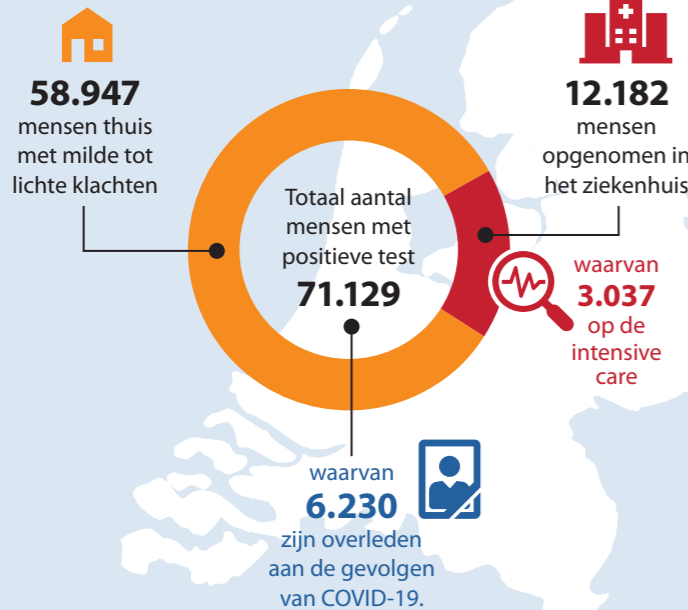


Fysiotherapie bij patiënten met COVID-19

COVID-19 in Nederland



Situatie na doormaken COVID-19

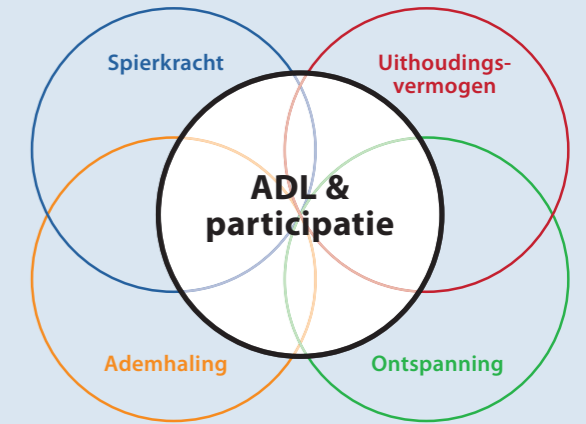
Veel patiënten hebben klachten zoals vermoeidheid, kortademigheid, verminderde spierkracht, balans en/of uithoudingsvermogen. Zij ervaren beperkingen bij het uitvoeren van ADL-activiteiten en uitvoeren van werk, sport en maatschappelijk functioneren. Deze klachten worden ook ervaren door mensen die niet opgenomen geweest zijn in een ziekenhuis.

Peildatum: 1-9-2020
Bron: RIVM, Stichting NICE

Fysiotherapiebehandeling COVID-19

Fysiotherapie richt zich op het bevorderen van ADL, spierkracht en balans, uithoudingsvermogen, ademhaling, en/of ontspanning. Behandeldoelen zijn gericht op verbeteren van ADL en participatie. Het is belangrijk tijdens de behandeling alert te zijn op signalen van fysieke en/of mentale overbelasting.

Het KNGF-standpunt maakt vanwege de van belastbaarheid van de patiënt onderscheid in de **eerste zes weken** na ontslag uit ziekenhuis of het eerste symptoomvrije moment na thuis doorgemaakte COVID-19, en **na zes weken**.



Eerste 6 weken

- Neem in week 0-2 telefonisch contact om hulpvraag te bespreken.
- Screen op gele en rode vlaggen.
- Breng de situatie in kaart met PSK, zuurstofsaturatie- en hartfrequentiemeting, de Short Physical Performance Battery (SPBB), handknijpkrachtmeting en de Borgschaal voor kortademigheid en vermoeidheid.
- Bespreek het ziekteproces, te verwachten beloop en het behandelplan.
- Adviseer en coach gericht op geleidelijk hervatten dagelijks functioneren.
- Belast gedoseerd met een maximale score van 4 op de Borgschaal (0-10).
- Bij laag belastbare patiënten: activiteiten en oefentherapie op lage tot matige intensiteit, met korte duur van inspanning.
- Monitor zuurstofsaturatie en hartfrequentie in rust en tijdens en na inspanning.

