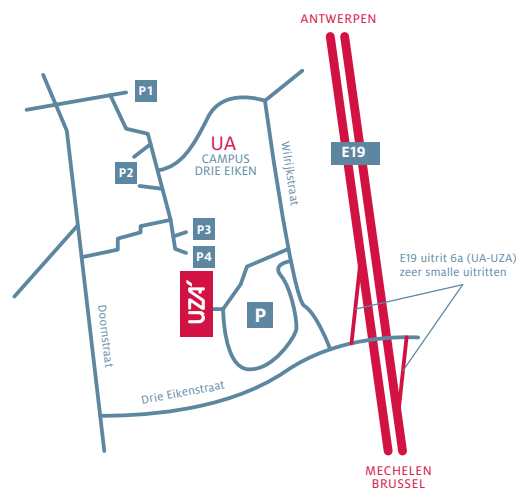


## Locatie

UZA  
Wilrijkstraat 10  
2650 Edegem

### Routebeschrijving en openbaar vervoer

[www.uza.be](http://www.uza.be) > bereikbaarheid



## Contact

### Afspraak en meer informatie

- Voor een afspraak of meer informatie over revalidatie bij chronische rug- of nekklachten, wendt u zich best eerst tot uw behandelend geneesheer.
- Voor meer informatie over het revalidatieprogramma, of om rechtstreeks een afspraak te maken bij een arts op de dienst fysieke geneeskunde kunt u terecht op het nummer 03 821 35 89.



© UZA, juni 2011. Niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming. Fysische geneeskunde - 1898665

## Revalidatie bij chronische rug- of nekklachten

Informatiebrochure patiënten

UZA / Wilrijkstraat 10 / 2650 Edegem  
Tel 03 821 30 00 / Fax 03 829 05 20  
[www.uza.be](http://www.uza.be)

**UZA'**

Kennis / Ervaring / Zorg

**UZA'**



Beste patiënt,

Welkom op de dienst fysische geneeskunde van het UZA. Deze folder biedt wat meer informatie over het herstel bij chronische rug- en nekklachten.

## Behandeling van rug- en nekklachten

Chronische pijn ter hoogte van de wervelkolom komt vaak voor en kan vele oorzaken hebben. Een behandeling is nodig als de rug- of nekklachten langer dan 3 maanden aanhouden en de normale activiteiten hinderen. Zodra de juiste oorzaak van de pijn vastgesteld is, bepaalt de specialist fysische geneeskunde de behandeling ervan.

De slaagkans is het hoogste bij een actieve revalidatie op maat onder begeleiding van het revalidatieteam - bestaande uit meerdere disciplines zoals kinesitherapie, ergotherapie en psychologie. Onder meer uw fysieke conditie, werksituatie, pijnbeleving en psychosociale belasting worden bekeken.

## Een afspraak maken

Uw behandelende arts kan u naar ons doorverwijzen, of u kunt rechtstreeks een afspraak maken via tel. 03 821 35 89.

## Het revalidatieprogramma bestaat uit

### > Intakeonderzoek door de revalidatiearts

Eerst gaat u op raadpleging bij de revalidatiearts. Die vraagt soms bijkomende onderzoeken aan en bepaalt welke behandeling voor u aangewezen is. Vervolgens stelt hij een revalidatieprogramma voor. Na afloop van het programma wordt het resultaat beoordeeld.

### > Oefensessies

Tweemaal per week zijn er oefensessies van twee uur. Samen met de kinesitherapeut werkt u actief aan uw algemene conditie, lenigheid, spierkracht en stabiliteit van de wervelkolom. De 36 sessies zijn gespreid over 4 tot 6 maanden.

Voor een succesvol resultaat moet u regelmatig oefenen, ook thuis.

### > Metingen van kracht en beweeglijkheid

Voor en na de oefenreeks meten we de beweeglijkheid en kracht ter hoogte van uw wervelkolom. Een vragenlijst peilt naar uw pijnbeleving.

### > Informatieve les

Tijdens de informatieve les geeft de kinesitherapeut uitleg over anatomie en beweging van de wervelkolom. U leert er ook de basisprincipes van rug/nekhygiëne.

### > Ergotherapie en ergonomie

De ergotherapeuten leren u een juiste houding bij het tillen van lasten en het uitvoeren van huishoudelijke taken. Indien nodig kunnen ze ergonomisch advies geven rond uw professionele activiteiten.

### > Psychosociale evaluatie

Chronische rug/nekpijn heeft niet alleen invloed op het lichaam, maar ook op de geest. De psycholoog brengt uw situatie in kaart met behulp van vragenlijsten.

### > Terugbetaling

De gangbare riziv-nomenclatuur is van toepassing. Voor specifieke beroeps categorieën verleent het Fonds van Beroepsziekten verhoogde tussenkomst. De onthaalmedewerkers van de dienst fysische geneeskunde kunnen u daarover juist informeren.