



> Groeps Prothese Chirurgie (GPC) bij een totale knieprothese

Informatiebrochure

2
GPC bij
een totale
knieprothese



» Deze brochure geeft informatie over:

- | | |
|-----------------------|----|
| 1. Algemene principes | 3 |
| 2. Revalidatie | 3 |
| 3. Bijlage | 15 |

Contact

Polikliniek en afdeling orthopedie	09-224 61 11 (via onthaal)
Opnamedienst	09-224 61 61
Sociale dienst	09-224 63 21
Kinesithherapie	09-224 50 08
Ergotherapie	09-224 54 99

1. Algemene principes

GPC staat voor Groeps Prothese Chirurgie (GPC), waarbij het revalideren in groep centraal staat. Daarbij maakt men gebruik van een comfortabele elektrische zetel.

Tijdens uw opname in het ziekenhuis zullen de kinesitherapeut(e) en de ergotherapeut(e) samen met u een revalidatieprogramma afwerken, met als doel:

- ◆ De knie in een rechte hoek kunnen plooiën.
- ◆ De knie volledig kunnen strekken.
- ◆ Het been gestrekt kunnen heffen.
- ◆ Zich goed en zelfstandig kunnen verplaatsen: in en uit bed, rechtkomen uit een zetel,...
- ◆ Op een correcte en veilige manier zelfstandig met krukken kunnen stappen.
- ◆ Op een correcte manier trappen op en af komen.

Er is een oefenschema opgesteld om tijdens het ziekenhuisverblijf deze doelstellingen te bereiken. De oefeningen staan samen met praktische raadgevingen in deze brochure.

Na de hospitalisatie zal de therapie verder gezet worden om de behaalde resultaten nog te verbeteren en om u in staat te stellen zo vlug mogelijk activiteiten uit het dagelijkse leven, beroepsleven of vrije tijd te hernemen.

2. Revalidatie

2.1 Revalidatie voor de ziekenhuisopname

- ◆ Voor de hospitalisatie zal de therapie enerzijds uit bestaan de oefeningen, het stappen met krukken, het in en uit bed stappen, het traplopen en dergelijke aan te leren en anderzijds te oefenen om een optimale spierkracht van uw been en een optimale beweeglijkheid van uw knie te bereiken. Dit wordt aangeleerd door de thuiskinesitherapeut(e).
- ◆ Maak dat de voorzieningen getroffen zijn voor uw thuiskomst zoals het wegnemen van losliggende tapijten, het plaatsen van een verhoogd toilet, indien nodig extra handsteunen, het plaatsen van veel gebruikte voorwerpen of toestellen op een bereikbare hoogte, boodschappen,...

2.2 Revalidatie tijdens de ziekenhuisopname

2.2.1 Algemene principes

- ◆ Om de bloedcirculatie te verhogen en complicaties ter hoogte van de bloedvaten te vermijden, beweegt u gedurende de eerste dagen regelmatig met de voeten.
- ◆ Pijn, zwelling en warm aanvoelen kunnen normaal gezien optreden tijdens de revalidatie. IJstoepassingen kunnen deze klachten verminderen.
- ◆ Het volledig strekken van de knie is belangrijk, leg daarom geen kussen onder de knie.
- ◆ De geopereerde knie mag direct volledig belast worden. Een looprek en/of krukken zullen daarbij helpen. Om gemakkelijk te gaan zitten en recht te komen, kunt u het best gebruik maken van een stoel met arMLEUNINGEN. Indien u rechtstaat mag u niet draaien op het geopereerde been, wel stap voor stap draaien.



4

GPC bij
een totale
knieprothese

2.2.2 Verloop van de revalidatie

Het is de bedoeling om door de oefentherapie, geleidelijk aan, de normale beweeglijkheid van de knie te herwinnen, de verzwakte spieren te versterken, de activiteiten uit het dagelijkse leven te hervatten en op die manier het ziekenhuis zo zelfstandig mogelijk te verlaten.

» Eerste dag

De kinesitherapeut(e) en de ergotherapeut(e) gaan u helpen om de eerste stappen te zetten met behulp van een looprek en u begeleiden naar een comfortabele elektrische zetel. U mag volledig op uw been steunen. Het plooiën en strekken van de knie zal zowel passief als actief gebeuren. Er zal gestart worden met de oefeningen om de beweeglijkheid en de spierkracht langzaam te herwinnen. Om de dijbeenspier te versterken worden er dagelijks elektrische spierprikkelers gegeven.

