

**U bent  
aangemeld  
voor een  
behandeling  
bij Ciro.**

**Wat kunt u  
verwachten?**

Specialist van je eigen leven

Zelf weer boodschappen doen, met uw (klein-) kinderen spelen of een hobby oppakken?

Ook met COPD, astma, een andere longziekte of hartproblemen?

U bent aangemeld bij **Ciro** voor een gespecialiseerde behandeling op maat. Dit betekent dat u gaat werken aan uw persoonlijke doelen. Wat is voor u belangrijk en waar haalt u uw energie uit? Patiënten maken bij ons onderdeel uit van het team van specialisten. **Samen** gaan we ervoor om zoveel mogelijk uit het leven te halen. Zo word je weer specialist van je eigen leven.

“Ik wilde weer in staat zijn om het huishouden te runnen en alleen voor de kinderen te kunnen zorgen. En dat is gelukt.”

Afra, longpatiënt



#### Specialist van je eigen leven

Long- en hartziekten hebben vaak invloed op het hele lichaam. We kijken daarom verder dan alléén uw chronische long- of hartaandoening. Bij **Ciro** durven we anders te denken, dankzij de samenwerking van specialisten als één team - van longarts tot psycholoog, diëtist en ergotherapeut. Wij richten ons volledig op wat u nodig heeft om specialist van uw eigen leven te worden.



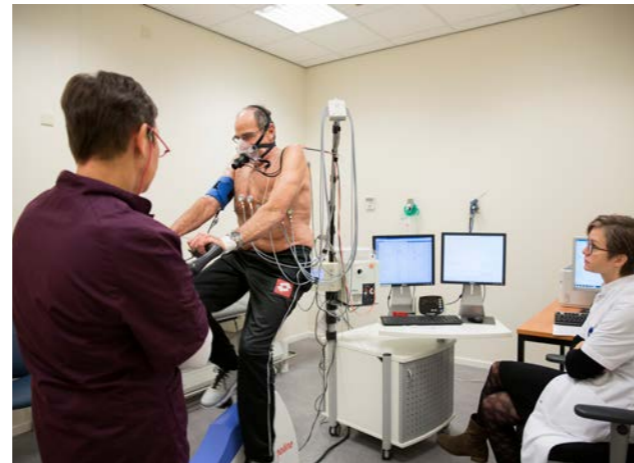
Patiënten geven aan dat ze zich beter voelen na een gespecialiseerde behandeling bij **Ciro**.

#### Het resultaat telt

Binnenkort wordt u uitgenodigd voor een beginmeting; het ‘beginassessment’. U verblijft hiervoor 2,5 dag in ons behandelcentrum. Tijdens de beginmeting bekijken we bijvoorbeeld hoeveel kracht en uithoudingsvermogen u heeft. Ook leren we u beter kennen, zodat we precies weten hoe het nu met u gaat en wat u wilt bereiken. U heeft gesprekken met een arts, verpleegkundige, ergotherapeut, psycholoog en diëtist. Op de derde dag bespreken we samen de uitslag. Hier kan ook uw partner of familielid bij aanwezig zijn als u dit prettig vindt.

Omdat we alles nauwkeurig onderzoeken en vastleggen, kunnen we aan het eind van uw behandeling goed zien wat de resultaten zijn.

# Samen het beste in elkaar naar boven halen





“Ik heb afscheid genomen van activiteiten die te veel energie kosten. Maar ik blijf vrijwilligerswerk doen. Ik ben nu fitter en meer in balans.”

Jurgen, longpatiënt

“Ik kon eerst alleen maar met een rollator lopen, na de behandeling ook zonder. Gesprekken met de psycholoog hebben ook geholpen. Ik heb geleerd om mijn beperking te accepteren.”

Annemiek, longpatiënt

### Samen werken aan persoonlijke doelen

Bij Ciro werken alle specialisten als één team samen. Uw behandeling is één geheel, met één duidelijk doel. De onderdelen van uw behandeling staan dus niet los van elkaar.

### Werken aan uw gezondheid

U gaat dagelijks met onze fysiotherapeuten en bewegingsagogen aan de slag om uw conditie, kracht, lichaamsbewustzijn en balans te verbeteren. Ciro heeft hiervoor een trainingsruimte en gymzaal. In de prachtige bosrijke omgeving van Ciro kunt u heerlijk wandelen op verharde paden. De diëtist kijkt mee hoe u zich beter kunt voelen door (aangepaste) gezonde voeding. Uw team van specialisten heeft regelmatig overleg om alle onderdelen op elkaar af te stemmen.

### Contact met anderen

Bij Ciro bent u niet alleen. Sommige onderdelen van uw programma doet u individueel, maar heel vaak bent u samen met anderen aan de slag. Zo kunt u ervaringen uitwisselen. Voor veel patiënten helpt dit contact om nog meer uit de behandeling te halen.

### Welke behandeling past bij mij?

U volgt bij Ciro altijd een speciaal voor u opgesteld programma. Een behandeling duurt gemiddeld acht weken, maar korter of langer kan ook. Afhankelijk van uw persoonlijke en medische situatie kijken we welk traject het beste bij u past:

- een verblijf doordeweeks bij Ciro, waarbij u als dat mogelijk is in het weekend naar huis gaat,
- of alleen overdag behandelingen bij Ciro (dagbehandeling),
- of dagbehandelingen bij een samenwerkend ziekenhuis bij u in de buurt.

# Inzichten en tips van patiënten die een gespecialiseerd behandelprogramma hebben doorlopen

liefde humor en geduld zijn de vleugels waarmee de overal de oceanen komt.

Jou  
Mathieu

Geef jezelf eens een schouderklopje je mag trots zijn op jezelf.

in gewan  
met cop  
om als  
het is g

Laut a  
zalcken  
Rinus

blijf sporten ook na de Revalidatie  
Gonnie

Van buiten zie je er niets van!!!

Op tijd aan De Rem trekken.

Ik ben chronisch en onzichtbaar ziek, net als ander f.t en k.wiek  
Jedele dag in gevecht met mijn eigen grenzen en daarbij onbegrip van sommige mensen.  
Want de ene dag denk ik, ik kan't prima aan om mezelf de vijf dag voor mijn kop te slaan

Door mijn ziekte lees je bewust andere keuzes maken  
Wen naar je lichaam te luisteren en met hulp van hier bewust stapje voor stapje te leren een juiste balans te vinden zodat je ook kon genieten

Dan is het mee, liepen en weinig doen. En daar wendt nu net de schaan.  
Men ziet my lachen, vlokken vol plezier  
Maar niet mijn lichaam;  
Ho stop, tot hier!

Doree

haat iedereen in zijn/haar waarde

Revalidatie is heel belangrijk.

Ik heb veel geleerd in zeer korte tijd

Luister naar je eigen lichaam.

Blijf bezig

Acceptot

**“Ik leef veel gezonder en ik heb een stukje mobiliteit terug nu ik weer langer kan autorijden!”**

Roy, hartpatiënt



### **Medische zorg**

U heeft regelmatig contact met de longarts, cardioloog of specialist ouderengeneeskunde. Zij houden het overzicht over uw behandeling. Bij hen kunt u terecht met al uw medische vragen. Ook krijgt u een verpleegkundig coach aangewezen. U heeft regelmatig (coachings-) gesprekken en u kunt met al uw vragen terecht bij deze coach. Als u hulp nodig heeft bij de verzorging, dan staat het verpleegkundig team voor u klaar.

### **Leren omgaan met uw ziekte**

Bij Ciro leert u stap voor stap hoe u beter om kunt gaan met uw ziekte in het dagelijks leven. Het team van specialisten helpt u hierbij. U krijgt meer kennis over uw ziekte en de gevolgen. U kunt met de ergotherapeut en psycholoog bespreken wat u thuis lastig vindt. Samen met u kijken ze wat u zou kunnen helpen. Misschien gaat u in Ciro ook deelnemen aan beeldende therapie.

### **Als meer zorg nodig is**

Als u intensievere zorg nodig heeft, dan kan het zijn dat u langere tijd in Ciro verblijft. In dat geval is er in de behandeling meer aandacht voor de bestrijding van uw klachten. Ziektegerichte zorg wordt in Ciro gecombineerd met palliatieve zorg. Als u weer voldoende stabiel bent, kan de behandeling zich richten op terugkeer naar huis of voorbereiding op een vervolgbehandeling.

### **De volgende stap**

Hopelijk heeft u na het lezen van deze folder een goed beeld gekregen van wat Ciro doet en wat onze behandelaars voor u kunnen betekenen. Binnenkort wordt u gebeld door onze afdeling Planning om een afspraak te maken voor uw assessment (beginmeting). Lees onder het kopje ‘Het resultaat telt’, nog eens rustig door wat u dan allemaal te wachten staat.



**Postadres**

Postbus 4009  
6080 AA Haelen

**Bezoekadres**

Hornerheide 1  
6085 NM Horn

T +31 (0)475 587 600  
info@ciro-horn.nl

**V.3**

**Heeft u vragen?  
Bel of bezoek Ciro!**

 0475-587 600  
 [www.ciro-horn.nl](http://www.ciro-horn.nl)