

Welkom bij Merem!

Patiënteninformatie



Een leven met meer ***mogelijkheden***

Geachte patiënt,

Hartelijk welkom bij Merem Medische Revalidatie! Wij willen u allereerst veel succes wensen met uw revalidatieproces. Wij begrijpen dat deze periode een uitdagende tijd voor u kan zijn, en wij staan klaar om u zo goed mogelijk te ondersteunen.

In deze informatiemap vindt u alle belangrijke informatie die u nodig heeft tijdens uw verblijf bij ons. Neem de tijd om de inhoud door te nemen; u vindt hierin onder andere praktische tips, regels en nuttige contactinformatie.

Wij verzoeken u vriendelijk om deze map op uw kamer te laten en ervoor te zorgen dat deze netjes blijft. De map is eigendom van Merem en dient beschikbaar te blijven voor toekomstige patiënten.

Heeft u vragen of heeft u ergens hulp bij nodig? Aarzel dan niet om contact op te nemen met onze medewerkers. Wij staan altijd voor u klaar om te helpen.

Nogmaals veel succes gewenst, en wij hopen dat uw verblijf bij Merem zo aangenaam en productief mogelijk zal zijn.

Met vriendelijke groet,

Het team van Merem

Inhoudsopgave

Algemene afspraken, regelingen en procedures	4
Spoedeisende hulp	4
Kamer	4
Schoonmaak	4
Linnenverzorging	4
Eigen apparatuur	4
Telefoon	5
Internet	5
Behandelkamer	5
Bezoek	5
Meeloopdag	5
Huiskameroverleg	6
Medische verantwoordelijkheid tijdens verblijf bij Merem	6
Receptie	6
Servicebureau	6
Uitgifte leenartikelen	7
Borgtarieven leenartikelen	7
Maaltijden	8
Dieet	8
Gasten	9
Brandveiligheid en calamiteiten	9
De revalidatie	10
Hoe werkt revalideren in de praktijk?	10
Behandelplan	10
Tussen- en eindevaluatie en nazorg	10
Zuurstof	10
Planning	11
Weekend	11
Ziek	12
Therapievrije dag	12
Open atelier	12
Overig	13
Telefoonlijst	13

Algemene afspraken, regelingen en procedures

Spoeisende hulp

De behandelkamer is 24 uur per dag geopend voor spoedeisende klachten. Bent u niet in staat om naar de behandelkamer te komen, dan kunt u de verpleging bereiken via het telefoonnummer 035-688 15 52 of via uw polsalarm/alarmknop op de kamer.

Kamer

De kliniek heeft eenpersoonskamers (met uitzondering van de observatie) met aangrenzende (gedeelde) badkamers. In de kamer vindt u een afsluitbaar kastje voor waardevolle spullen. Het kan voorkomen dat u na het weekend of in de loop van uw verblijf een andere kamer krijgt toegewezen.

Schoonmaak

Uw kamer en de verblijfsruimten worden dagelijks gereinigd door een schoonmaakbedrijf. Over het algemeen vinden deze werkzaamheden in de ochtend plaats. Tijdens vakantieperiodes kan, wegens organisatorische redenen, hiervan worden afgeweken. Tafels, vensterbanken, planken en dergelijke worden door de medewerkers niet leeggehaald. Er wordt om de spullen die erop staan/licgen heen gewerkt. Als u wilt dat deze oppervlakken geheel gereinigd worden, zorg er dan zelf voor dat ze leeg zijn voor aanvang van de schoonmaakwerkzaamheden.

Linnenverzorging

Bedlinnen, handdoeken en washandjes worden verstrekt door Merem. Het beddengoed wordt wekelijks verschoond. Gebruikte washandjes en badhanddoeken kunt u zelf naar de daarvoor bestemde ruimte brengen. Hier staan speciale zakken waarin u deze kunt deponeren.

Eigen apparatuur

Het is toegestaan om eigen apparatuur mee te nemen. Denk hierbij aan een tablet, laptop of persoonlijke verzorgingsartikelen als een scheerapparaat of elektrische tandenborstel. U bent zelf verantwoordelijk voor deze apparatuur, dat wil zeggen dat apparaten technisch in orde moeten zijn. Merem kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor schade ten gevolge van ondeugdelijke apparaten.

