HI²T Actief parkinson

azdelta

Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

Bewegen heeft een positief effect op de gezondheid. Het is aan te raden dat mensen met parkinson zo lang mogelijk lichamelijk actief blijven. Bewegen helpt de coördinatie, balans en kracht te verbeteren. Daarnaast zal u zich fitter voelen.

Vanuit de dienst revalidatie en het dagziekenhuis parkinson van het AZ Delta start een nieuw revalidatieprogramma voor mensen met de ziekte van Parkinson nl. HI²T.

We helpen u graag om zo fit mogelijk te blijven.

Artsen en medewerkers van het team dagziekenhuis parkinson



FYSISCHE GENEESKUNDE
REVALIDATIE
REUMATOLOGIE

ROESELARE
MENEN

www.fysische-geneeskunde-roeselare.be

Dagziekenhuis
parkinson

1 HI²T

HI²T staat voor Hoog Intensiteit Interval Trainingsprogramma. Studies tonen aan dat elke vorm van beweging zinvol is maar een training met een hoge intensiteit blijkt de beste preventie te zijn.

2 Doel

Lichaamsbeweging is dus belangrijk en heeft geen bijwerkingen. Door het bewegen en vooral door de training met een hoge intensiteit neemt de levenskwaliteit toe. Dit wordt in diverse studies aangetoond. Beweging remt dus de ziekte van Parkinson af. Bovendien kan beweging de noodzaak van meer medicamenteuze behandeling vertragen.

3 Voor wie?

U bent nog actief en u hebt geen hartproblemen.
U bent in behandeling bij een neuroloog al of niet verbonden aan het ziekenhuis die is ingelicht over dit programma en u de goedkeuring geeft om aan dit programma deel te nemen.

4 Programma

Gedurende 12-weken werkt u een programma af met professionele zorgverleners die u begeleiden in onderstaande activiteiten:

- **individuele conditietraining** via loopband, fiets, crosstrainer onder begeleiding van een kinesitherapeut
- **individuele krachttraining** onder begeleiding van een kinesitherapeut
- **groepstrainingen**: balans, corestability, allerhande work-outs zoals parkiboks... begeleid door een ergotherapeut en een kinesitherapeut

- **infosessies** bij een kinesitherapeut, ergotherapeut, diëtist en psycholoog

5 Voorbereiding

Voor u met het programma start, wordt ingepland
- een gesprek bij de parkinsonverpleegkundige
- een raadpleging bij de revalidatiearts
- testen bij de kinesitherapeut

6 Waar kan u deelnemen?

Campus Rumbeke
Deltalaan 1
8800 Roeselare
4de verdieping fysio

Campus Torhout
Sint-Rembertlaan 21
8820 Torhout
3de verdieping fysio

7 Opstart programma

September 2022 : campus Rumbeke
Januari 2023 : campus Torhout
April 2023 : campus Rumbeke

8 Kostprijs

Het ziekenhuis volgt de tarieven van het RIZIV. Het grootste deel van de sessie wordt terugbetaald door het ziekenfonds. Per sessie is er een persoonlijk aandeel van ongeveer 7,5 euro



Notities

Contact

Dagziekenhuis parkinson
Therapeutisch coördinator
Stefaan Vandekinderen
t 051 23 39 25
e stefaan.vandekinderen@azdelta.be

www.azdelta.be

Bron: dagziekenhuis parkinson