

Wat te doen bij een kunstheup-operatie?

U staat voor of herstelt van een grote operatie. Dan komt er veel op u af. Deze Routekaart helpt u om het overzicht te houden:

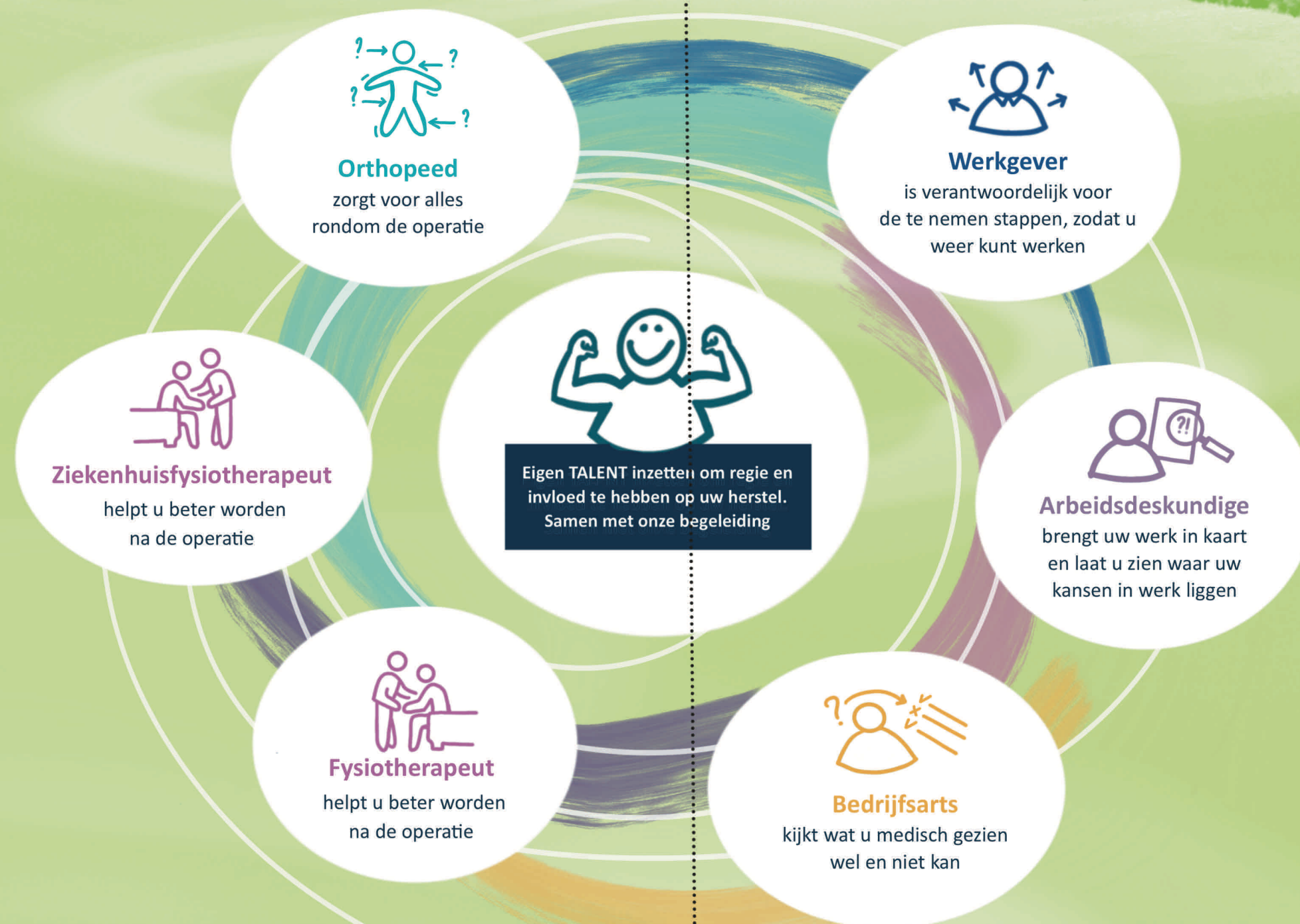
- wie er betrokken zijn bij uw operatie, herstel en terugkeer naar werk
- welke mogelijkheden u heeft
- welke doelen u heeft
- wat u en uw werkgever gaan doen
- wanneer elke stap wordt gezet

Hang de kaart op een plek waar u vaak komt. Zo ziet u in één oogopslag waar u nu staat en wat de volgende stap is.

Heeft u vragen? Neem dan contact op met de persoon die bij die stap genoemd staat. Samen werkt u stap voor stap toe naar een veilige en duurzame terugkeer naar uw werk.

QR-code
nog aan
te leveren

→ Scan de QR-code
voor een digitale versie
van deze Routekaart



Vaste afspraken

Volgens de Wet Verbetering Poortwachter moeten u en uw werkgever als u ziek bent samen een paar verplichte stappen zetten om u weer veilig aan het werk te helpen. Zo moeten u en de bedrijfsarts binnen 6 weken bekijken wat u nog wel en niet kunt.

De bedrijfsarts onderzoekt wat u nog kan en wat (tijdelijk) niet lukt en legt dit vast in de probleemanalyse. De werkgever is verantwoordelijk voor de te nemen stappen, zodat u weer kunt werken. Op basis hiervan maakt u samen afspraken, zodat u zo goed mogelijk kunt blijven deelnemen aan het werk.

De werkgever legt de afspraken vast in een plan van aanpak. Het plan kan later worden aangepast als uw situatie verandert. Als werknemer en werkgever heeft u samen de verantwoordelijkheid om de kansen die er zijn in het werk te benutten.

Routekaart

**Routekaart
voor uw weg terug naar werk
na een kunstheup-operatie**

Wie is betrokken?



Werkgever:

Contactgegevens:



Bedrijfsarts:

Contactgegevens:



Arbeidsdeskundige:

Contactgegevens:



Fysiotherapeut:

Contactgegevens:



Ziekenhuisfysiotherapeut:

Contactgegevens:



Orthopeed:

Contactgegevens:

✓ Stap 1

U krijgt een operatie

1

2

■ Stap 2

Voorbereiding

Wist u dat...

u uw bedrijfsarts ook mag raadplegen
als u nog niet ziekgemeld bent?

Het is aan te raden om vooraf uw bedrijfsarts
te informeren dat u een operatie krijgt.

Vraag uw orthopeed naar activiteiten
die na een prothese-operatie
minder goed uit te voeren zijn,
zoals knielen, hurken, klimmen en klauteren.

Een arbeidsdeskundige brengt uw werk in kaart,
zodat u precies weet wat nodig is om terug
te keren naar werk na de operatie.

■ Stap 3

Operatie

3

4

■ Stap 4

Start met re-integreren:

Na een dag werken,
een dag rust

Wist u dat...

u na uw operatie meestal niet meteen
weer volledig kan werken?
Vaak wordt het werk rustig opgebouwd.
Zo kunt u ervaren hoe uw lichaam
op het werk reageert.

■ Stap 5

U bent weer aan het werk

5

Eigen notities:



Vink aan om te zien bij welke stap op de route u zich bevindt

labo

*AKC
Arbeidsdeskundig Kennis Centrum

Amsterdam UMC

Nij Smellinghe
Ziekenhuis Drachten