» Tweede dag

Vanaf nu gaat u in losse, liefst sportieve kledij en met goede stap- of sportschoenen naar de oefenzaal. Daar zal u, samen met uw medepa-

tiënten, door de kinesitherapeut(e) behandeld worden. U krijgt therapie in de voor- en namiddag. De ergotherapeut(e) zal u leren stappen.

» Volgende dagen

Iedere dag zal het oefenprogramma en de gangrevalidatie geleidelijk opgevoerd worden. De oefeningen vindt u terug in deze brochure. Begin niet op eigen initiatief met nieuwe oefeningen, u dient ze in samenspraak met uw kinesitherapeut(e) te starten.

Bij elke oefensessie zullen de vorderingen van uw knie gemeten worden.

Na iedere sessie krijgt u een coldpack rond de knie gedurende 20 à 30 minuten.

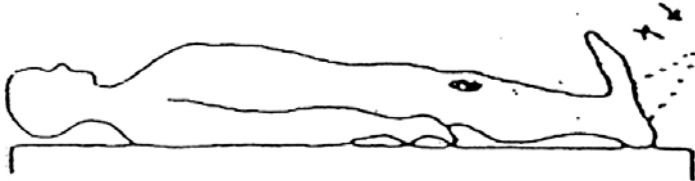
De vooruitgang die u boekt is voor een groot deel afhankelijk van hoeveel en hoe vaak u oefent. Dat er tijdens het oefenen wat spanning en vermoeidheid optreden is normaal. Uw motivatie en inzet zijn heel belangrijk. De aanmoedigingen van uw medepatiënten zullen ook een stimulans zijn om goed te presteren. Het is belangrijk regelmatig zelf te oefenen en zelf te stappen met uw hulpmiddel. Doe dit zo vaak mogelijk.

2.2.3 Oefeningen

>> Herhaal de oefeningen tienmaal

>> Rustig

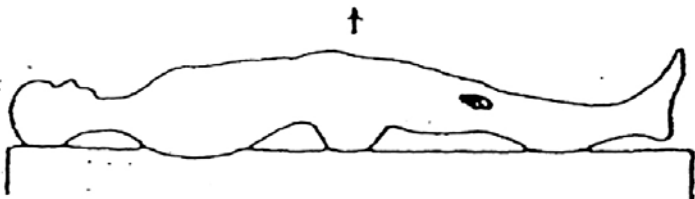
1. Voeten op en neer trekken.



2. Knie in onderlaag duwen en knieschijf optrekken, 6 seconden houden, terug ontspannen.



3. Zitvlak opspannen, 6 seconden houden, terug ontspannen.



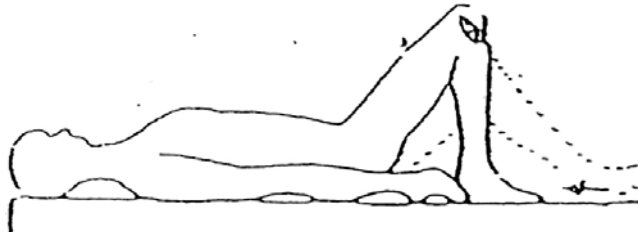
4. Met gestrekt been de hiel in de onderlaag duwen, 6 seconden houden, terug ontspannen.



5. Knie buigen met knieverstelling van de zetel.



6. Knie buigen door de hiel glijdend over de onderlaag naar het zitvlak te trekken.



6
GPC bij
een totale
knieprothese



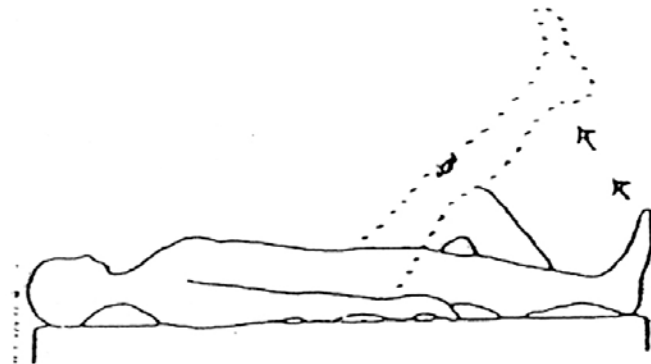
7. Knierolkussen onder de knie, knie in kussen duwen en knie maximaal strekken waardoor de hiel van de onderlaag komt, terug ontspannen.



