

THERAPEUTEN

Onze fysiotherapeuten vergroten regelmatig hun kennis en vaardigheden met extra scholing en zijn allemaal op meerdere gebieden gekwalificeerd. Zo hebben we meerdere fysiotherapeuten die onder andere zijn gespecialiseerd in COPD.

KLEDING

Tijdens de training kunt u het beste sportkleding of makkelijk zittende kleding dragen, waarin u goed kunt bewegen. Ook stevige (sport)schoenen worden aangeraden.

KOSTEN

De vergoeding van uw zorgverzekeraar wordt bepaald door de mate van COPD en de dekking van uw aanvullende verzekering. Verder kunt u voor meer informatie te allen tijde contact opnemen met uw zorgverzekeraar.



Longreactivatie COPD



024-3580779



info@mmfysio.nl



www.mmfysio.nl

WAT IS LONGREACTIVATIE?

In deze folder vindt u meer informatie over het programma 'Longreactivatie', samengesteld door COPD netwerk Nijmegen.

U kunt gaan deelnemen aan een longreactivatie programma, omdat u hinder ondervindt in uw dagelijks leven van een chronische longaandoening, genaamd COPD oftewel chronische obstructieve longaandoening.

COPD is een verzamelnaam voor chronische bronchitis, waarbij sprake is van langdurige ontstekingen in de luchtwegen. Bij COPD heeft men vooral last van benauwdheid, het ophoesten van slijm en soms een fluitende/ piepende ademhaling.

COPD kan in 4 stadia worden ingedeeld, van een lichte (1) tot een ernstige vorm (4). Is uw longaandoening ingedeeld bij stadium 2, 3 of 4, dan kunt u in aanmerking komen voor longreactivatie.

WERKWIJZE

Tijdens het eerste bezoek maakt u kennis met de fysiotherapeut die met u spreekt over uw klachten, verwachtingen, het programma en hoe vaak u komt trainen.

Na het introductiegesprek gaat u samen met de fysiotherapeut naar de oefenzaal waar u onder andere uitleg krijgt hoe de apparatuur werkt en op welk niveau u uw training gaat beginnen. Het niveau wordt afgestemd op uw lichamelijke toestand: de ernst van uw COPD, inspanningsvermogen en eventuele blessures.

De meeste mensen met COPD trainen tweemaal per week één uur onder begeleiding van de fysiotherapeut. Het is mogelijk om te trainen met individuele begeleiding of in groepsverband.

DOEL

Het longreactivatie programma is erop gericht om onder begeleiding van een fysiotherapeut uw conditie te verbeteren. Tijdens het programma beïnvloedt u zowel uw uithoudingsvermogen als kracht in de arm- en beenspieren.

Alledaagse activiteiten kunnen op den duur minder inspanning gaan kosten. Daarnaast zal er ook aandacht worden besteed aan uw ademhaling. Door middel van ademhalingsoefeningen leert u onder andere het slijm beter op te hoesten.

VERWIJZING

De huisarts kan u op basis van uw longfunctiegegevens en klachtenpatroon verwijzen naar de fysiotherapeut.

Het kan ook zijn dat u eerst wordt doorgestuurd naar de longarts. De longarts bepaalt aan de hand van uw longfunctie en inspanningstesten de ernst van de COPD. Afhankelijk van de uitslag wordt u verwezen naar de fysiotherapeut.

VRAGEN?

U kunt ons tussen 8:00u en 17:30u telefonisch bereiken via 024-3580779 of via ons mailadres info@mmfysio.nl