

Na uw opname in Naarderheem kan het zijn dat uw revalidatie nog niet helemaal is afgerond. In dat geval vervolgt u de behandeling ambulant, dus vanuit huis. Het voordeel hiervan is dat u sneller in uw vertrouwde omgeving bent en dat eventuele knelpunten thuis direct kunnen worden opgepakt. De ambulante revalidatie wordt vergoed door uw zorgverzekeraar.

Voorwaarden

U kunt ambulant revalideren wanneer er in de komende weken twee of meer disciplines bij uw behandeling betrokken zijn. Daarnaast is het belangrijk dat u voldoende zelfstandig bent.

Dit betekent dat u:

- zelf in en uit bed kunt komen;
- zelfstandig naar het toilet kunt, eventueel met een hulpmiddel.

Indien nodig vraagt Naarderheem thuiszorg voor u aan. Houd er wel rekening mee dat ook ondersteuning van uw naasten nodig kan zijn. Taken zoals boodschappen doen en koken vallen niet onder de thuiszorg.

Dagelijkse routine oppakken

In uw eigen omgeving merkt u het best hoe het gaat met het oppakken van de dagelijkse routine, en dat bevordert uw herstel.

Revalidatieplan

De ambulante revalidatie sluit aan op uw klinische herstel en duurt doorgaans twee tot vier weken, soms korter of langer. U krijgt één of meerdere dagen per week behandeling, thuis of in Naarderheem.

Samen met u en uw naasten evalueren we regelmatig, zodat uw doelen steeds goed blijven aansluiten bij uw voortgang.

Uw behandelaren

Het revalidatieteam bestaat uit verschillende behandelaren, onder leiding van de specialist ouderengeneeskunde. Meestal zijn in ieder geval een fysiotherapeut en een ergotherapeut betrokken. Let op: vanaf het moment dat u thuis bent, is uw eigen huisarts weer het eerste aanspreekpunt voor medische vragen.

Vervoer en afspraken

Als u naar Naarderheem komt voor behandeling, zijn er verschillende mogelijkheden:

- U reist zelfstandig of wordt gebracht door uw naasten.
- U kunt in aanmerking komen voor vervoer via uw zorgverzekeraar. Dit regelt u zelf.

Compaan

Een deel van uw behandeling kan via beeldbellen plaatsvinden, waarbij de behandelaar op afstand meekijkt. Hiervoor krijgt u een Compaan, een gebruiksvriendelijke tablet.

Hierop staan uw agenda met behandelafspraken en extra oefeningen die u helpen zelfstandig aan uw revalidatiedoelen te werken.

Afronding en nazorg

Uw ambulante revalidatie stopt zodra behandeling door het multidisciplinaire team niet meer nodig is. U kunt uw revalidatie daarna eventueel voortzetten in een eerstelijnspraktijk bij u in de buurt, met een verwijzing.

Is uw revalidatie volledig afgerond, dan is geen verdere behandeling nodig.