

# Poliklinische COVID-19 revalidatie

Poliklinische revalidatie voor post COVID-19 patiënten bij Basalt

# basalt

Patiënten die met COVID-19 in het ziekenhuis hebben gelegen, kampen na herstel van het virus veelal met lichamelijke en psychische klachten die leiden tot beperkingen in het dagelijks leven. De intensiteit van deze klachten is afhankelijk van de impact die het virus op het lichaam heeft gehad, de duur en de aard van de ziekenhuisopname en de aanwezigheid van al bestaande (chronische) aandoeningen. Voor patiënten die na COVID-19 ernstige klachten en beperkingen ondervinden biedt Basalt poliklinische COVID-19 revalidatie, zodat zij zo snel mogelijk weer kunnen participeren in de samenleving.

## Voor wie?

Het poliklinische behandelprogramma is bedoeld voor mensen die ernstige klachten hebben als gevolg van COVID-19 en waarbij sprake is van een multidisciplinaire hulpvraag. Het gaat om:

- patiënten die na ziekenhuisopname worden aangemeld voor poliklinische revalidatie.
- patiënten die doorstromen vanuit klinische COVID-19 revalidatie.
- patiënten die niet zijn opgenomen in het ziekenhuis maar wel klachten hebben op het gebied van participatie en functioneren.

Klachten die patiënten na COVID-19 kunnen ervaren zijn longklachten, spierzwakte, verminderd uithoudingsvermogen, gewrichtspijn en/of -stijfheid, vermoeidheid, problemen met gewone dagelijkse handelingen, ondervoeding, problemen met geheugen, denkvermogen, concentratie en prikkels, angst en depressie, post traumatisch stress syndroom (PTSS) of Post Intensive Care Syndroom (PICS). Voor meer informatie over PICS, bezoek de website [icconnect.nl/na-de-ic/post-intensive-care-syndroom](http://icconnect.nl/na-de-ic/post-intensive-care-syndroom).

## Doel

Doel van het poliklinische behandelprogramma is dat u weer een zo goed mogelijke fysieke, psychische en sociale conditie bereikt. Revalidatiedoelen zijn onder andere het vergroten van uw mobiliteit, het

verbeteren van uw algehele kracht en conditie, armen handfunctie, ademhalingskracht, longvolume en begeleiding bij verwerkig, angst en eventuele veranderingen in het denken.

## Revalidatiedoelen stellen

Tijdens de intakefase bespreekt u met de medisch specialist (revalidatiearts, longarts) en behandelaren uw klachten en hulpvraag. Daarna bepaalt u samen welke doelen u tijdens uw revalidatie wilt bereiken. Tijdens uw revalidatieperiode heeft u regelmatig overleg over wat u bereikt heeft en wat u nog moet doen om uw einddoel te bereiken.

## Duur programma

Het poliklinische behandelprogramma kent een duur van 8 weken.

## Inhoud programma

Uitgangspunt van poliklinische COVID-19 revalidatie is een blended care behandelprogramma, waarbij reguliere face-to-face gesprekken gecombineerd worden met online interventies zoals bijvoorbeeld chat, beeldbellen en online behandelmodules (eHealth). Afhankelijk van uw klachten en hulpvraag maken verschillende modules deel uit van uw behandelplan. Het behandelprogramma volgt u als groepsbehandeling, samen met andere patiënten die revalideren van COVID-19. Hierdoor is er veel ruimte voor lotgenotencontact, het delen van ervaringen en leren van elkaar.

## Fysiek trainingsprogramma

Tijdens uw revalidatie neemt u deel aan een fysiek trainingsprogramma bestaande uit loop-, fiets- en krachttraining. Voorafgaand aan het fysieke programma wordt uw conditie in kaart gebracht en beoordelen wij of er longklachten zijn die specifieke aandacht en training nodig hebben.

## Module Introductie en gevolgen COVID-19

Uw revalidatie start met de online module Introductie en gevolgen COVID-19.



*De kracht van revalidatie*

Den Haag • Leiden • Delft • Gouda • Zoetermeer • Alphen aan den Rijn

## *Module Ademhaling en ontspanning*

Deze module is gericht op ontspanning en het reguleren van de ademhaling.

## *Module Acceptatie en verwerking*

In deze module besteden we aandacht aan de gevolgen van COVID-19, de verwerking, draagvermogen en sociale steun.

## *Module Cognitief functioneren*

Tijdens deze module gaan we in op veel voorkomende cognitieve klachten als gevolg van COVID-19.

## *Module Energiebeheer*

In deze module geven wij u inzicht in de factoren die van invloed zijn op vermoeidheid, energie coaching en het leren maken van de juiste keuzes in activiteiten, vanwege vermoeidheid en vaak beperkte energie. De bijeenkomsten worden verzorgd door de ergotherapeut, een bijeenkomst door de psycholoog.

## *Overige modules en begeleiding*

Behalve bovenstaande basismodules bestaat het COVID-19 revalidatieprogramma uit aanvullende modules en individuele begeleiding door bijvoorbeeld een diëtiste, logopedist of psycholoog. Uw revalidatiearts bespreekt samen met u of deze modules en begeleiding in uw programma opgenomen worden.

## **Evaluatie en nazorg**

Na evaluatieonderzoeken en een evaluatiegesprek wordt uw revalidatietraject afgesloten met een eindgesprek met uw arts. Na het eindgesprek dragen wij de zorg over naar uw verwijzend arts. Indien nodig verwijzen wij u door naar psychosociale hulpverlening, fysiotherapie, een diëtiste of logopediste in de eerste lijn.

## **Behandelteam**

Tijdens uw revalidatie wordt u behandeld door een team van zorgprofessionals, onder leiding van een medisch specialist (revalidatiearts, longarts). Afhankelijk van uw hulpvraag en de ernst van uw klachten, bestaat uw behandelteam uit een fysiotherapeut, bewegingsagoog, ergotherapeut, logopedist, psycholoog, maatschappelijk werker en diëtist.

## **Vragen?**

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Neem contact op met uw behandelend arts.

