



# Fysische geneeskunde en revalidatie

Bij de dienst Fysische geneeskunde en revalidatie kan je terecht als je problemen hebt met je spieren, pezen, zenuwen, gewrichten, nek of rug, maar ook als je moet revalideren.

## Wat is fysische geneeskunde en revalidatie?

De dienst Fysische geneeskunde en revalidatie zorgt ervoor dat jij je lichaam zo goed mogelijk kan bewegen. Zijn je **spieren verzwakt**? Doet een **beweging pijn**? Of moet je **opnieuw leren** om een lichaamsdeel te gebruiken? Wij onderzoeken wat er aan de hand is en werken een gepaste behandeling voor je uit.

## Ook voor kinderen

We helpen ook kinderen bij motorische problemen of een fysieke beperking. Heeft je kind bijvoorbeeld **moeite** met lopen, bewegen of het aannemen van een juiste houding? Heeft je kind **pijn** aan de gewrichten, spieren, zenuwen, rug of nek? Of is er sprake van **zenuw schade**? Dan kan je bij ons terecht voor een onderzoek, diagnose en behandeling. Ook bij een **lichamelijke beperking** staan we je bij met advies over hulpmiddelen, rolstoelen en revalidatie. We hebben artsen en zorgverleners die **gespecialiseerd zijn in fysische geneeskunde en revalidatie op kindermaat**.

## Hoe maak je een afspraak?

Je kan een afspraak bij ons maken op **aanraden van je arts**, maar je kan ook **op eigen initiatief** een consultatie aanvragen. Boek telefonisch een afspraak via het secretariaat of online via de website.

[Maak een afspraak](#) →

## Welke aandoeningen behandelen we?

Problemen met de spieren

Spierpijn kan verschillende oorzaken hebben: een verrekking, een scheur, een kramp of een tekort van een bepaalde stof in de spier. Je spieren kunnen ook verzwakken of zelfs helemaal verlamd geraken.

### **Neurologische problemen**

Wanneer je hersenen beschadigd zijn, bijvoorbeeld na een ongeval, een hersentumor, een infectie of een beroerte, kan dat ervoor zorgen dat je bepaalde delen van je lichaam niet meer goed kan gebruiken.

[Lees meer over neurologische revalidatie](#)

### **Peesproblemen**

Je pezen verbinden je spieren met je botten. Als een pees overbelast wordt, kan ze scheuren, verrekken of ontsteken. Peesproblemen kunnen ook het gevolg zijn van een ziekte.

### **Geknelde zenuwen**

Je zenuwen zorgen voor de communicatie tussen je spieren en je hersenen. Die signalen raken verstoord als een zenuw gekneld raakt of onder druk komt te staan. Dan ervaar je tintelingen, gevoelloosheid of pijn. Door zenuwproblemen kan je ook kracht verliezen.

### **Problemen met je gewrichten**

Een gewricht is een plek waar twee botten samenkomen. Denk maar aan je knie, je elleboog, je heup of je schouder. Problemen met je gewrichten kunnen aangeboren zijn, maar ook het gevolg van een breuk, verstuiking, slijtage, overbelasting of letsel.

### **Pijn aan je nek of rug**

Rugpijn en nekpijn zijn vaak het gevolg van een verkeerde houding, overbelasting, tillen en heffen of een slechte conditie. Uit angst voor de pijn ga je nog meer foute houdingen aannemen, waarmee je het probleem in stand houdt.

[Lees meer over rugpijn](#)

## Revalidatie

Soms moet je na een ongeval, medische ingreep of een ziekte actief werken aan je herstel. Bepaalde onderdelen van je lichaam moet je opnieuw aansterken of goed leren te gebruiken. Daarvoor werken wij speciale revalidatietrajecten uit.

