Multidisciplinaire rug- en nekrevalidatie: Backstrong

azdelta
Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

Je arts verwijst jou door voor een multidisciplinaire aanpak van je chronische rug- en/of nekklachten.

Backstrong is een revalidatieprogramma dat gericht is op een **actieve** aanpak van je rug- en/of nekproblemen, rekening houdend met jouw doelstellingen en het leven dat je leidt. Dit wil zeggen dat je samen met meerdere therapeuten **actief en langdurig** aan de slag gaat om je rompstabiliteit (core stability) te trainen door je spieren te versterken en je niveau van functioneren te verbeteren.

We leren jou ook een beter inzicht te krijgen in alle factoren die een rol spelen bij het ontstaan of onderhouden van je klachten zodat je ook op **lange termijn** effect zal ervaren.

Bij problemen met je terugkeer naar het werk, zorgen we voor de nodige begeleiding. Backstrong heeft als doel je spieren en conditie opnieuw in vorm te krijgen zodat je de dingen die je graag doet opnieuw of blijvend kan doen en je te-rug sterk kan voelen.

We staan als enthousiast team klaar jou hierbij te begeleiden.

Dienst fysische geneeskunde, revalidatie en reumatologie

1 Programma

Je komt voor deze revalidatie in aanmerking bij klachten die al 6 weken of langer duren, of na een recente rugoperatie, altijd na doorverwijzing van jouw arts. Op basis van een uitgebreid **kennismakingsgesprek** bepalen we de inhoud van het revalidatieprogramma. Dat gebeurt aan de hand van de diagnose, een aantal ingevulde vragenlijsten en jouw pijnklachten, je manier van leven en werken, en uiteraard van de doelstellingen voor je werk en vrije tijd.

De revalidatie omvat **36 sessies** over een periode van maximum 6 maanden. Idealiter volg je **minstens 2 sessies per week.** Elke sessie duurt 2 uur en omvat actieve oefentherapie, functionele revalidatie, informatie over mogelijke hulpmiddelen en aanpassingen aan je omgeving én als dat aangewezen is, ook psychologische begeleiding en/of relaxatie. Je wordt verder door je arts opgevolgd en als team zullen we jou intensief begeleiden.

2 Opstart en afspraken

De revalidatie begint met een raadpleging bij de revalidatiearts. Daarna kan er meteen een opstart gepland worden aan het onthaal van de revalidatiezaal. Verdere afspraken worden daar gemaakt.

Als je aan het programma deelneemt, verwachten wij jouw aanwezigheid tijdens zo veel mogelijk oefensessies, dit om het beste resultaat te bekomen. Als je een afspraak niet kan nakomen, vragen wij je om tijdig te verwittigen. Bij regelmatige onverwittigde afwezigheid, kunnen wij een eventuele administratieve kost in rekening brengen.

Het programma kan slechts één maal worden gevolgd. Uitzonderingen hierop zijn:

- na een nieuwe chirurgische ingreep op de wervelzuil
- na akkoord van de adviserend arts van het ziekenfonds in het kader van socioprofessionele re-integratie
- voor bepaalde beroepscategorieën is een tussenkomst van het Fonds voor Beroepsziekten mogelijk.
- Begin- en eindevaluatie zijn verplicht. Het verslag hiervan versturen we naar de huisarts, adviserend arts en met jouw goedkeuren ook naar de bedrijfsarts.

3 Praktisch

Kledij en hygiëne

Je komt het best naar de oefensessie in gemakkelijke, loszittende of sportieve kledij. Je neemt ook best een handdoek mee. Er zijn lockers beschikbaar om je jas en waardevolle voorwerpen in op te bergen. Om de hygiëne voor elke patiënt te verzekeren, vragen we jou de toestellen na gebruik te ontsmetten met het product dat daarvoor beschikbaar is in de oefenzaal. Het is ook verplicht om wanneer je de oefenzaal binnenkomt of verlaat je handen te ontsmetten.

Kostprijs

Voor de revalidatiesessies wordt telkens een revalidatieprestatie aangerekend met remgeld. De kostprijs is afhankelijk van je statuut bij het ziekenfonds en je ziektebeeld. Je ontvangt een factuur op je thuisadres.

Een revalidatiebehandeling (in AZ Delta) kan niet gecombineerd worden met een kinebehandeling (buiten het ziekenhuis) op dezelfde dag.

Bij verdere vragen rond de kostprijs kan je terecht bij de dienst facturatie: factuur@azdelta.be of 051 23 76 66.

4 Openingsuren

	campus Brugsesteenweg	campus Menen	campus Torhout
ma	8.30 tot 12.30 uur - 13.00 tot 20.00 uur	14.30 tot 19.00 uur	15.00 tot 19.00 uur
di	8.30 tot 12.30 uur - 13.00 tot 19.00 uur	14.30 tot 19.00 uur	8.00 tot 12.00 uur - 15.00 tot 19.00 uur
woe	8.30 tot 12.30 uur - 13.00 tot 19.00 uur	14.30 tot 17.30 uur	8.00 tot 12.00 uur
do	8.30 tot 12.30 uur- 13.00 tot 20.00 uur	14.30 tot 19.00 uur	15.00 tot 19.00 uur
vrij	8.30 tot 12.30 uur - 13.00 tot 18 uur	14.30 tot 17.00 uur	8.00 tot 12.00 uur
za	8.00 tot 10.00 uur	/	/

Notities

Contact

AZ DELTA CAMPUS BRUGSESTEENWEG

Brugsesteenweg 90

8800 Roeselare

Secretariaat revalidatie

t 051 23 61 45

Revalidatiezaal

t 051 23 61 35

AZ DELTA CAMPUS MENEN

Oude Leielaan 6

8930 Menen

Secretariaat revalidatie

t 056 52 26 85

Revalidatiezaal

t 056 52 23 60

AZ DELTA CAMPUS TORHOUT

Sint-Rembertlaan 21

8820 Torhout

Secretariaat revalidatie

t 050 23 24 92

Revalidatiezaal

t 050 23 25 41

www.azdelta.be

www.fysische-geneeskunde-azdelta.be

Bron: 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-NL **Deze brochure is laatst aangepast op 08/01/2026**