8. Rolkussen onder hiel plaatsen, knie laten doorhangen, been opspannen en uitstrekken, 6 seconden houden, terug ontspannen.

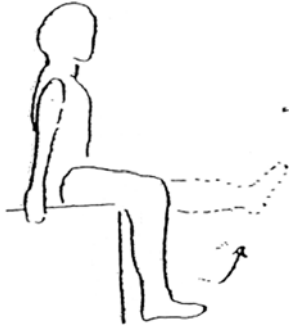


9. Been gestrekt heffen, 6 seconden houden, been terug neerleggen.



» Zit

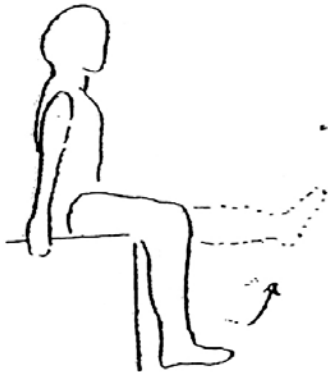
10. Gewone stoel, knie buigen door de voet onder de stoel te laten glijden.



11. Hoge stoel, been naar voor en achter pendelen, met ondersteuning van de andere voet.

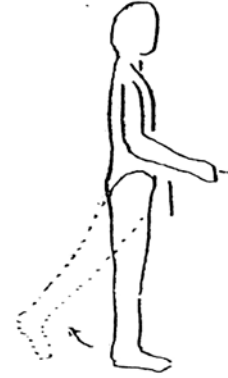


12. Been strekken, 6 seconden houden, en langzaam terug laten zakken.



» Stand

13. Been gestrekt naar achter heffen en terug.



14. Knieën samen, knie buigen door de hiel naar het zitvlak te heffen en terug.



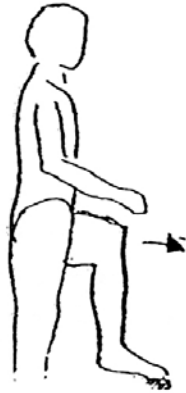
15. Knie strekken, dijbeenspier opspannen, 6 seconden houden, ontspannen.



16. Geopereerd been in voorwaartse uitvalstand en hielsteun, knie langzaam strekken, dijbeenspier opspannen, 6 seconden houden, ontspannen.



17. Sportraam. Voet op een sport. Bekken naar voor bewegen zodat de knie verder buigt.



8

GPC bij
een totale
knieprothese



2.2.4 Houdingen

- ◆ Zorg dat uw krukken altijd binnen handbereik zijn. Om te voorkomen dat uw krukken vallen, kunt u ze ergens tegen plaatsen of kunt u ze ondersteboven zetten op het handvat (zo staan ze stabiel).
- ◆ Ook kan u met behulp van een plastic fles (waarvan u de top en bodem afsnijdt) of een stuk pvc-buis een krukkenhouder maken. Bevestig de buis of fles met kleefband aan een tafel- of stoelpoot en zet er uw krukken in recht.
- ◆ Steun nooit op uw krukken of loopkader wanneer u gaat zitten of rechtop komt! Duw u op of neem steun op de stoel, het bed, het toilet waarop u gaat zitten of waarvan u opstaat!

» Zitten

- ◆ Ga bij voorkeur zitten op een rechte stoel met arMLEUNINGEN. Voorkeurshoogte van stoel, zetel, bed, wc of toiletstoel is aangepast aan de lichaamslengte van de persoon: in zithouding maken de heupen en knieën een hoek van minimum 90°.
- ◆ Aanpassing van een te laag toilet: door middel van een handvat als steunpunt aan de muur kan u zich makkelijker optrekken, een wc-verhoger kan er eveneens voor zorgen dat u makkelijker weer rechtop kan staan.