## Welke behandelingen zijn er?

Elke patiënt is anders, en dus zal ook elke behandeling er anders uitzien. Toch zal je behandelplan meestal bestaan uit een van deze onderdelen:

- **Kinesithérapie:** gerichte lichaams oefeningen.
- **Ergotherapie:** je omgeving en gedrag leren aanpassen.
- **Logopedie:** hulp om te leren praten of slikken.
- **Motorische hulpmiddelen:** zoals een prothese of steunzolen.
- **Infiltratie:** medicijnen inspuiten om pijn of ontstekingen te verminderen.

## Wie doet wat op onze dienst?

### De arts of revalidatiearts

De arts fysische geneeskunde of revalidatiearts stelt de diagnose en is het aanspreekpunt tijdens je revalidatieproces of behandeling. De arts werkt voor jou een persoonlijk behandelplan uit.

### De kinesist (fysiotherapeut)

De kinesist leert je oefeningen om de werking van je lichaam te herstellen of te verbeteren. Je kan trainen op kracht, maar ook op uithouding, mobiliteit, beweeglijkheid, flexibiliteit of evenwicht.

### De ergotherapeut

De ergotherapeut helpt je om zelfstandig je dagelijkse handelingen uit te kunnen voeren, bijvoorbeeld door je omgeving zo goed mogelijk in te richten. Je leert om hulpmiddelen te gebruiken en taken op een aangepaste manier te doen.

### **De bandagist**

De bandagist is gespecialiseerd in hulpmiddelen die je ondersteunen bij het bewegen, zoals steunzolen, gordels, verbanden en protheses. Deze expert luistert naar je, meet je lichaam op en voorziet goed passend ondersteunend materiaal.

### **De osteopaat**

Een osteopaat zoekt naar blokkades in je lichaam en probeert die met zachte handbewegingen los te maken. Zo kunnen bepaalde klachten verlicht worden.

### **De psycholoog**

Een probleem met je lichaam heeft een impact op je gemoed. Een psycholoog helpt je om met de emoties van je revalidatie om te gaan.

### **De sociaal assistent**

De sociaal assistent geeft je uitleg over de praktische kant van je herstel, zoals het aanvragen van premies, het regelen van vervoer of het aanpassen van je huis.

## **Wanneer is revalidatie nodig?**

- Na een medische of chirurgische **ingreep**
- Na een **letsel** zoals een ongeval
- Na of tijdens een zware **ziekte**
- Bij een langdurige **opname in het ziekenhuis**

## **Soorten revalidatie**

### **Orthopedische revalidatie: je lichaam**

Je leert opnieuw correct te bewegen, bijvoorbeeld na een operatie aan de schouder, de knie of na de plaatsing van een prothese.

### **Neurologische revalidatie: je hersenen**

Bij een hersenaandoening of na een hersenletsel kan het zijn dat je bepaalde vaardigheden opnieuw moet aanleren of oefenen.

[Lees meer over neurologische revalidatie](#)

### **Cardiologische revalidatie: je hart**

Bij cardiologische revalidatie leer je oefeningen om de conditie van je hart weer op te bouwen na bijvoorbeeld een hartaanval of een hartoperatie.

### **Respiratoire revalidatie: je ademhaling**

Na een aandoening aan de luchtwegen of na een longoperatie kan je met bepaalde oefeningen je ademhaling verbeteren.

## **Onze gespecialiseerde revalidatieprogramma's**

### **Neurologische revalidatie**

Wanneer je hersenen, je zenuwstelsel of je ruggenmerg beschadigd zijn, bijvoorbeeld na een ongeval, een hersentumor, een aandoening of een beroerte, kan het zijn dat je bepaalde delen van je lichaam niet meer goed kan gebruiken. Neurologische revalidatie helpt om je functies zo goed mogelijk te herstellen.

[Lees meer over neurologische revalidatie.](#)

### **Revalidatie bij de ziekte van Parkinson**

Door de ziekte van Parkinson sterven er zenuwcellen af. Hierdoor kan je minder goed bewegen. Met Parkinsonrevalidatie leer je andere, gezonde zenuwcellen om bepaalde functies van de afgestorven zenuwcellen over te nemen.

[Lees meer over Parkinsonrevalidatie.](#)

### **Oncologische revalidatie**

Het oncologisch revalidatieprogramma is een bewegingsprogramma voor mensen die herstellen van kanker. Niet alleen de ziekte, maar ook de kankerbehandeling zijn zwaar voor je lichaam. Wij helpen je om je energie, conditie en welzijn weer op peil te brengen.

[Lees meer over oncologische revalidatie.](#)

### **Kinesitherapie na de bevalling**

Je bekkenbodemspieren kunnen door een bevalling verzwakt raken. Hierdoor kan het moeilijker zijn om urine, ontlasting of windjes op te houden. Met kinesitherapie maak je die spieren van je bekkenbodem weer sterker.

[Lees meer over postnatale bekkenbodem oefeningen](#)

### **Rugrevalidatie**

Rugpijn krijg je door stress, een verkeerde houding of overdreven belasting. Tijdens je revalidatie zoeken we eerst naar de oorzaak van je rugklachten. Daarna leren we je om je rug opnieuw te gebruiken, deze keer op een gezonde manier.

[Lees meer over rugrevalidatie.](#)

### **Handrevalidatie**

Onze handen gebruiken we elke dag. Een letsel of aandoening aan je hand of vingers heeft een enorme impact op je leven. Een handkinesist helpt je om de flexibiliteit en kracht in je hand te herstellen.

[Lees meer over handrevalidatie.](#)

### **Schouderrevalidatie**

Na een operatie of een schouderblessure is het belangrijk om je schouder optimaal te laten herstellen. Tijdens een schouderrevalidatietraject leren we je om je schouder te ontlasten en nadien weer correct te gebruiken.

[Lees meer over schouderrevalidatie.](#)

### **Verblijf in het revalidatieziekenhuis (SP-revalidatie)**

We hebben een speciaal revalidatiecentrum in het ziekenhuis waar je een langere tijd kan verblijven om een intensief revalidatietraject te doorlopen.

[Lees meer over SP-revalidatie.](#)

## Interne samenwerkingen

We zijn een multidisciplinair team. Dat betekent dat de verschillende diensten en specialisten met elkaar overleggen en samenwerken om jou de beste zorg te bieden.

- [Oncologie](#) en de [Borstkliniek](#) voor revalidatie na kanker
- [Materniteit](#) voor revalidatie na de bevalling
- [Geriatricie](#) voor revalidatie van ouderen
- [Pediatrie](#) voor revalidatie van kinderen
- [Neurologie](#) voor neurologische aandoeningen zoals Parkinson en MS
- [Cardiologie](#) voor revalidatie na hartaandoeningen
- [Orthopedie](#) voor heup- en knieprotheses en hand- en knierevalidatie
- [Neurochirurgie](#) en de [Pijnkliniek](#) voor rugrevalidatie
- [Endocrinologie](#) voor obesitasrevalidatie
- [Fysische geneeskunde en revalidatie voor kinderen](#)

Laatst bijgewerkt op 13/03/2025

## Boek een consultatie

### Onderzoeken

Ben je in jouw buurt een dienst Fysische geneeskunde en revalidatie aanwezig is?

[Vind jouw campus](#) en boek meteen een afspraak via het secretariaat.

1 - 4 van 4



#### Electromyografie (EMG)

elektrisch spier- en zenuwonderzoek,  
elektromyografisch onderzoek,  
zenuwgeleidingsonderzoek

Met een elektromyografie of EMG testen we of je spieren en zenuwen goed werken en



#### Muscoskeletale echografie

MSK-echografie

Bij dit onderzoek stuurt een toestelletje geluidgolven door je lichaam. Die weerkaatsen op je spieren, gewrichten, pezen, botten en ligamenten, waardoor we ze zien op een scherm.

prikkels wel aan elkaar doorgeven zoals het



## Rugpijn onderzoeken

Een onderzoek om je rugpijn in kaart te brengen en eventueel een behandelplan op te stellen.



## SSEP

somato sensory evoked potential

SSEP test hoe je hersenen reageren op aanraking. We kijken dan hoe snel die gevoelsprikkels je hersenen bereiken.

# Behandelingen

1 - 29 van 29



## Bekkenbodemkinesitherapie

bekkenbodemtherapie, bekkenbodemkiné, bekkenbodemoefeningen, bekkenbodemspieroefeningen, pelvische reëducatie

Met bekkenbodemkinesitherapie behandelen we blaasklachten, darmklachten of seksuele problemen die te maken hebben met het opspannen of ontspannen van de bekkenbodemspieren.



## Bewegingsprogramma bij de ziekte van Bechterew

spondylitis ankylosans revalidatie

Bij de ziekte van Bechterew zijn je gewrichten in je rug zo lang ontstoken, dat ze stijver worden en niet meer goed kunnen bewegen. Gerichte oefeningen kunnen dan helpen.



## Bewegingsprogramma bij kanker

oncologisch bewegingsprogramma, oncologische revalidatie, oncorevalidatie

Niet alleen de ziekte, maar ook de kankerbehandeling zijn zwaar voor je lichaam. Met ons bewegingsprogramma helpen we je om je energie, conditie en welzijn weer op peil te brengen.



## Botoxbehandeling bij neurologische aandoeningen

inspuiting met botox

We spuiten een kleine hoeveelheid botulinumtoxine of botox in bepaalde spieren in. Dat zorgt ervoor dat de zenuwen geen signaal naar die spieren sturen. Ze worden verlamd.





## Echogeleide infiltratie

Bij een echogeleide infiltratie geven we je een injectie terwijl we een echografie uitvoeren. Zo kunnen we de naald gericht sturen en zien we beter waar de medicatie terecht komt.



## Ergotherapie

De ergotherapeut leert je om zelfstandig je dagelijkse handelingen uit te kunnen voeren, bijvoorbeeld door je omgeving zo goed mogelijk in te richten.



## Gewrichtsprothese

Bij een gewrichtsprothese vervangen we je gewricht door een kunstgewricht. Mogelijke oorzaken zijn slijtage, een breuk, een aangeboren afwijking of het afsterven van het gewricht.



## Handrevalidatie

Bij een handprobleem zoals een breuk, reuma, een peesontsteking, een amputatie of een ziekte helpen we je om je hand opnieuw te leren gebruiken. We geven ook tips over ergonomie.



## Hartrevalidatie

*cardiale revalidatie, cardiologische revalidatie*

Bij cardiologische revalidatie leer je oefeningen om de conditie van je hart weer op te bouwen na bijvoorbeeld een hartaanval of een hartoperatie.



## Infiltratie

Infiltratie is een techniek waarbij een naald tot de bron van de pijn gaat. Daarna spuiten we een medicijn, ontstekingsremmer of pijnstiller in. Dit kan je klachten verminderen.



## Kinesitherapie

De kinesitherapeut leert je oefeningen om de werking van een bepaald lichaamsdeel te herstellen of te verbeteren. Je oefent bijvoorbeeld je kracht, flexibiliteit of evenwicht.



## Kinesitherapie rond de bevalling

*perinatale kinesitherapie, prenatale kinesitherapie, postnatale kinesitherapie*

Met kinesitherapie maak je de spieren van je bekkenbodemp weer sterker na een bevalling of bereid je je voor op de bevalling met oefeningen en ademhalingstechnieken.



## Longrevalidatie

pulmonaire revalidatie, respiratoire revalidatie

Longrevalidatie is een reeks van oefensessies om patiënten met longproblemen te helpen om beter te ademen en hun conditie en



## Oefenprogramma bij fibromyalgie

Wie aan fibromyalgie lijdt, heeft last van spierpijn. Bewegen in water (hydrotherapie) kan dan deugd doen, omdat het lichaam onder water je gewicht niet hoeft te dragen.