Het is niet toegestaan om grote huishoudelijke apparaten mee te nemen, zoals tv's, frituurpannen en tosti-ijzers.

Telefoon

Houd bij het gebruik van uw mobiele telefoon altijd rekening met anderen. We vragen u vriendelijk om uw telefoon tijdens de behandelingen en maaltijden op 'stil' te zetten.

Internet

Alle gebouwen van Merem zijn voorzien van wifi. Het wifi-netwerk heet *Merem_Gast* en het wachtwoord hiervan is *merem101*.

Behandelkamer

Op de behandelkamer werkt de verpleegkundige van de longafdeling -onder supervisie van de longarts- als een poortwachter naar verdere zorg. De behandelkamer is een laagdrempelige plek waar u in alle gevallen over uw klachten kunt overleggen met de verpleegkundige. Ook als u twijfelt over de ernst van uw klachten.

Voor zaken die **geen** spoed zijn, kunt u dagelijks terecht bij het inloopspreekuur in de behandelkamer. Het inloopspreekuur is van 8.45 tot 9.15 uur en 15.30 tot 16.00 uur.

Bezoek

Uw bezoek is dagelijks van harte welkom, maar er moet rekening worden gehouden met therapieën. Deze gaan altijd voor bezoek.

De bezoektijden voor De Schakel zijn: maandag t/m vrijdag 19.30-20.30 uur en voor 't Hoogt en De Plataan C: 19.00-21.00 uur.

Voor u en uw bezoek is het restaurant geopend van maandag t/m donderdag van 9.30 tot 16.00 uur en op vrijdag van 9.30 tot 15.00 uur.

Let op: in het restaurant kunt u alleen met een pinpas betalen.

Meeloopdag

Voor uw partner/naaste kan een meeloopdag ingepland worden. Op de meeloopdag worden naast een inkijkje in het revalideren ook adviezen gegeven hoe om te gaan met het ziektebeeld of de aandoening. De lunch kunt u op deze dag gezamenlijk gebruiken in het restaurant. Uw partner of naaste kan bij receptie De Plataan D0 een maaltijdbon ophalen voor de lunch.

Huiskameroverleg

Eén keer in de 8 weken is er een huiskameroverleg (HKO) met de manager 24-uurs zorg en een lid van de cliëntenraad. Als klinische patiënt kunt u in het HKO meedenken en uw mening geven over de revalidatie bij Merem. U kunt ook suggesties geven om de zorg en het verblijf te verbeteren.

Medische verantwoordelijkheid tijdens verblijf bij Merem

Merem heeft 24 uur per dag de medische verantwoordelijkheid voor klinische patiënten. Dat betekent dat u tijdens een opnamedag alleen het terrein af mag met toestemming van de arts en voor met behandelaren afgesproken therapiedoeleinden.

Receptie

Heeft u meldingen, opmerkingen of wensen met betrekking tot facilitaire zaken, zoals schoonmaakonderhoud, linnenverzorging, voeding, technische reparaties en terreinvoorzieningen? Dan kunt u contact opnemen met de dichtstbijzijnde receptie. Ook kunt u er terecht voor algemene vragen en kunt u zowel post versturen als ontvangen via de receptie.

Bij receptie in De Kastanje kunt u ook terecht voor het kopen van (wens)kaarten en postzegels, het betalen van extra afgenomen maaltijden.

De receptie in De Kastanje is iedere werkdag geopend van 08.00 - 18.00 uur en bereikbaar op telefoonnummer 035 - 688 14 11.

Servicebureau

Bij het servicebureau kunt u terecht voor o.a. bagagevervoer bij opname en ontslag, uitgifte van leenartikelen en in- en uitchecken. Het servicebureau vindt u in de centrale hal van De Kastanje achter de receptie. De openingstijden zijn maandag en woensdag van 8.00 uur tot 14.00 uur. Buiten deze openingstijden kunt u contact opnemen met de receptiemedewerkers.

Uitgifte leenartikelen

Er is de mogelijkheid om een scootmobiel, rollator en/ of fiets te lenen. Het gebruik van een hulpmiddel gebeurt altijd in overleg met iemand van uw behandelteam. Voor de kosten, zie tarieven leenartikelen en verblijfskosten. In overleg met uw behandelteam kunt u tijdens uw behandeling ook uw eigen fiets van huis meebrengen.

Semiklinische patiënten kunnen een scootmobiel gebruiken op de dagen dat zij aanwezig zijn op locatie. Vanzelfsprekend is degene die gebruik maakt van de scootmobiel verantwoordelijk voor eventuele schades en dergelijken. Voor het gebruik van een scootmobiel ondertekent u een (gebruikers)overeenkomst.

Borgtarieven leenartikelen

Leenartikel	Borg
Scootmobiel	€ 45,00
Rollator	€ 10,00
E-bike	€ 60,00

Let op: alle betalingen kunnen uitsluitend plaatsvinden d.m.v. pintransactie bij receptie De Kastanje.

Maaltijden

Een goed en afwisselend voedingspatroon draagt bij aan uw persoonlijk welbevinden tijdens uw verblijf. De voeding bij Merem is gebaseerd op de richtlijn gezonde voeding van het Nederlands Voedingscentrum en voldoet aan de hiervoor geldende wet- en regelgeving op het gebied van voedselveiligheid en hygiëne. Daarom is het niet toegestaan dat u maaltijden van huis meeneemt.

Het ontbijt en de lunch worden door de voedingsassistent in buffetvorm op de afdeling in de huiskamer geserveerd.

08.00-9.30 uur: Ontbijt*

12.30-13.30 uur: Lunch

17.30 uur: Diner wordt maandag t/m donderdag geserveerd in het restaurant in gebouw De Berk (gebouw op het terrein). U kunt kiezen uit 2 menu's. Daarnaast kunt u gebruik maken van de saladebar. U kunt uw eigen maaltijd samenstellen uit de gerechten van deze menu's. De menu's zijn vastgelegd in een cyclus van 6 weken en wisselen per seizoen).

**Patiënten van de Schakel eten op hun eigen kamer.*

Op vrijdagmiddag gaat u op weekendverlof, waardoor u geen warme maaltijd wordt aangeboden. Als u niet voor 17.00 uur opgehaald kunt worden, kunt u de mogelijkheden met de voedingsassistent bespreken. Wij vragen u dit 2 dagen van tevoren te doen.

Maakt u een keer geen gebruik van de maaltijd die aangeboden wordt door Merem? Geef dit dan minimaal 24 uur van te voren aan bij een voedingsassistent(e). Zo zorgen we samen voor zo min mogelijk verspilling aan voedsel.

Dieet

Als u een dieet volgt of allergie heeft, bespreekt u dit dan met de diëtist en/of voedingsassistent. Deze geeft dit door aan de keuken. In het geval van een dieet neemt de coördinator voeding zo snel mogelijk de menumogelijkheden van dit dieet persoonlijk met u door.

Gasten

Wanneer uw gasten willen mee eten in het restaurant, dan kunt u dit een dag van tevoren melden bij de receptie in De Kastanje. De volgende tarieven, alleen te betalen per pintransactie, gelden voor de maaltijden van uw gast(en):

Maaltijden gasten	Kosten
Ontbijt	€ 4,00
Lunch	€ 4,00
Diner	€ 6,00

Brandveiligheid en calamiteiten

Veiligheid staat altijd voorop! Er zijn brandveilige maatregelen getroffen in alle gebouwen van Merem. Er zijn rookdetectors, die bij rookontwikkeling automatisch een brandmelding doorgeven aan de bedrijfshulpverleners (bhv'ers) en de brandweer. Ziet u een brand of rookontwikkeling? Sla alarm door een alarmruitje bij de brandslangen in de gangen in te slaan.

Er zijn medewerkers opgeleid als bhv'er die bij een brandmelding of calamiteit instructies geven. U herkent de bhv'ers aan een fluorescerend bhv-hesje. Volg de instructies van de aanwezige bhv'er altijd op. In geval van een brandmelding mag u de lift niet gebruiken.

Het gebouw is verdeeld in compartimenten. Bij een brandmelding vallen automatisch de gang- en patiëntenkamerdeuren dicht van het betreffende compartiment. De deur van uw kamer mag u om deze reden niet blokkeren. Het is noodzakelijk om de nooduitgangen en vluchtroutes vrij te houden, daarom moet u uw scootmobiel in de daarvoor bestemde vakken te parkeren.

De revalidatie

Hoe werkt revalideren in de praktijk?

