Bosch Oost. Zij volgen hetzelfde trainingsprogramma van het JBZ dan dichtbij huis. Patiënten kunnen er ook nog steeds voor kiezen om het programma in het JBZ te volgen.

De samenwerking op het gebied van deze zogenoemde ‘prehabilitatie’ tussen een ziekenhuis en het gezondheidscentrum in de wijk is uniek. Voorlopig biedt alleen Medisch Centrum Den Bosch Oost het programma van het Jeroen Bosch Ziekenhuis aan. Als de samenwerking succesvol verloopt, hoopt het JBZ het programma uit te breiden naar meer soorten operaties en naar samenwerking met meer zorgorganisaties.

Leuk om te lezen een artikel in het Brabants Dagblad: "Een buikoperatie is als een zware bergetappe in de Tour de France, en dus wil het JBZ topfitte patiënten (https://www.bd.nl/den-bosch-vught/een-buikoperatie-is-als-een-zware-bergetappe-in-de-tour-de-france-en-dus-wil-het-jbz-topfitte-patienten~a3fd902d)"

Code JBZ-029

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis