



## Revalideren na een ziekenhuisopname in De Die

# Revalideren na een ziekenhuisopname

U gaat revalideren na een ziekenhuisopname. Tijdens uw verblijf in De Die werkt u aan een verantwoorde terugkeer naar huis. De revalidatie is erop gericht dat u weer zo zelfstandig mogelijk kunt functioneren. Revalideren is hard werken. Wij ondersteunen u daar graag bij. Dit doen we door er voor te zorgen dat u in een veilige, professionele maar vooral ook prettige omgeving kunt werken aan uw herstel.



In deze folder leest u hoe u kunt revalideren in De Die op een speciale afdeling voor revalidatiezorg. U herstelt aan de hand van een persoonlijk revalidatieprogramma, afgestemd op uw eigen situatie. Het revalidatieteam begeleidt u op weg naar het doel van de revalidatie: uw eigen zelfstandigheid en een veilige terugkeer naar huis. Een belangrijk deel van uw revalidatie vindt plaats in uw eigen thuissituatie. En ook daar kunt u op onze ondersteuning rekenen.

**De specialist ouderengeneeskunde (arts), verzorgenden en verpleegkundigen vormen samen met de fysiotherapeut, de ergotherapeut, de logopedist, de geestelijk verzorger en de psycholoog het revalidatieteam.**

## Revalideren in De Die

Revalidatie begint al tijdens uw opname in het ziekenhuis. Daar beoordeelt een specialist ouderengeneeskunde, samen met een revalidatiearts en de andere betrokken specialisten van het ziekenhuis, welke vorm van revalidatie het best bij u past. U kunt in De Die terecht als u herstelt van een fractuur, bijvoorbeeld na een val. Of omdat u een nieuwe heup of knie heeft gekregen, of een amputatie heeft ondergaan. Maar ook als u na een ernstige ziekte of complexe operatie weer conditie moet opbouwen.

Tijdens uw revalidatie in De Die verblijft u op een afdeling gespecialiseerd in revalidatie. Waarin u op een actieve manier werkt aan uw herstel. Revalideren is veel dingen opnieuw leren en intensief oefenen. Ons gespecialiseerd revalidatieteam ondersteunt u hierbij, met aandacht voor uw persoonlijke wensen en mogelijkheden. Ook uw familie en mantelzorgers worden zo veel mogelijk bij uw revalidatiebehandeling betrokken.

Een persoonlijk begeleider ontvangt u bij opname op de revalidatieafdeling. Tijdens uw verblijf is deze medewerker het vaste aanspreekpunt voor u en uw naasten. De arts, een specialist ouderengeneeskunde, is eindverantwoordelijk voor uw revalidatiebehandeling. En bepaalt in overleg met u en het multidisciplinair revalidatieteam welk revalidatieprogramma u aangeboden krijgt. Dit programma kan bestaan uit bijvoorbeeld fysiotherapie, ergotherapie en logopedie.

## Uw revalidatiebehandeling

Het multidisciplinair team maakt met u een plan om samen aan uw herstel te werken. Dit heet het revalidatiebehandelplan. Met behulp van dit plan leert en oefent u de handelingen die u nodig heeft om weer zo zelfstandig mogelijk thuis te kunnen zijn en de activiteiten te kunnen ondernemen die u belangrijk vindt. Uw revalidatie bestaat uit diverse behandelingen, die u gedurende uw verblijf op de revalidatieafdeling zes dagen per week volgt. Dat kan individueel of juist in een groep. De verzorging en verpleging ondersteunt u in uw revalidatie door alledaagse activiteiten als therapie-momenten te benutten. Als het nodig is kunnen ook specialisten van buiten advies geven, zoals een orthopedische instrumentmaker of een revalidatiearts.

In uw persoonlijke revalidatieagenda, noteert u de afspraken voor therapie en gesprekken. Het revalidatieteam stimuleert u zo veel mogelijk zelf te doen om zo te werken aan uw herstel. De dingen die u oefent om thuis zelfstandig te kunnen zijn, traint u tijdens uw verblijf. Denk aan uw eigen verzorging en het huishouden.





## Naar huis

Als de situatie dit toelaat gaat u tijdens uw revalidatie op zondagen naar huis. Zo ervaart u hoe het is om weer thuis te zijn. Het revalidatieteam evalueert deze 'oefendag' met u. Zo nodig wordt het revalidatieprogramma aangepast. Uw ergotherapeut bekijkt samen met u en uw mantelzorgers wat er thuis nodig is aan hulpmiddelen en voorzieningen om veilig met ontslag te gaan. Voordat u met ontslag naar huis gaat maakt u kennis met een van onze gespecialiseerde wijkverpleegkundigen. Deze wijkverpleegkundige begeleidt u thuis in de eerste periode. Dit gebeurt in nauwe samenwerking met uw huisarts en uw multidisciplinaire revalidatieteam. Wij blijven u thuis begeleiden. U krijgt dan twee à drie keer per week groepsbehandelingen, in combinatie met individuele therapie, op de revalidatieafdeling. Zo nodig komt het revalidatieteam bij u thuis voor de therapie.

## Over De Die

De Die is vernoemd naar twee waters die door Amsterdam Noord stromen: De Grote Die en De Kleine Die. Amsterdam Noord is rustig en groen.

De revalidatieafdeling van De Die heeft 26 revalidatieplekken. Waarvan 8 tweepersoonskamers en 10 eenpersoonskamers. De kamers hebben een aparte badkamer. Iedere revalidant heeft de beschikking over een eigen tu. Er kan in een van huiskamers gegeten worden, maar u kunt natuurlijk ook gebruikmaken van het restaurant op de begane grond.

De Die heeft een grote, zonnige achtertuin. Aan de voorzijde bevindt zich een ruim, afgeschermd terras. Er kunnen drankjes, snacks en maaltijden worden gekocht in het restaurant op de begane grond.

Het winkelcentrum Boven 't IJ ligt op 5 minuten loopafstand. Hier vindt u supermarkten, grote en kleine winkels, banken en eetgelegenheden. Een fijne plek om inkopen te doen of een kopje koffie te drinken.

De Die is met openbaar vervoer zeer goed bereikbaar; parkeren is betaald. Op zon- en feestdagen is parkeren gratis.



**De Die**  
**Loenermark 900**  
**1025 VR Amsterdam**

**Contact:**  
**088 - 267 32 26, Cliënten Servicebureau**

Cordaan © 2015