Behandelplan

De behandeling duurt 8-10 weken. In de eerste en de laatste week van de behandeling worden testen gepland. De testen in week 1 zijn belangrijk om een beginsituatie in kaart te brengen. Deze dragen ook bij aan het opstellen van een behandelplan. De testen in de laatste week zijn bedoeld om het resultaat van de behandeling in kaart te brengen. Deze kunnen ook bijdragen in de advisering voor het nazorgtraject.

Het team stelt voor u een gepersonaliseerd behandelplan op. Dit behandelplan is gebaseerd op uw persoonlijke behandeldoelen en kenmerken. Dat betekent dat iedere patiënt een andere behandeling krijgt. De basis van de behandeling is een wetenschappelijk bewezen en op u afgestemd trainingsprogramma. Iedereen traint 3x per week. Alleen in de weken dat u testen moet doen, volgt u geen trainingsprogramma.

Tussen- en eindevaluatie en nazorg

Halverwege de behandeling, in week 5, evalueren we samen of we op de goede weg zijn. Het is de bedoeling uw naaste(n) hierbij te betrekken. Er verandert namelijk veel voor u, maar ook voor de mensen in uw omgeving!

Er wordt u gevraagd om een vragenlijst in te vullen waarbij gemeten wordt of u doelen van uw behandeling heeft behaald.

De behandeling sluiten we af met een eindevaluatie en controleren we of de nazorg goed in gang is gezet. In de weken dat u thuis bent, wordt u nog 2x gebeld om te bespreken hoe het thuis gaat en of er nog zaken zijn waarbij we u kunnen helpen.

Zuurstof

Wanneer u gebruik maakt van zuurstof en uw zuurstoftank leeg is, kunt u dit aangeven bij de verpleging via telefoonnummer 035 - 688 15 52. Het bijvullen van uw zuurstoftank wordt dan verzorgd door de verpleging.

Planning

De planning maakt voor u wekelijks het rooster waarop uw behandelprogramma staat. Uw actuele rooster wordt altijd per mail toegestuurd en in het patiëntenportaal van Merem gepubliceerd. Een gewijzigd rooster wordt altijd gepubliceerd op het patiëntenportaal en doorgegeven aan de verpleging. Hulp nodig bij het gebruiken van het patiëntenportaal of andere digitale middelen? Scan de QR-code!



Het type en de frequentie van de therapeutische behandeling is persoonlijk en op u afgestemd en dus voor iedere patiënt anders. Hoewel wij ons uiterste best doen om uw rooster zo passend en comfortabel mogelijk te maken, kunnen er dagen zijn met minder ingeplande behandelingen. Deze dagen bieden u de mogelijkheid om goed te herstellen, of om bijvoorbeeld bezoek te ontvangen. Bij onduidelijkheden over het rooster kunt u contact opnemen met de afdeling planning via de app BeterDichtbij of telefonisch via de nummers op de achterzijde van deze map.

Weekend

Het weekend brengt u thuis door en afhankelijk van uw behandelingen verwachten wij u volgens afspraak op zondagavond of maandag weer terug bij Merem. Bent u, bijvoorbeeld door ziekte, moeilijk te hanteren benauwdheid of door andere onvoorziene omstandigheden, niet in staat om op tijd terug te zijn, neemt u dan contact op met de verpleging via telefoonnummer 035 - 688 14 11.

Dit nummer kunt u ook bellen als zich tijdens uw weekend thuis medische problemen voordoen die niet kunnen wachten tot zondagavond.

Bij vertrek van uw kamer vragen wij u uw raam en kamerdeur te sluiten. Als dat van toepassing is voor u, draait u de zuurstofkraan dicht.

Ziek

Als u ziek bent of klachten hebt waardoor u denkt niet te kunnen deelnemen aan het behandelprogramma, dan geldt de volgende procedure:

- ***U meldt zich bij de behandelkamer***

Samen met de verpleegkundige of arts bepaalt u of u al dan niet in staat bent tot het volgen van (bepaalde) programmaonderdelen. U hoeft deze programmaonderdelen niet zelf af te bellen.

- ***U ligt ziek in bed***

U belt de verpleegkundige (035 - 688 15 52). De verpleegkundige komt dan bij u langs om samen met u te bepalen wat er nodig is. De verpleegkundige overlegt met de longarts. De medische situatie bepaalt of u aan het behandelprogramma kunt deelnemen, of het nodig is u tijdelijk op de noodkamer op te nemen, of dat u naar ziekenhuis of naar huis gaat.