## Orthopedische revalidatie

Tijdens dit oefenprogramma bouwen we je kracht op, vergroten we de beweeglijkheid van je gewricht en verbeteren we de stabiliteit van het gewricht en lichaam.



## Prothese

Een prothese is een hulpmiddel dat een lichaamsdeel of een orgaan vervangt.



## Revalidatie na amputatie

Na een amputatie helpt een multidisciplinair team je om zo zelfredzaam mogelijk te



## Neurologische revalidatie

Neurorevalidatie

Bij een aandoening aan je hersenen, zenuwstelsel of ruggenmerg helpen we je om je functies te herstellen of om zo goed



## Orthese

Een orthese is een hulpmiddel dat een lichaamsdeel beschermt of ondersteunt, zoals een korset of steunzolen. Het is niet hetzelfde als een prothese, dat een lichaamsdeel vervangt.



## Parkinsonrevalidatie

Door de ziekte van Parkinson sterven er zenuwcellen af. Hierdoor kan je minder goed bewegen. Met Parkinsonrevalidatie leren andere, gezonde zenuwcellen om functies over te nemen.



## Revalidatie in het ziekenhuis (SP-revalidatie)

SP-revalidatie betekent dat je verblijft in een gespecialiseerd revalidatieziekenhuis of op een ziekenhuisafdeling die specifiek gericht is op revalidatie.



## Revalidatie na bloedkanker

sport na een hematologische maligniteit

worden, om te gaan met het letsel en eventueel te wennen aan je prothese - als je er een hebt.

We hebben een bewegingsprogramma voor patiënten die herstellen van een kwaadaardige bloedziekte. De oefeningen helpen patiënten om zich beter, sterker en minder vermoeid te voelen.



## Revalidatie na een niet aangeboren neurologische aandoening (NAH)

NAH-revalidatie

Een hersenletsel kan plots ontstaan, bijvoorbeeld na een ongeval, beroerte of ziekte. Bij je revalidatie streven we naar herstel en helpen we je om te gaan met de beperkingen.



## Revalidatie na stamceltransplantatie

Na een stamceltransplantatie nodigen we je uit om in ZAS Cadix deel te nemen aan het revalidatieprogramma 'In Balans'.



## Rugrevalidatie

behandeling van rugpijn

Rugrevalidatie is een vorm van ondersteuning bij terugkerende rugklachten. We trainen je spieren en leren je over ergonomie. We tonen je ook hoe je met de pijn kan omgaan.



## Schouderrevalidatie

Na een operatie of blessure aan je schouder is het belangrijk om goed herstellen. Tijdens dit traject leren we je om je schouder te ontlasten en nadien weer correct te gebruiken.



## Shockwavetherapie

ESWT, shockwave, extracorporeal shockwave therapy, schokgolfterapie

ESWT of shockwavetherapie is een behandeling waarbij we met een apparaatje een schokgolf door een pees sturen. Hierdoor wordt die pees gestimuleerd om zichzelf te herstellen.



## Sport bij diabetes

Met ons bewegingsprogramma helpen we je als diabetespatiënt een actieve levensstijl aan te nemen én vol te houden. Met beweging houd je je bloedsuikerspiegel beter onder controle.



## Sport na obesitaschirurgie

Dit is een bewegingsprogramma dat je kan volgen na een obesitasingreep. We proberen je gewichtsverlies te versnellen en leren je om te sporten op een manier die je kan volhouden.

## Locaties

1 - 10 van 10



Route 367 | Revalidatie: 364 / 366

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Wilrijk



Route 111

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Cadix

Kempenstraat 100 , 2030 Antwerpen



Je krijgt het routenummer bij aanmelding aan de kiosk of balie.

