

Nieuwsbrief September 2020

Beweggroepen COPD

Training is een belangrijk element bij revalidatie van COPD-patiënten. De training zorgt ervoor dat de longcapaciteit bij deze patiëntencategorie behouden blijft of de achteruitgang vertraagd wordt waardoor de kwaliteit van leven verbeterd. Bovendien kan het voor vermindering van het aantal ziekenhuisopnames en medicatie inname zorgen. Fysiotherapie De Dijken heeft zich als doel gesteld COPD-patiënten te gaan trainen in groepsvorm.

Doelgroep

De doelgroep is de COPD-patiënten. Hieronder vallen ook patiënten met een dubbel-diagnose: astma en COPD. Dit beweegprogramma richt zich met name op COPD-patiënten met een lichte ziektelast. Een deel van de patiënten heeft mogelijk een matige ziektelast en bevindt zich in een verbetertraject met uitzicht op een lichte ziektelast. Wanneer er gesproken wordt van de GOLD-indeling, dan nemen met name patiënten met een GOLD 2 en 3 deel aan het zorgprogramma.

Behandeldoelen

De meest voorkomende behandeldoelstelling voor fysiotherapeutische interventies bij COPD-patiënten zijn:

- verminderen van klachten
- verbeteren van het inspanningsvermogen
- normaliseren van de achteruitgang van de longfunctie (FEV1)
- Zonodig verbeteren mucusklaring
- voorkomen van exacerbaties uitstellen of voorkomen van invaliditeit en arbeidsongeschiktheid
- verbeteren van de kennis, het zelfmanagement en het vertrouwen om dingen te kunnen uitvoeren

- verbeteren van kwaliteit van leven
- verbeteren van volhoudingsvermogen en spierkracht

Verwijzingen

Patiënten met COPD en patiënten met kortademigheidsklachten (ook niet-gediagnosticeerde patiënten met COPD) worden over het algemeen verwezen door de longarts of de huisarts. Fysiotherapie De Dijken behandelt alleen COPD patiënten die verwezen zijn met een vermelding van GOLD niveau.

Vergoeding

De behandeling bij de fysiotherapeut worden vergoed vanuit de basis verzekering. De mate van de vergoeding is afhankelijk van de kwalificatie van de COPD.

De trainingen worden 2 x per week gegeven. We proberen patiënten te motiveren om te blijven bewegen ook als de behandelingen op zijn. Dit kan dan tegen een kleine vergoeding middels een strippenkaart.

Senior fit

Net voordat de Corona "crisis" uitbrak zijn wij begonnen met "Senior fit". Deze lessen zijn bedoeld voor mannen en vrouwen vanaf 55 jaar.

Tijdens de groepslessen trainen wij diverse spiergroepen.

Het doel van de seniorlessen zijn conditieverbetering, afvallen, spierkracht opbouwen, algemene

gezondheidsverbetering, vergroten of behouden zelfredzaamheid, verbeteren van balans.

Senior fit wordt vanaf 1 september weer hervat, iedere maandag van 13:30 - 14:15 uur. U kunt deelnemen met een strippenkaart. De kosten van een kaart zijn 50 euro voor 10 keer.



Fysiotherapie De Dijken

Kerstendijk 169
3079 EW Rotterdam
010 4831441

fysio@fysiodedijken.nl
www.fysiodedijken.nl





DE DIJKEN

FYSIOTHERAPIE - MANUELE THERAPIE - BEKKENFYSIOTHERAPIE - KAAKFYSIOTHERAPIE - BEWEEGGROEPEN



de Fysiotherapeut