

Praktisch

Waar?

Revalidatiecentrum Sint-Trudo Ziekenhuis,

 volgen.

Wanneer?

Individueel na afspraak met de therapeuten.

Parkeren

U kunt aan voordelig tarief parkeren op de bezoekersparking. Een 10-beurtenkaart kost 10 euro.

Telefonisch contact

Secretariaat

011 69 93 67



Diestersteeweg 100 • 3800 Sint-Truiden

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10
info@stzh.be • www.sint-trudo.be

Handrevalidatie



Handrevalidatie

De hand is een zeer belangrijk maar complex lichaamsdeel. Het stelt ons in staat om zowel grove handelingen als zeer fijne motorische vaardigheden uit te voeren. De hand is voorzien van een zeer grote hoeveelheid zenuwuiteinden, waardoor ze ook de belangrijkste bron van onze tastzin is.

Letsels en beperkingen in hand en pols kunnen verstrekkende gevolgen hebben. Deze gevolgen hebben zowel betrekking op het dagelijks functioneren als bij het uitvoeren van werkgerelateerde activiteiten, recreatieve activiteiten en sport.

Problemen ter hoogte van de hand en pols kunnen zich voordoen in de verschillende weefseltypen en structuren van de hand (huid en fascia, bot en gewrichten, pezen en spieren, ligamenten, zenuwen en bloedvaten). Deze kunnen optreden na een acuut trauma of na een operatie. Daarnaast kunnen functiebeperkingen ook niet-traumatisch ontstaan zoals bv. een overbelastingsletsel door bv. repetitieve bewegingen, hyperlaxiteit, degeneratie (artrose) of een congenitaal (aangeboren) letsel.

Een intensieve en gespecialiseerde revalidatie is dan ook van groot belang. De belangrijkste doelstelling van deze revalidatie is de hand zo snel mogelijk terug functioneel krijgen en het risico op restschade tot een minimum te beperken.

De revalidatie gebeurt multidisciplinair onder begeleiding van een kinesist en ergotherapeut. Ze wordt opgestart na doorverwijzing door de handchirurg en/of arts fysische geneeskunde en revalidatie.

Maandelijks vindt er een handintake plaats. Bij deze intake zijn zowel de orthopedisch chirurg als de arts fysische geneeskunde en revalidatie en de betrokken therapeuten aanwezig. Nieuwe patiënten worden hiervoor uitgenodigd en indien nodig wordt de revalidatie hierna opgestart. Patiënten die reeds gestart zijn, worden hier geëvalueerd. Verwachtingen en doelstellingen van de revalidatie worden hier verder besproken.

Wat houdt de revalidatie in?

Kinesitherapie:

- Mobilisaties van de betrokken gewrichten;
- Actieve oefentherapie;
- Krachttraining;
- Polsstabiliserende oefentherapie;
- Proprioceptieve training;
- Elektrostimulatie;
- Desensibilisatietraining;
- Functionele training (hobby- en werkgerelateerd);
- Littekenzorg en -massage.

Ergotherapie:

- Functionele revalidatie;
- Overlopen en aanpassen van hulpmiddelen;
- Beroepsspecifieke aanpassingen (bv. bureau instellen);
- Oefenen van fijn motorische vaardigheden;
- Verhogen van kracht van het bovenste lidmaat;
- Algemeen advies (preventief, pre- en postoperatief).

Deze revalidatie staat onder medische coördinatie van:

- dr. Haraké, orthopedisch chirurg
- dr. Darcis, arts fysische geneeskunde en revalidatie.