Therapievrije dag

Tijdens uw behandelperiode kunt u één keer een vrije dag nemen om buiten uw behandeling iets te ondernemen. Dat kan bijvoorbeeld zijn voor een verjaardag van uzelf of iemand uit uw omgeving, een trouwerij of iets anders dat u belangrijk vindt. Uw verzoek voor een therapievrije dag dient u uiterlijk 1 week van tevoren in bij de maatschappelijk werker.

Open atelier

Wekelijks is er op donderdagmiddag gelegenheid om onder leiding van vrijwilligers te knutselen of anderszins in gezelschap gezellig bezig te zijn. Deze activiteit vindt plaats tussen 14.00 en 17.00 uur in een gezamenlijke ruimte in De Eik, F0 kamer 2. Aanmelden hoeft niet, u bent van harte welkom!

Overig

Telefoonlijst

In onderstaande lijst staan telefoonnummers die voor u van belang kunnen zijn gedurende uw verblijf bij Merem. Kunt u een telefoonnummer niet kunnen vinden, bel dan met de receptie op 035 - 688 14 11. De receptiemedewerker verbindt u vervolgens door.

<i>Verpleging</i>		035 – 688 15 55
<i>Medisch noodnummer (uitsluitend in geval van een calamiteit)</i>		085 – 007 86 22
<i>Brand (druk een brandmelder in of bel)</i>		085 – 007 87 01
<i>Behandeltkamer</i>		035 – 688 15 52
<i>Maatschappelijk werk (bereikbaar via receptie)</i>		035 – 688 14 11
<i>Planning longen</i>		035 – 688 14 73
<i>Secretariaat volwassenen (MedSec)</i>		035 – 688 14 24
Afdeling		
	Voor vragen over:	
<i>Receptie, servicebureau en technische dienst</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Bagagevervoer • Uitgifte leenartikelen • Technische meldingen 	035 – 688 14 11
<i>Voeding, linnendienst en schoonmaak</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Huishoudelijke diensten • Linnenvoorziening • Maaltijden • Schoonmaakonderhoud 	Op afdeling aanwezig



Log in op ons netwerk

Merem_Gast

Wachtwoord:
merem101

Deze informatiemap is eigendom van:

Merem Medische Revalidatie
Soestdijkerstraatweg 129
1213 VX Hilversum
Tel. 035 - 688 14 11

www.merem.nl

Aan de inhoud van deze informatiemap kunnen geen rechten worden ontleend.

PGO. Gebruikt u het al?

PGO is de afkorting voor persoonlijke gezondheidsomgeving. Het is een app of website waarin u gratis een kopie kunt ophalen van uw medische gegevens. Ook die van Merem. Er zijn verschillende PGO's waaruit u kunt kiezen. Met een PGO staan de gegevens over uw gezondheid op één plek. Zo krijgt u meer grip op uw gezondheid.

Een veilige verbinding tussen uw PGO en bv. Merem, uw huisarts, ziekenhuis of therapeut is belangrijk. MedMij heeft regels gemaakt voor het veilig uitwisselen van medische gegevens. Via MedMij kunt u op een veilige manier een kopie van uw medische gegevens in uw PGO ophalen. Ziet u het MedMij-logo? Dan weet u zeker dat deze PGO of zorgaanbieder zich houdt aan de MedMij-regels.

Wilt u aan de slag met PGO? Scan dan onderstaande QR-code of ga naar <https://verbind.medmij.nl> en volg de stappen. U heeft hiervoor uw Digi-D nodig.



Handige telefoonnummers

Verpleging	085 – 688 15 55
Medisch noodnummer <i>(uitsluitend in geval van een calamiteit)</i>	085 – 007 86 22
Brand <i>(druk een brandmelder in of bel)</i>	085 – 007 87 01
Maatschappelijk werk <i>(bereikbaar via receptie)</i>	035 – 688 14 11
Afdelingssecretaresse	085 – 007 88 83
Planning neurologie en chirurgie	035 – 688 14 75
Planning pijn	035 – 688 14 74
Secretariaat volwassenen (MedSec)	035 – 688 14 25
Receptie, servicebureau en technische dienst	035 – 688 14 11
<i>Voor vragen over bagagevervoer, uitgifte leenartikelen, technische meldingen</i>	