» Staàn

- Steun op beide benen, voeten lichtjes gespreid.
- Draai nooit plots om, maar **verplaats de voeten** in de richting waarin u kijkt: **til ze goed op**.
- Blijf niet te lang staan zonder te stappen.
- Vermijd het dragen van zware lasten.

2.2.5 Verplaatsingen

» Komen tot stand

Wanneer u vanuit een stoel tot stand komt, gaat u zich met de armen op de leuning van de stoel goed opduwen. U brengt daarbij best het geopereerde been en het lichaam een beetje naar voor. Eens u tot stand bent gekomen, moet u altijd op de beide benen steunen, de voeten daarbij lichtjes gespreid. Moet u rechtkomen met de krukken, neem dan steeds de krukken in één hand en neem de zetel of stoel vast met de andere hand en duw u op om recht te komen.

» Draaien in stand

Bij het draaien moeten de benen en de romp samen draaien, altijd met de voeten meestappend. De neus moet altijd in de richting van de voeten zijn.

» Gaan zitten op een stoel

- ◆ Steun met beide handen op de leuning van stoel, zetel of tafel.
- ◆ Zet het geopereerde been naar voren bij het neerzitten.
- ◆ Voetpunt en knieën altijd naar voren richten.
- ◆ Moet u gaan zitten met de krukken, neem dan altijd de krukken in één hand en zoek de leuning van de stoel. Als die er niet zijn, neem steun op de zitting. Zak zachtjes naar beneden en breng het geopereerde been tegelijkertijd een beetje voorwaarts.

» Stappen

Zorg er bij aanvang voor dat de krukken/ het looprek op een voor u comfortabele hoogte zijn ingesteld; het handvat moet zich op dezelfde hoogte bevinden als die van de pols wanneer men de arm naast het lichaam laat hangen.



Stappen met een loopkader

- ◆ Verplaats eerst het loopkader.
- ◆ Zet een stap voorwaarts met het geopereerde been.
- ◆ Verplaats daarna het niet-geopereerde been en zet dit op dezelfde hoogte van de andere voet.

Stappen met twee krukken

- ◆ Men verplaatst eerst de krukken, dan het geopereerde been en vervolgens het niet geopereerde been.
- ◆ Let op dat de passen links en rechts van gelijke grootte zijn.

Stappen met één kruk

- ◆ De kruk altijd langs de kant van het niet-geopereerde been houden.
- ◆ De kruk wordt gelijktijdig verplaatst met het geopereerde been.
- ◆ Het andere been wordt vervolgens bijgezet, net iets verder dan de voet van het geopereerde been.
- ◆ Hou je lichaam recht en hang niet op de kruk.

» Trappen

- ◆ Aan de ene kant neemt men steun aan de trapleuning, aan de andere kant houdt men de kruk vast.
- ◆ Zorg ervoor dat de traploper veilig vastligt.

Trap op

- ◆ Plaats het niet-geopereerde been omhoog.
- ◆ Vervolgens de kruk.
- ◆ Plaats als laatste het geopereerde been bij.

Trap af

- ◆ Plaats de kruk en het geopereerde been een trede lager.
- ◆ Verplaats vervolgens het niet-geopereerde been bij.
- ◆ Schuif uw hand over de leuning mee.

Trap zonder leuning

- ◆ Ga best de trap op en af met twee krukken.
- ◆ Trap op: plaats niet-geopereerde been omhoog, vervolgens beide krukken en het geopereerde been.
- ◆ Trap af: plaats eerst de beide krukken omlaag, breng het geopereerde been een trede lager. Vervolgens ook het niet-geopereerde been.

» IN - en UIT het bed

De instapzijde is individueel aanpasbaar, maar bij de meeste mensen gaat de voorkeur naar het instappen met het niet-geopereerde been eerst. Het heffen van het niet-geopereerde been vergemakkelijkt het heffen van het geopereerde been waarin vlak na de operatie een krachtsvermindering aanwezig is.

In bed

- ◆ Ga **rugwaarts** staan met de **kniekuil tegen de bedrand**.
- ◆ Ga neerzitten dichtbij het hoofdkussen.
- ◆ Steun op voeten en handen en verplaats het bekken zover mogelijk naar achteren.
- ◆ **Draai benen en bekken** tegelijk in bed (en bloc).
- ◆ Het heffen van het geopereerde been wordt vergemakkelijkt door

het niet-geopereerde been onder het geopereerde been te houden en zo te draaien.

