



## Fysiotherapie

# Revalidatie voor en na een longoperatie

De longarts en chirurg hebben besloten dat u voor een longoperatie in aanmerking komt. Om zo goed mogelijk van deze operatie te herstellen en de kans op complicaties zo klein mogelijk te houden, is het van belang dat uw conditie voor de operatie zo optimaal mogelijk is. De fysiotherapeuten in het Ziekenhuis Rivierenland kunnen u hierbij helpen. Ook na de operatie kunnen zij u helpen bij uw herstel en het weer verbeteren van uw conditie.

### **Voor de operatie**

Wanneer besloten wordt dat u geopereerd gaat worden is het belangrijk om de revalidatie zo snel mogelijk te starten. De arts meldt u aan bij de coördinator longrevalidatie en die neemt direct contact met u op om een eerste afspraak in te plannen. De revalidatie bestaat uit ademspiertraining, conditietraining (trainen van uithoudingsvermogen en spierkracht) en instructie van ademhalingsoefeningen. U krijgt een trainingsprogramma op maat, dat wil zeggen een op u persoonlijk afgestemd programma.

### **Tijdens de opname in het ziekenhuis**

Soms ziet u uw fysiotherapeut nog even voor de operatie, maar dat is niet altijd het geval. Na de operatie komt de fysiotherapeut bij u langs voor instructie, controle van de ademhalingsoefeningen en oefeningen om de beweeglijkheid van de schouder te controleren. Vaak ziet u de fysiotherapeut die u ook al voor de operatie heeft begeleid. Zodra het mogelijk is, gaat u onder begeleiding van uw fysiotherapeut / verpleegkundige weer lichte activiteiten uitvoeren op de afdeling (bijv. lopen, douchen, aankleden etc).

## **Na het ontslag**

Na het ontslag uit het ziekenhuis, kunt u de revalidatie op de afdeling Fysiotherapie hervatten. Een snelle terugkeer naar de revalidatie heeft de voorkeur, omdat er op deze manier zo min mogelijk conditie verloren gaat. Uiteraard wordt er rekening gehouden met uw beperkingen op dat moment.

## **Praktische informatie na de operatie**

De revalidatie na de operatie duurt maximaal 10 weken vanaf het moment dat u start na de operatie. In de 4e week krijgt u een evaluatiegesprek met één van uw therapeuten. Wanneer hieruit blijkt dat u geen verdere therapeutische zorg nodig heeft, wordt de revalidatie beëindigd. Uiteraard is het mogelijk om de volledige revalidatie van 10 weken te volgen. Zowel bij het begin van de revalidatie, als bij het einde van de revalidatie worden er metingen gedaan om uw conditie / kracht in kaart te brengen. De trainingen vinden plaats in de fitnessruimte op de afdeling Fysiotherapie van Ziekenhuis Rivierenland Tiel. Op deze afdeling zijn kleedruimtes, douches en kluisjes aanwezig.

## **Let op!**

Om de ademspierkracht te trainen heeft u een apparaatje nodig (de Powerbreathe), waarmee u thuis dagelijks kunt oefenen. Deze Powerbreathe is patiëntgebonden. Dit betekent dat deze alleen door u wordt gebruikt. Dit brengt wel eenmalige kosten met zich mee die niet door de zorgverzekering worden vergoed.

Wij adviseren u om bij uw zorgverzekering te informeren hoe u verzekerd bent voor fysiotherapie.

## **Vragen**

Indien u vragen heeft over de revalidatie kunt u contact opnemen met de coördinator longrevalidatie of één van onze longfysiotherapeuten.

Coördinator longrevalidatie

Tel. 06 5021 5510

Longfysiotherapeuten Ziekenhuis Rivierenland Tiel

Tel. 0344 72 66 26



## **Ziekenhuis Rivierenland Tiel**

Pres. Kennedylaan 1

4002 WP Tiel

Postbus 6024

4000 HA Tiel

Tel. (0344) 67 49 11

Fax (0344) 67 44 19

Internetsite: [www.zrt.nl](http://www.zrt.nl)