

REVALIDEREN NA CORONA

TOPFYSIOTHERAPIE HELPT

De klachten die een patiënt heeft na de infectieziekte Covid-19, ofwel corona, hangen samen met diverse factoren. Was het een milde variant die men thuis doormaakte, was er sprake van een hevigere vorm of leidde de ziekte tot opname op de intensive care en was beademing aan de orde?



Patiënten die het virus doormaakten en hierna gezondheidsklachten hebben, kunnen terecht bij Topfysiotherapie voor een revalidatieprogramma.

Individueel revalidatietraject

Hoe gaat het in zijn werk?

U gaat een persoonlijk revalidatietraject in, begeleid door een gespecialiseerde fysiotherapeut.

Bovendien kunnen we, met specifiek op de coronaproblematiek samengestelde tests en vragenlijsten, inzicht krijgen in uw situatie. Als het nodig en wenselijk blijkt, kunnen we ook samenwerken met een team van andere zorgspecialisten: de ergotherapeut, diëtist, logopedist, en, of psycholoog.

Gezondheidsklachten na corona kunnen zich namelijk uiten op diverse vlakken. Er kunnen longproblemen ontstaan die tot ademhalingsklachten leiden en om revalidatietherapie vragen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan kortademigheid, maar er kunnen zich ook slikklachten voordoen, of er kan sprake zijn van ondervoeding.

Andere klachten zijn spierverswakking, conditieverlies en balansproblemen. Ook kan men er vermoeidheidsklachten, mentale problemen of concentratieproblemen aan overhouden.

Revalideren doen we samen

Om na corona zo goed mogelijk te herstellen, willen we de klachten zo helder mogelijk in beeld krijgen.

Samen bespreken we de problematiek waarna we met een maatwerkprogramma aan de slag gaan, zodat u weer beter kunt functioneren.

Onze inzet is: *Samen bewegen naar beter.*

Start van behandeling bij uw Topfysiotherapeut

Zodra u klachtenvrij bent, en geen verkoudheidsverschijnselen of koorts meer heeft, kunt u contact met ons opnemen. De begeleiding start dan telefonisch of via beeldbellen.

Bent u 6 weken klachtenvrij, dan staat, volgens de huidige richtlijnen (mei 2020) het licht op groen voor behandeling op maat in de praktijk.

Inzicht in Corona

Hoe komt het dat het virus de longen raakt?

Het is bekend dat het virus de luchtwegen aantast.

De eerste verschijnselen die we veelal zien is een schrale keel en een droge hoest. Niezen en koorts zijn ook kenmerken die horen bij het virus. Zet de infectie zich door naar de longen, dan zal, als afweerreactie, het slijmvlies in de longblaasjes dikker worden. Hierna wordt het moeilijker om zuurstof op te

nemen. De longen worden aangetast, en de patiënt krijgt het benauwd. Hoe ziek men is, varieert van persoon tot persoon. Bij mensen die aan de beademing hebben gelegen, kan littekenweefsel ontstaan op de longen, wat het ademen verder bemoeilijkt. De gezondheidsklachten die men na de ziekte heeft, variëren van persoon tot persoon. Topfysiotherapie helpt bij het revalideren na de ziekte.

Hoe zit het nu eigenlijk, wie wordt ziek en wie niet?

Zo'n 80% van de besmette mensen wordt niet of nauwelijks ziek en herstelt vanzelf. Zo'n 20% van de mensen die besmet raken, wordt behoorlijk ziek.

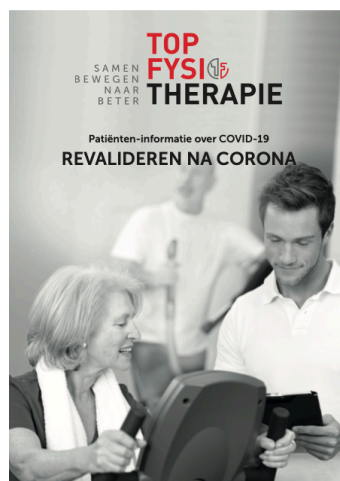
Van de mensen die in het ziekenhuis terecht komen, belandt 28% op de intensive care.

25 tot 80% van de patiënten die vier dagen of langer op de intensive care hebben gelegen, krijgt te maken met fysieke problemen. Deze personen worden eerst begeleid door het ziekenhuis; zo snel als hun toestand het toelaat, zal worden gestart met fysiotherapie.

Ook een groot deel van de patiënten dat niet in het ziekenhuis of op de intensive care heeft gelegen, kampt met restklachten.

Verlies van spiermassa en conditie

Na opname op de intensive care heeft een patiënt eerst weinig energie. Per dag verliest men in rust dagelijks ongeveer 5% van zijn totale spiermassa en algemene conditie. Dit moet weer opgebouwd worden. Met oefeningen kan



men de longfunctie verbeteren, ademhalingsspieren versterken, slijm beter ophoesten en dieper ademen. Hierdoor wordt de ventilatie van de longen verbeterd. De duur van een behandeltraject is individueel bepaald. Hiervoor is niet direct een gemiddelde te geven.

Wat kan een patiënt doen, die na de intensive care-opname met een revalidatietraject in het ziekenhuis, naar huis mag?

Na deze periode is de patiënt welkom bij Topfysiotherapie, voor de eerstelijnszorg. We staan paraat voor een fysiotherapeutisch revalidatietraject. Binnen de vereniging is veel kennis en ervaring aanwezig op het vlak van longrevalidatie en ondersteuning bij het herstellen van fysieke klachten.

Binnen de meeste Topfysiotherapie-praktijken wordt u geholpen door gespecialiseerde corona-fysiotherapeuten.

Binnen de Vereniging Topfysiotherapie vindt een actieve uitwisseling plaats van kennis en ervaring, ook op het gebied van corona, en we werken onder het KwaliteitsKeurmerk van de Vereniging Topfysiotherapie.

Persoonlijke doelen

We bespreken met u welke doelen u zelf nastreeft voor de revalidatie, en we kijken zorgvuldig naar uw belastbaarheid.

Met onderzoek en ondersteuning, met informatie, behandeling en begeleiding werken we er samen aan dat u weer fitter wordt en vertrouwen krijgt in uw lijf.

Uiteraard brengen wij uw arts op de hoogte van het behandeltraject.

Informatie

Heeft u vragen? Aarzel niet, en neem contact op met de Topfysiotherapie-praktijk bij u in de regio. Wij staan u graag te woord.