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Elisabeth

Leopoldstraat 26 , 2000 Antwerpen



Route 3

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Hoge Beuken

Commandant Weynsstraat 165 , 2660 Hoboken



Gelijkvloers

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Medisch Centrum Kaai 142

Mulhouseelaan Noord 3 , 2030 Antwerpen (Haven)



Route 725

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Middelheim

Lindendreef 1 , 2020 Antwerpen



Route 5

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Palfijn

Lange Bremstraat 70 , 2170 Merksem



Je krijgt je routenummer als je je aanmeldt.

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Paola

Lindendreef 1 , 2020 Antwerpen



Route 327

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Sint-Jozef

Molenstraat 19 , 2640 Mortsel



Route 216

### Fysische geneeskunde en revalidatie in ZAS Vincentius

Sint-Vincentiusstraat 20 , 2018 Antwerpen

## Activiteiten

Filter deze pagina

37 activiteiten

17 maart 2025

[ook op andere datums](#)

Groepsles

### Prenatale kinesitherapie (in groep)

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



24 maart 2025

[ook op andere datums](#)

Groepsles

### Prenatale kinesitherapie (in groep)

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



30 maart 2025

[ook op andere datums](#)

Groepsles

### Prenatale kinesitherapie (in groep)

ZAS Augustinus

6 april 2025

[ook op andere datums](#)

Groepsles

### Prenatale kinesitherapie (in groep)

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**13 april 2025**

ook op andere datums

Groepsles

### **Prenatale kinesitherapie (in groep)**

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**27 april 2025**

ook op andere datums

Groepsles

### **Prenatale kinesitherapie (in groep)**

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**4 mei 2025**

ook op andere datums

Groepsles

### **Prenatale kinesitherapie (in groep)**

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**11 mei 2025**

ook op andere datums

Groepsles

### **Prenatale kinesitherapie (in groep)**

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**18 mei 2025**

ook op andere datums

Groepsles

### **Prenatale kinesitherapie (in groep)**

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**25 mei 2025**

ook op andere datums

Groepsles

### **Prenatale kinesitherapie (in groep)**

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



**1 juni 2025**

ook op andere datums

**15 juni 2025**

ook op andere datums

Groepsles

## Prenatale kinesitherapie (in groep)

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



Groepsles

## Prenatale kinesitherapie (in groep)

ZAS Augustinus

Oosterveldlaan 24 , 2610 Antwerpen



1 2 3 4



Last »

## Brochures



**Ambulante revalidatie bij de ziekte van Parkinson**



**Ben je net mama geworden? Hoe herstelt je bekkenbodemp?**



**De geopereerde heup**



**De geopereerde schouder**



**De totale knieprothese**



**Ergotherapie bij chronische reumatische aandoeningen; reumatische artritis, psoriasis artritis, sclerodermie**



**Indeukingsfracturen**



## Fysiotherapie na kijkoperatie aan



Met je elektronische identiteitskaart naar het ziekenhuis



Nekrevalidatie - oefeningen



Oncologische bewegingsprogramma: door beweging er terug bovenop



Postnatale kinesitherapie na een vaginale bevalling



Postnatale kinesitherapie na keizersnede



Pre-operatieve informatie heup- of knieprothese



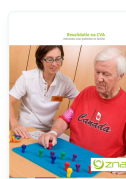
Promobrochure rugrevalidatie - informatie voor huisartsen



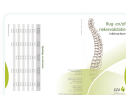
Respiratoire revalidatie: sporten op je eigen ritme



Revalidatie na arthroscopie van de schouder



Revalidatie na CVA



Rug- en/of nekrevalidatie



Rug- of nekpijn en stress, hoe zit dat nu?



Rugrevalidatie: oefeningen

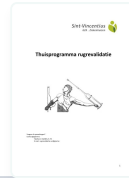


Rugschool: begeleid werken aan gedragsverandering





## Schokgolftherapie bij chronische peesontstekingen



## Thuisprogramma rugrevalidatie



## Valkliniek



## Valkliniek

## Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

Dat kan je via de website melden aan de Ombudsdienst: [zas.be/ombudsdienst](https://www.zas.be/ombudsdienst)

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/diensten/fysische-geneeskunde-en-revalidatie>