Uit bed

- ◆ Kom tot **langzit**: dit is rechtzitten in bed, met de benen vooruit gestrekt en gesteund op de armen en handen.
- ◆ Benen en voeten naar de bedrand **verschuiven**.
- ◆ Beide benen **samen** over de bedrand draaien. Ook hier kan je niet-geopereerde been je geopereerde been opheffen.
- ◆ Voeten plat op de grond plaatsen, lichtjes gespreid.
- ◆ Doe onmiddellijk **schoeisel** aan!! Loop niet op kousenvoeten.
- ◆ **Steunen** met handen op bedrand of op looprek om tot stand te komen.
- ◆ Zorg dat krukken of loopkader binnen handbereik zijn!

» IN - en UIT de auto

- ◆ Een autostoel is meestal laag en gemaakt in de vorm van een kuip, een kussen kan dus zinvol zijn op de zetel zodat de zetel wat hoger wordt.
- ◆ Om opnieuw met de auto te beginnen rijden is het aan te raden eerst de toestemming van de arts te vragen.

U kunt het beste instappen op de volgende manier

- ◆ Zet de autostoel in zijn geheel naar achteren.
- ◆ Ga rugwaarts staan tegen de auto.
- ◆ Houd u met beide handen vast aan de deuropening of dashboard en rugleuning van de zetel.
- ◆ Plaats het geopereerde been iets naar voren.
- ◆ Ga rustig zitten.
- ◆ Til het geopereerde been in de auto terwijl u draait (als u een plastic zak op de zitting legt kunt u gemakkelijker draaien).

Om uit te stappen gaat u omgekeerd te werk

- ◆ Zet de stoel achteruit.
- ◆ Draai benen en romp samen buiten de auto.
- ◆ Ga staan en steun daarbij op de stoel en het dashboard of de deuropening.

2.2.6 Persoonlijke verzorging

» Algemeen:

- ◆ Ga in bad of onder de douche terwijl er iemand in huis aanwezig is.

» Toilet

- ◆ In sommige gevallen is het aan te raden om een toiletverhoger aan te schaffen. Zo kan men niet te diep gaan zitten en is het makkelijker om recht te staan.
- ◆ Ook kan het handig zijn om handvaten naast het toilet te installeren, waardoor het optrekken en laten zakken op het toilet makkelijker gaan.

» Wassen

- ◆ In de beginperiode na de operatie is het aan te raden wat hulp te vragen bij het wassen van de voeten.
- ◆ Indien hulp vragen niet mogelijk is, enkele adviezen:

Aan de lavabo

- ◆ Plaats een stoeltje (liefst met leuning).
- ◆ Zet de voet op een verhoogje (bijvoorbeeld een voetbankje).
- ◆ Maak eventueel gebruik van een badborstel.
- ◆ Een grote handdoek die u bij de uiteinden vasthoudt en om uw voeten slaat, kan een hulp zijn bij het afdrogen.

Onder de douche

- ◆ Douchen kan onmiddellijk bij gebruik van Op-site (transparant verband op de operatiewonde).
- ◆ Gebruik een plasticen taboeret of een opklapbare douchestoel. Zo is er minder gevaar voor uitglijden.
- ◆ Gebruik een antislip mat in de douche.

- ◆ In de douche:
 - Ga zo dicht mogelijk bij de douchecel staan.
 - Plaats eerst het niet-geopereerde been in de douche en nadien het andere.
 - Laat de krukken buiten staan, maar binnen handbereik.
 - In de douche kan je gebruik maken van een douchestoel.
- ◆ Uit de douche
 - Ga zo dicht mogelijk bij de rand staan.
 - Plaats eerst het geopereerde been uit de douche en nadien het andere.
 - Plaats ook een stoel in de nabijheid van de douche, met daarop al het nodige materiaal om u af te drogen en aan te kleden.

