



Training bij COPD, sarcoïdose en etalagebenen

COPD, sarcoïdose en etalagebenen

COPD is een chronische obstructie van de luchtwegen (chronische bronchitis en emfyseem). Mogelijke gevolgen van COPD zijn een verminderde weerstand, kortademigheid en mogelijk luchtweginfecties. Deze klachten kunnen ernstige beperkingen opleveren in je dagelijks leven.

Sarcoïdose is een zeldzame ziekte waarbij, door nog onbekende oorzaak, ontstekingen ontstaan. Bij zo'n ontsteking hopen witte bloedcellen zich op. Deze ophopingen heten 'granulomen'. Deze ontstekingen kunnen vrijwel overal in het lichaam voorkomen. De meest voorkomende klacht is vermoeidheid.

Etalagebenen (claudicatio intermittens) is een vaatziekte waarbij de slagaderen in het been zijn vernauwd. Deze ziekte veroorzaakt pijn, kramp of een doof/moe gevoel in de benen. Als je loopt, krijg je de klachten. Als je stilstaat, verdwijnen ze binnen tien minuten.

Behandeling van COPD, sarcoïdose en etalagebenen

De behandeling van COPD, sarcoïdose en etalagebenen kent een aantal gemeenschappelijke kenmerken. Van belang zijn stoppen met roken, veel bewegen en gezonde voeding. Het is van essentieel belang om te blijven bewegen en zo goed mogelijk in conditie te blijven. Uit diverse onderzoeken blijkt namelijk dat een actieve leefstijl een positief effect heeft op het dagelijks functioneren. De spierkracht en het uithoudingsvermogen zullen toenemen en de kortademigheid zal afnemen. Je gaat je beter voelen, ervaart minder klachten en je kunt meer aan.

Voor de behandeling van COPD, sarcoïdose en etalagebenen stelt de gespecialiseerde fysiotherapeut in overleg met jou een op maat gemaakt beweegprogramma op. Hiermee word je op een persoonlijke en verantwoorde manier naar een actievere leefstijl begeleid.

Behandelplan bij COPD, sarcoïdose en etalagebenen

Wellicht vind je het moeilijk om aan je conditie te werken doordat je steeds benauwd of vermoeid wordt. De gespecialiseerde fysiotherapeuten van het CBT begeleiden je deskundig bij het verbeteren of op peil houden van je conditie. In overleg met jou en afgestemd op jouw situatie stelt de fysiotherapeut een trainingsprogramma op ter behoud en/of verbetering van je conditie. De fysiotherapeut kan je uitleggen wat je wel en wat je beter niet kunt doen en biedt uitgebreide, persoonlijke begeleiding.

Zo kan de fysiotherapeut je bij COPD en sarcoïdose eventueel aangepaste oefeningen geven voor je ademspieren (ademhalingsoefeningen, ontspanningsoefeningen en/of oefeningen om slijm op te geven) en arm- en beenspieren.

Bij etalagebenen helpt looptraining (GLT) onder begeleiding van een fysiotherapeut goed. Bij de meeste mensen die looptraining doen, is een dotterbehandeling of operatie niet meer nodig. Daarnaast krijg je van de arts medicijnen om de cholesterol te verlagen en je krijgt bloedverdunners.



Vergoeding zorgverzekeraar voor behandeling COPD, sarcoïdose en etalagebenen

- *COPD*: Sinds 2019 wordt fysiotherapie voor mensen met COPD met GOLD 2,3,4 vanaf de eerste behandeling vergoed uit de basisverzekering. Wel is het aantal behandelingen waarop je aanspraak kunt maken in het eerste behandeljaar en de daaropvolgende jaren (de onderhoudsfase) gemaximeerd. Voorwaarde voor vergoeding is dat je een verwijzing hebt van de longarts. Let op: het eigen risico is van toepassing op de fysiotherapie in de basisverzekering.
- *Etalagebenen*: Er wordt eenmalig een traject van 37 behandelingen gesuperviseerde looptherapie (GLT) vergoed vanuit de basisverzekering. Voorwaarde hiervoor is dat je een verwijzing hebt van de huisarts of medisch specialist. Let op: het eigen risico is van toepassing op de fysiotherapie in de basisverzekering.
- *Sarcoïdose*: Vanuit de basisverzekering wordt fysiotherapie bij sarcoïdose alleen vergoed als er sprake is van een ventilatoire beperking of diffusiestoornis. De eerste twintig behandelingen moet je zelf vergoeden, of deze worden vergoed vanuit je aanvullende verzekering. Vanaf de 20^e behandeling worden de behandelingen vergoed uit de basisverzekering. Let op: het eigen risico is van toepassing op de fysiotherapie in de basisverzekering.

Contactinformatie

Heb je nog vragen? Dan kun je contact opnemen met een van de specialisten binnen het Centrum voor Beweging en Therapie (CBT) op deze gebieden:

- Jeroen de Louw: j.delouw@cbtnfysio.nl
- John Groenen: j.groenen@cbtnfysio.nl
- Wim Rovers: w.rovers@cbtnfysio.nl
- Herman Nederlof: h.nederlof@cbtnfysio.nl

Voor het plannen van een afspraak kun je zowel telefonisch als via de e-mail contact opnemen met het CBT:

- Telefoonnummer: (040) 2439537
- E-mail: info@cbtnfysio.nl