Rééducation pluridisciplinaire du dos et du cou

azdelta
Uw ziekenhuis.

Chère patiente, Cher patient,

Votre médecin vous a adressé à nous pour une prise en charge pluridisciplinaire de vos maux de dos et/ou de cou chroniques.

Backstrong est un programme de revalidation qui a pour but de traiter **activement** vos problèmes de dos et/ou de cou, en tenant compte de vos objectifs et de la vie que vous menez. Cela signifie que vous travaillerez avec plusieurs thérapeutes **de manière active et sur une longue période** afin d'améliorer la stabilité de votre tronc (corestability) (en renforçant vos muscles) et d'améliorer votre niveau de fonctionnement.

Nous vous apprenons également à mieux comprendre tous les facteurs qui jouent un rôle dans l'apparition ou la persistance de vos symptômes afin que vous puissiez également ressentir des effets **à long terme**. En cas de problèmes liés à votre retour au travail, nous vous fournissons l'accompagnement nécessaire.

Backstrong a pour but de remettre en forme vos muscles et votre condition physique afin que vous puissiez (re)faire les choses que vous aimez et que vous vous sentiez à nouveau en pleine possession de vos moyens.

En tant qu'équipe enthousiaste, nous sommes prêts à vous accompagner dans cette démarche.

Service de médecine physique, revalidation et rhumatologie

1 Programme

Vous êtes éligible à cette revalidation si vos symptômes durent depuis 6 semaines ou plus, ou après une récente opération du dos, toujours sur recommandation de votre médecin. Le contenu du programme de revalidation est déterminé sur la base d'un entretien préliminaire approfondi. Cet entretien s'appuie sur le diagnostic, le remplissage d'une série de questionnaires et vos symptômes douloureux, votre mode de vie et de travail, et bien sûr vos objectifs en matière de travail et de loisirs.

La revalidation comprend 36 séances sur une période de 6 mois maximum. L'idéal est de suivre au moins deux séances par semaine. Chaque séance dure 2 heures et inclut des exercices actifs, une revalidation fonctionnelle, des informations sur les aides et adaptations possibles à votre environnement et, le cas échéant, un accompagnement psychologique et/ou de la relaxation. Vous serez suivi(e) par votre médecin et, en tant qu'équipe, nous vous vous fournirons un encadrement intensif.

2 Démarrage et rendez-vous

La revalidation commence par une consultation chez le médecin de revalidation. Ensuite, un démarrage peut être immédiatement programmé à l'accueil de la salle de revalidation. Les rendez-vous suivants peuvent y être pris.

Si vous participez au programme, nous attendons de vous que vous soyez présent(e) à un maximum de séances d'entraînement afin d'obtenir le meilleur résultat. Si vous ne pouvez pas respecter un rendez-vous, nous vous demandons de nous en avertir à temps. En cas d'absences régulières dont vous ne nous avez pas prévenus, d'éventuels frais administratifs vous seront facturés.

Le programme ne peut être suivi qu'une seule fois.

Les exceptions à cette règle sont :
- après une nouvelle intervention chirurgicale de la colonne vertébrale.
- après accord du médecin-conseil de la mutuelle dans le cadre de la réinsertion socioprofessionnelle.
- pour certaines catégories professionnelles, une intervention du Fonds des maladies professionnelles est possible.
- des évaluations de début et de fin sont obligatoires. Le rapport est envoyé au médecin généraliste, au médecin-conseil et, avec votre approbation, au médecin du travail.

3 Infos pratiques

Vêtements et hygiène

Il est préférable de venir aux séances d'entraînement en tenue confortable, ample ou de sport. Des casiers sont disponibles pour ranger votre veste et vos objets de valeur. Afin de garantir l'hygiène pour tous les patients, nous vous demandons de désinfecter les appareils après utilisation, à l'aide du produit mis à disposition à cet effet dans la salle d'entraînement. Il est également obligatoire de vous désinfecter les mains à l'entrée et à la sortie de la salle d'entraînement. Il est également préférable d'apporter un essuie.

Coût

Une prestation de revalidation avec ticket modérateur est facturée pour les séances de revalidation. Le coût dépend de votre statut auprès de la mutuelle et de votre maladie. Vous recevrez une facture à votre domicile. Un traitement de revalidation (à l'AZ Delta) ne peut pas être combiné à un traitement de kinésithérapie (hors de l'hôpital) le même jour. Pour toute question relative au coût, vous pouvez vous adresser au service facturation : factuur@azdelta.be ou 051 23 76 66.

4 Heures d'ouverture

	campus Brugses-teenweg	campus Menin	campus Torhout
lundi	8h30 à 12h30 - 13h00 à 20h00	14h30 à 19h00	15h00 à 19h00
mardi	8h30 à 12h30 - 13h00 à 19h00	14h30 à 19h00	8h00 à 12h00 - 15h00 à 19h00
mercredi	8h30 à 12h30 - 13h00 à 19h00	14h30 à 17h30	8h00 à 12h00
jeudi	8h30 à 12h30- 13h00 à 20h00	14h30 à 19h00	15h00 à 19h00
vendredi	8h30 à 12h30 - 13h00 à 18h00	14h30 à 17h00	8h00 à 12h00
samedi	8h00 à 10h00	/	/

Notes

Contact

AZ DELTA CAMPUS BRUGSESTEENWEG

Brugsesteenweg 90

8800 Roeselare

Secrétariat revalidation

t 051 23 61 45

Salle de revalidation

t 051 23 61 35

AZ DELTA CAMPUS MENEN

Oude Leielaan 6

8930 Menen

Secrétariat revalidation

t 056 52 26 85

Salle de revalidation

t 056 52 23 60

CAMPUS TORHOUT

Sint-Rembertlaan 21

8820 Torhout

Secrétariat revalidation

t 050 23 24 92

Salle de revalidation

t 050 23 25 41

www.azdelta.be

www.fysische-geneeskunde-azdelta.be

Source: info dienst fysische geneeskunde & revalidatie

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 5119-FR **Cette brochure est revisée le 30/12/2025**