Na 6 weken

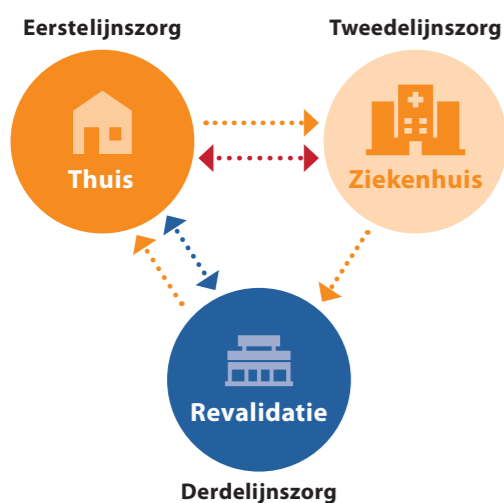
- Bepaal op basis van hulpvraag en fysiek functioneren de verdere behandeldoelen.
- Baseer doelen gericht op opbouw van fysieke activiteit/capaciteit op een meting daarvan.
- Aanbevolen klinimetrie: idem als van 0-6 weken, ook een inspanningstest, de 6 Minuten Wandeltest (6MWT), 1-RM voor spierkracht, registratie aantal stappen.
- Accent ligt op bevorderen van sociaal en maatschappelijk functioneren.
- Richt therapie op bevorderen van spierkracht/balans, uithoudingsvermogen, ademhaling, en/of ontspanning.
- Tijdens inspanning een maximale score van 6 op de Borgschaal (0-10) en/of een intensiteit van 60-80% van de maximale fietsbelasting, 1-RM en score op de 6MWT.
- Bouw de trainingsintensiteit en frequentie stapsgewijs op.



Positie eerstelijns fysiotherapie bij COVID-19

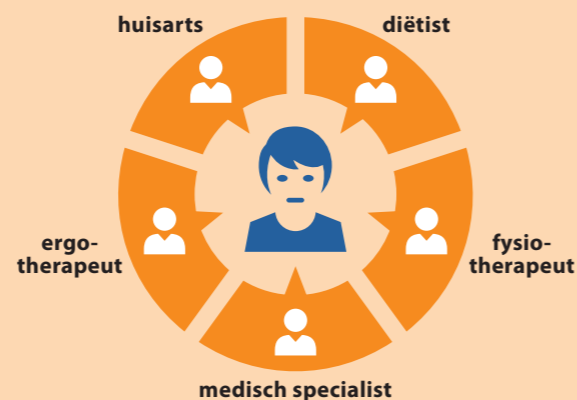
In de eerstelijns fysiotherapiepraktijk krijgen therapeuten te maken met mensen die thuis zijn hersteld, opgenomen zijn geweest in het ziekenhuis en/of bij een revalidatiecentrum hebben gerevalideerd.

Routes van de patiënt



Interdisciplinaire zorg bij COVID-19

Als patiënten klachten of beperkingen ervaren op meerdere zorgdomeinen is een interdisciplinaire aanpak gewenst.



KNGF-standpunt*

Aanbevelingen voor fysiotherapeutische diagnostiek en behandeling zijn beschreven in het KNGF Standpunt Fysiotherapie bij patiënten met COVID-19. Dit standpunt is van toepassing voor patiënten na ontslag uit het ziekenhuis of die COVID-19 hebben doorgemaakt in de thuissituatie.
www.kngf.nl/kennisplatform



*Verantwoording
Driehuis F, de Bie RA, van der Schaaf M, Veenhof C, Lenssen AM, van der Wees PJ et al.

KNGF Standpunt Fysiotherapie bij patiënten met COVID-19, versie 2.0. Amersfoort: KNGF juni 2020.