

Kostprijs?

De ziekteverzekering komt voor een groot deel tussen in de kosten. Een persoonlijke bijdrage van 7.09euro per sessie wordt u aangerekend via de factuur van het ziekenhuis. Patiënten met een statuut van verhoogde tegemoetkoming betalen 3.54euro (tarieven 01/01/17).

Bepaalde beroepsgroepen met lage ruggijn komen in aanmerking voor bijkomende terugbetaling via Febris, na goedkeuring van de arbeidsgeestesheer. Vraag dit na aan de arts of de therapeuten.

Locatie?

SJKI
Ommegangstraat 7
8870 Izegem
straat 86

Meer info?

Mevr. Ann Hoste
Onthaal- en administratief medewerker
fysische revalidatie

+051 33 41 59
ann.hoste@sjki.be



Multidisciplinaire Rug- en nek revalidatie

Wat?

Rug en nekklachten komen zeer frequent voor en vormen een belangrijk maatschappelijk probleem. Vaak geven structurele oorzaken (artrose, discushernia,...) klachten, vaak in combinatie met een foutieve belasting van de rug door o.a. een verkeerde houding, foutief tillen, te weinig bewegen...

Grote internationale studies hebben aangetoond dat rugschool en het trainen van buik-, rug- en bekkenspiers hierop een zeer gunstig effect hebben. Het risico op herval vermindert hierdoor aanzienlijk. Ook na rugchirurgie is het zeker aangeraaden om rugschool te volgen, hiermee herstel je de rug- en buikspieren.

Tijdens de lessen leer je ook de "do's and don'ts" van je rug herkennen en ermee omgaan.

Mits een positieve ingesteldheid en goed doorzettingsvermogen kan een heel positief resultaat worden bereikt.

Inhoud / Doelstelling?

Uniek ontworpen programma, met aandacht voor:

- conditietraining
- core stability training (rug en buikspieren)
- David Back toestellen: een wetenschappelijk onderbouwd geïndividualiseerd oefenprogramma waarmee je de belastbaarheid van je rug oefent, met rechtstreekse terugkoppeling van je resultaten
- "rughygiëne": een correcte houding bij dagelijkse activiteiten
- inzicht krijgen in de bouw en biomechanica van de wervelkolom
- voor, in het midden en op het einde van de sessies wordt de beweeglijkheid en de kracht van de wervelkolom getest
- aandacht voor de pijnbeleving

En dit in een multidisciplinaire aanpak: arts, kinesitherapeut, ergotherapeut, psycholoog, ergonoom

Wie?

Patiënten met plotse of aanhoudende rug- of nekpijn, sinds meer dan 6 weken.

Patiënten die een ingreep aan rug/nek hebben ondergaan, minder dan 3 maand na hun operatie.

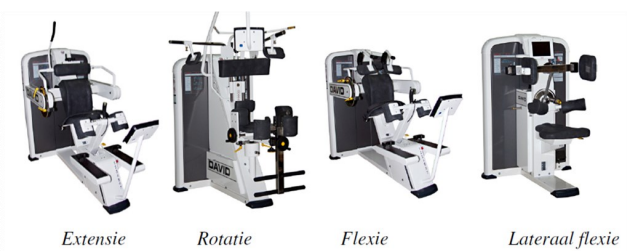
Praktisch?

36 sessies binnen een periode van 6 maanden

2x per week

Erkend centrum bij Febris (vroegere Fonds van Beroepsziekten)

Voorafgaand aan het opstarten van het programma wordt een afspraak bij de arts Fysische Geneeskunde & Revalidatie voorzien



• Samenwerken



Informatie



Toegankelijke zorg



Kwaliteitsvolle en veilige zorg