



Omdat het samen
beter gaat

Contact

Voor informatie of aanmelding kunt u contact opnemen met:

Gezondheidscentrum Het Want

Het Want 12
8802 PV Franeker
T: 0517 390 900
E: info@hetwant.nl
www.hetwant.nl

Wat beweegt u naar een
gezonde leefstijl?



www.hetwant.nl

CVA (Beroerte)

CVA (cerebro vasculair accident) of in de volksmond beroerte, is een van de belangrijkste oorzaken van lange dysfunctie. Dit kan zich uiten in uitval van een kant van het lichaam, stoornis in waarneming, stoornis in spraak/taal, vermoeidheid en verandering in gedrag en emoties. In Nederland krijgen per jaar ongeveer 47.000 mensen te maken met een CVA.

Voor lichamelijke revalidatie komt men vaak bij een fysiotherapeut. Dit kan een individuele behandeling zijn, maar uit onderzoek blijkt dat er een sterk bewijs is dat circuittraining na een beroerte een beter effect heeft op de functie van het lopen: de loopafstand, snelheid en het vermogen tot traplopen is duidelijk verbeterd.

Voor wie?

Mensen met een CVA, het liefst binnen 1 jaar na accident. Verwijzing van de specialist of huisarts is nodig voor eventuele vergoeding via de zorgverzekeraar. Ook geschikt voor mensen met CVA die in het verleden een CVA revalidatietraject hebben doorlopen en op deze manier in conditie willen blijven. Benodigde vaardigheid: FAC 3 (De cliënt heeft voor de veiligheid supervisie nodig van een persoon en heeft hooguit mondelinge begeleiding tijdens het lopen. De cliënt heeft geen lichamelijk contact nodig tijdens lopen). Het lopen kan zonder of met hulpmiddel zijn.



www.hetwant.nl

Doel

Middels allerlei circuitoefeningen, door balansverbetering, uithoudingsvermogen en krachttoename, is het doel een verbetering van het lopen te bewerkstelligen. Zowel qua snelheid als toename van de loopafstand.

Inhoud van het programma

Deze bestaat uit een intake waarbij wordt gekeken naar uw beperkingen en mogelijkheden na de CVA. Het programma duurt 16 weken en bestaat uit: ringwerpen, lopen, steppen, voetbal, komen tot lig, komen tot zit, traplopen etc. Alle onderdelen van het programma worden 3 minuten uitgevoerd. U werkt in de groep in setjes van 2 personen. Tijdens de 3 minuten rust wordt cognitief getraind door de score van uw medecursist te tellen. De training wordt begeleid door 2 geschoolde fysiotherapeuten en er is persoonlijke aandacht.

Start

Jaarlijks in oktober (contributie groep). Cliënten op verwijzing na CVA, kunnen gedurende het gehele jaar instromen.

Vergoeding / Kosten

De vergoeding van behandelingen voor chronische patiënten wordt vanaf de 21e behandeling vanuit de basisverzekering geregeld. De eerste 20 behandelingen worden vanuit de aanvullende verzekering vergoed, indien u een aanvullende verzekering voor fysiotherapie heeft afgesloten. Hebt u eerder een CVA revalidatietraject doorlopen en wilt u uw conditie en vaardigheden op peil houden, dan kunt u ook deelnemen op basis van contributie.



CVA Neurocircuittraining

CVA Neurocircuittraining bestaat uit taak specifieke werkstations zoals traplopen, ringwerpen, steppen etc, allen ter bevordering van spierkracht en balans om het lopen te kunnen verbeteren. De oefeningen kunnen in de loop van de tijd aangepast worden in moeilijkheid. Men werkt in groepjes van 2, waarbij groepsdynamiek belangrijk is.