In en uit bad

- ◆ In bad
 - Voor je een bad neemt, zorg je dat alles klaar staat, zoals shampoo, handdoeken, zeep,... Plaats een stoel (waarbij de zitting hoger is dan de badrand) naast het bad. Leg op een stoel een badhanddoek.
 - Ga zitten op de stoel naast het bad. Plaats eerst het ene en dan het andere been in bad. Sta recht in uw bad, eventueel gebruik makend van een steunbaar op de tegenovergestelde muur.
 - Neerzitten in bad: neem steun op de badranden en laat u voorzichtig zakken met uw geopereerde been naar voor gestrekt.
 - Men kan bij het nemen van een bad eventueel gebruik maken van een badplank, waardoor de zithoogte gelijk is aan de hoogte van de badrand.
- ◆ Uit bad
 - Wanneer u uit het bad komt, komt u eerst tot stand door u af te duwen op uw gezonde been en te steunen op uw handen op de badrand. Ga dan terug op de stoel zitten en draai je benen één voor één naar buiten.

Maak altijd gebruik van een anti-slip mat in het bad.

2.3 Revalidatie na de ziekenhuisopname

Algemeen

Na uw ontslag uit het ziekenhuis moet de revalidatie onmiddellijk verder gezet worden. Thuis gaat u zelf de gekende oefeningen regelmatig herhalen.

De therapie zal door uw thuish kinesitherapeut(e) opgedreven worden zodanig dat de dagdagelijkse, professionele of vrijetijdsactiviteiten kunnen hernomen worden.

Sportactiviteiten

Sporten waarbij geen schokken of bruske bewegingen gebeuren, kunnen beoefend worden. Zwemmen, fietsen en wandelen zijn toegelaten.

>> Fietsen

- ◆ Fietsen is een soepele beweging die zeer goed is voor het kniegewricht.
- ◆ Het is aan te raden de eerste zes weken op een hometrainer te fietsen. Van zodra men zonder krukken kan stappen, mag men ook buiten fietsen.
- ◆ Zorg ervoor dat uw zadel op de goede hoogte staat. Bij het zitten op het zadel reikt enkel de voorvoet de grond.
- ◆ Gebruik aanvankelijk een damesfiets.

>> Zwemmen

- ◆ Men mag zwemmen als men goed zonder krukken kan stappen. Meestal is dit na ongeveer zes weken.

>> Wandelen

- ◆ Trek stevige schoenen aan.
- ◆ Let op gladde en hobbelige onderlagen.
- ◆ Neem een kruk mee bij lange wandelingen.

>> Andere sporten?

- ◆ Vraag advies aan uw behandelende arts.

Hou er rekening mee dat uw activiteiten de belasting op uw prothese beïnvloeden en de levensduur ervan bepalen.

Huishoudelijke activiteiten

- ◆ Dragen van boodschappen of van zware lasten? Plaats ze liever op wieltjes!
- ◆ Kan het niet anders: draag dan het gewicht voor en dicht tegen het lichaam, ofwel aan de kant waar u geopereerd bent.
- ◆ Tijdens het werken wordt er veel (onbewust) gedraaid in de knieën. Dit moet vermeden worden. Als u wil draaien moet u uw voeten stapje voor stapje verplaatsen
- ◆ Indien mogelijk werk je zittend, om bijvoorbeeld te strijken of om de maaltijden klaar te maken.
- ◆ Voor het oprapen van allerlei kleine voorwerpen bestaan er verschillende hulpmiddelen zoals een vuilblik of grijptang met een lange steel.



Revalidatieschema

NAAM:

rechts links

Operatiedatum: / /

Activiteit	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7	Dag 8	Opmerkingen bij ontslag: Ontslagdatum: / /
Voeten op en neer (oef.1)									SPIERKRACHT:
Stat. 4-ceps (oef.2)									
Zitvlak opspannen (oef.3)									
Gestr. been duwen (oef. 4)									BEWEEGLIJKHEID:
Kniebuig zetel (oef.5) + graden									
Kniebuigen (oef.6) + graden									
Knierol + strekken (oef.7)									
Stappen + looprek 5 à 10 cm									STAPPEN:
Opzitten zetel									
Kussen onder hiel (oef.8) + graden									
Been gestrekt heffen (oef.9)									
In en uit zetel									ANDERE:
Stappen + krukken + K/E									
Kniebuig. Stoel (oef.10) + graden									
Pendelen (oef. 11)									
Strekken in zit (oef. 12)									
Stappen + krukken (zelfst.)									
In en uit bed									
Stappen + krukken > 20m									
Stappen + 1 kruk + K/E									
Trap lopen									
Std. B. gestr. Nr. achter (oef.13)									
Std. Kn. buigen (oef.14)									
Std. Kn. strekken + aansp. (oef.15)									
Uitvalstand hielstand (oef.16)									
Vt. op sport kn. buigen (oef.17)									

