



Niet Klinische Hartfalen Revalidatie (NKHFR)

In het Maastricht UMC+

Het MUMC+ heeft in samenwerking met CIRO Horn (Centraal Instituut Regio Orgaanfalen) een revalidatieprogramma ontwikkeld voor mensen met hartfalen.

Tijdens dit revalidatieprogramma wordt u begeleid door een multidisciplinair team. Dit team bestaat uit een hartfalenverpleegkundige, een diëtiste, een ergotherapeut, een psycholoog en een fysiotherapeut. Op dit blad krijgt u hierover meer informatie.

Hartfalen

Uw hart is een spier die als een pomp zorgt dat het bloed onophoudelijk door ons lichaam stroomt. In rust, slaat het hart ongeveer 70 keer per minuut (polsslag) en wordt 4 tot 5 liter bloed door ons lichaam gestuurd.

Wanneer u hartfalen heeft, schiet de pompfunctie van uw hart tekort. Hierdoor komt er minder bloed bij uw organen, spieren en weefsels en ervaart u klachten zoals vermoeidheid, kortademigheid en vochtophoping.

Hartfalen is een chronische aandoening, wat betekent dat de klachten in meer- of mindere mate op gezette tijden terug kunnen komen. De oorzaak is niet altijd duidelijk. Nieuwe medicijnen en een betere begeleiding hebben de kwaliteit van leven van mensen met hartfalen opvallend verbeterd.

Uw deelname

Aanmelding voor deze revalidatie gebeurt in samenspraak met uw cardioloog en hartfalenverpleegkundigen. De cardioloog meldt u aan voor een intake assessment in CIRO Horn. Dit houdt in dat u drie dagen opgenomen wordt in CIRO Horn, waar een aantal testen en metingen worden uitgevoerd om uw gezondheidstoestand in kaart te brengen. Hierna wordt besloten of u uw revalidatie in het MUMC+ start.

Aan de hand van de resultaten van het intake assessment wordt er een persoonlijk revalidatieprogramma voor u op maat samengesteld.

Het niet klinische revalidatie programma in het MUMC+

Wanneer u in aanmerking komt voor de niet klinische hartfalen revalidatie, gaat u een revalidatieprogramma van 16 weken (totaal 40 sessies) tegemoet.

De eerste 8 weken traint u op maandag, woensdag en de vrijdag. De laatste 8 weken traint u op de dinsdag en de donderdag. De aanvangstijd is 8:45 uur en eindigt rond 11:45 uur.

De revalidatie gebeurt in groepsverband. Met behulp van de testresultaten uit CIRO Horn krijgt u een programma op maat aangeboden, zodat u op uw niveau de best mogelijke zorg kunt ontvangen.



Wat kunt u verwachten van de revalidatie

- Conditie en kracht training.
- Sport en spel / ontspanningsactiviteiten in de sportzaal en in het zwembad.
- Educaties (voorlichting) van de diëtetiek, de hartfalen verpleegkundige, de fysiotherapie, de psychologie en de ergotherapie. Deze educaties worden in groepsverband aangeboden maar kunnen ook individueel een vervolg krijgen.

Na uw revalidatie

Aan het einde van uw niet klinische revalidatie in het MUMC+ volgt een eind-assessment van twee dagen in CIRO Horn. Tijdens deze twee dagen worden dezelfde testen afgenomen als bij het intake-assessment om te zien welke vorderingen u heeft gemaakt door middel van de revalidatie.

Om uw conditie na uw revalidatie op peil te houden, adviseren wij u om in uw eigen omgeving verder te trainen. Dit kan bijvoorbeeld bij een fysiotherapeut, een fitnesscentrum of bij een sportclub. U kunt tijdens uw revalidatie hier al in uw omgeving naar de mogelijkheden informeren en dit met uw fysiotherapeut(e) bespreken.

Contact

Heeft u na het lezen van dit informatieblad nog vragen? Neem dan gerust contact met ons op.

- Roy.Ridder@mumc.nl
- Stephan.Kleynen@mumc.nl

Ook kunt u telefonisch contact op nemen met ons.

Secretariaat fysiotherapie

T: 043- 387 71 46.

Websites

- <https://www.mumc.nl/patient-bezoeker/specialismen-afdelingen/fysiotherapie>
- www.mumc.nl