

COPD

Wat is COPD?

COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) is een chronische longziekte. Chronisch betekent dat het niet meer over gaat. In Nederland hebben ruim 600.000 mensen COPD. COPD komt vaak voor bij mensen die roken. Door COPD kun je het benauwd krijgen en moet je soms hoesten en slijm opgeven. De ziekte tast vooral de longen aan, maar heeft ook invloed op de rest van het lichaam.

De klachten van COPD

Mensen met COPD kunnen last hebben van:

- benauwheid en kortademigheid;
- hoesten en ophoesten van slijm;
- vermoeidheid;
- verslechtering van de conditie en spierkracht;
- een veranderde gemoedstoestand, zoals depressieve gevoelens.



Als je COPD hebt kunnen je klachten plotseling erger worden. Dit noemen we een longaanval. Soms moet je dan naar het ziekenhuis. Mensen met COPD hebben een grotere kans op andere ziekten zoals hart- en vaatziekten.

De behandeling van COPD

COPD is niet te genezen.

Ondanks medicatie (inhalator) houden veel mensen last van de ziekte. Doordat ze minder lucht in- en uitademen, raken ze bij inspanning snel benauwd en kortademig. Dit is erg onprettig en kan ook beangstigend zijn. Daardoor gaan ze minder goed ademen waardoor ze het nóg benauwder krijgen. Soms gaan mensen dan inspanning vermijden. Ze komen dan in een negatieve spiraal: ze zijn minder actief, waardoor hun conditie en spierkracht afnemen, waardoor ze de klachten verergeren, waardoor ze bij inspanning nóg sneller kortademig en vermoeid raken. Het doel van fysiotherapie is om deze negatieve spiraal te doorbreken. Want spieren die getraind worden, hebben minder zuurstof nodig. Hierdoor vermindert de benauwdheid.

Wat kan de fysiotherapeut voor jouw betekenen?

De fysiotherapeut wil eerst meer weten over jou en je klachten. Hoe actief ben je in het dagelijks leven, hoe is het gesteld met je algehele conditie en je spierkracht en wat is jouw manier van ademen en hoesten?

Om hier achter te komen, doet de fysiotherapeut een lichamelijk onderzoek en stelt je een aantal vragen. Vaak wordt bij dit onderzoek ook gebruikgemaakt van een conditietest, een stappenteller en/of een vragenlijst om te kijken hoeveel last je van je ziekte hebt.

Na het onderzoek maak je samen een behandelplan. Voor de behandeling begint, kan het zijn dat je een fietstest bij een longarts moet doen om te kijken hoe je veilig en effectief kunt trainen.



De fysiotherapiebehandeling kan bestaan uit:

- het trainen van de conditie en spierkracht;
- oefeningen die helpen om in het dagelijks leven actiever te worden;
- oefeningen om beter te kunnen ademen;

Vergoeding

Fysiotherapie bij COPD wordt in een deel van de gevallen vergoed uit de basisverzekering.

Je hebt hiervoor een verwijzing nodig van je huisarts of longarts.

Ook zijn er maxima voor het aantal behandelingen die worden vergoed en is je eigen risico van toepassing.

Wilt u weten wat er voor u vergoed wordt? Neem dan contact met ons op.



Foarwei 116, 9298 JP Kollumerzwaag
www.fysiotherapiedetrijedoarpen.nl

Afspraken: tel. (0511) 76 00 15