X = patiënt kan activiteit goed uitvoeren

< = patiënt kan activiteit onvoldoende uitvoeren

Kinesitherapeut

Datum: / /

14

GPC bij
een totale
knieprothese

3. Bijlage: Adressen Hulpmiddelenverstrekkers Oost Vlaanderen

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Mediotheek**
Losstraat 39, 9860 Aalter
09-325 70 35

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Mediotheek**
Bogaertstraat 33, 9200 Dendermonde
052-25 97 97

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Mediotheek**
Markt 76, 9800 Deinze
09-381 55 90

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Mediotheek**
Land Dan Rhodelaan 11, Gentbrugge
09-210 47 90

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Thuiszorgwinkel**
Sint Jorisstraat 27, 9300 Aalst
053-60 61 00

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Thuiszorgwinkel**
A.Delhayeplein 16, 9600 Ronse
055-23 77 84

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Thuiszorgwinkel**
Laurens De Metsstraat 15, 9620 Zottegem
09-360 79 92

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Thuiszorgwinkel**
St. Jozefplein 7, 9700 Oudenaarde
055-33 47 37

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Thuiszorgwinkel**
Garenstraat 46, 9900 Eeklo
09-376 13 50

**Christelijke Mutualiteit
Midden Vlaanderen – Mediotheek**
Nieuwstraat 7, 9770 Kruishoutem
09-383 59 33

**Liberale mutualiteit
Oost Vlaanderen –
Vzw Mival Uitleendienst Mival**
Brabantdam 109, 9000 Gent
09-259 13 29

**Bond Moyson
Oost Vlaanderen Mobishop – Mediotheek**
E. Anseeleplein 7, 9000 Gent
09-265 55 80

**Bond Moyson
Oost Vlaanderen Mobishop – Mediotheek**
De Colsmackersstraat 11, 9620 Zottegem
09-364 99 99

**Bond Moyson
Oost Vlaanderen Mobishop – Mediotheek**
Leopold II laan 20, 9100 Sint-Niklaas
03-760 35 10

**Bond Moyson
Oost Vlaanderen Mobishop – Mediotheek**
Noordlaan 19, 9200 Dendermonde
052-25 92 26

N.V. Bota
Stationlaan 12 – 16 , 9800 Deinze
09-381 66 22

Medishop
Kattestraat 24, 9700 Oudenaarde
055-30 94 44

N.V CTO Mobility
Biezeweg 13, 9230 Wetteren
09-272 58 42

T.O.B. N.V.Ortho Shop
Parklaan 13 b, 9300 Aalst
053-71 00 93

**CVBA Mediotheek
De Volksmacht Mediotheek**
Grote Markt 37, 9100 Sint-Niklaas
03-760 00 30

**CVBA Mediotheek
De Volksmacht Mediotheek**
Ijzerhand 73, 9120 Beveren
03-775 65 06

**CVBA Mediotheek
De Volksmacht Mediotheek**
Grote Kaai 8, 9160 Lokeren
09-348 34 07

Sleepy slaapspecialisten
Vijverstraat 4, Aalst / Stationstraat 98, Eeklo
Antwerpsesteenweg 1124, Oostakker
Ankerstraat 16, Sint-Niklaas

Ergonomisch materiaal / Ergo- concept
Groenstraat 202, 9300 Aalst
053-77 28 63

Ergonomisch materiaal / Vit-med
Vriesenrot 3, 9200 Dendermonde

Ergonomisch materiaal / Buro- project
Gentsesteenweg 390, 9300 Aalst
053-60 56 46

2009



www.azstlucas.be

vzw AZ Sint-Lucas & Volkskliniek
campus Sint-Lucas, Groenebriel 1, 9000 Gent
tel. 09-224 61 11, info@azstlucas.be
campus Volkskliniek, Tichelrei 1, 9000 Gent

