

## INFORMATIE VOOR PATIËNTEN



# Revalidatie na het doormaken van een COVID-19 infectie



**Az Damiaan**  
Dicht bij het leven



Aarzel niet om contact op te nemen met ons.  
Wij helpen je graag verder.

Revalidatie, Sport- en Fysische geneeskunde:  
059 41 60 90.

© Az Damiaan vzw, april 2021. Niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming.

Az Damiaan heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. Deze folder bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met jouw zorgverlener. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn Az Damiaan, de artsen en medewerkers hiervoor niet aansprakelijk.

# Inhoud



|  |   |
|--|---|
| Welkom.....                                      | 4 |
| Mogelijke gevolgen na infectie met COVID-19..... | 5 |
| Doel van de revalidatie.....                     | 6 |
| Praktisch.....                                   | 6 |
| Annulatie van een afspraak.....                  | 7 |

# Welkom

Beste

Via deze brochure willen wij informatie verschaffen in verband met de revalidatiemogelijkheden na COVID-19 infectie in het Az Damiaan.

COVID-19 is de ziekte die wordt veroorzaakt door besmetting met het coronavirus SARS-CoV-2.

De longepitheelcellen zijn het primaire doel van het virus waardoor een respiratoire infectie kan ontstaan.

COVID-19 heeft het dus voornamelijk gemunt op het ademhalingsstelsel, alhoewel er ook andere vitale organen kunnen aangetast worden, zoals het hart, de lever en de nieren.

De meeste mensen die besmet raken met COVID-19 zullen nauwelijks of niet ziek worden. Een minderheid van de mensen wordt toch behoorlijk ziek met symptomen als koorts, droge hoest, kortademigheid en spierpijnen, overeenstemmend met een griepaal syndroom. In sommige gevallen kan het virus zelfs aanleiding geven tot ernstige longontsteking met zuurstofnood en/of multi-organfalen. Deze mensen worden opgenomen in het ziekenhuis, met soms een verblijf op de dienst Intensieve zorgen.

Bij een ernstige COVID-19 infectie zal er littekenweefsel ontstaan in de longen, met een verminderde elasticiteit van het longweefsel tot gevolg. Hierdoor vermindert de zuurstofuitwisseling. Dit leidt dan voornamelijk tot klachten van kortademigheid en een verminderd uithoudingsvermogen.

# Mogelijke gevolgen na infectie met COVID-19

## Lichamelijk

- verminderde longfunctie met kortademigheid
- verminderde uithoudingsvermogen
- verminderde ademspierkracht
- spierzwakte/myopathie
- polyneuropathie
- spier- en gewrichtspijnen
- aanhoudende vermoeidheid

## Cognitief

- concentratiestoornissen
- geheugenstoornissen (vooral problemen met het kortetermijngeheugen)
- moeite met plannen van dagelijkse handelingen

## Psychisch

- post traumatisch stress syndroom
- angststoornissen
- depressieve gevoelens

# Doel van de revalidatie

- Uithouding verbeteren
- Vermoeidheid verminderen
- Spierkracht opdrijven
- Algemene mobiliteit en functionaliteit verbeteren

## Praktisch

De revalidatie omvat een oefenprogramma bestaande uit een combinatie van uithoudings- en krachttraining, onder professionele begeleiding van een **kinesitherapeut**. Je krijgt een persoonlijk oefenschema, maar de revalidatie gebeurt in groepsverband.

De sessies van de **post COVID-19 revalidatie** vinden drie keer per week plaats gedurende **1 uur**. Het volledige programma omvat 18 sessies, gedurende een periode van 6 weken.

Je kan met dit revalidatietraject starten 6 weken na het optreden van de eerste symptomen, op verwijzing van je behandelende huisarts, longarts of revalidatiearts.

Een eerste afspraak kan telefonisch vastgelegd worden via het secretariaat Revalidatie, Sport- en Fysische geneeskunde, op het nummer 059 41 60 90.

Indien je ernstige lichamelijke en/of cognitieve stoornissen overhield aan de doorgemaakte COVID-19 infectie, dan kan je ook in aanmerking komen voor **gespecialiseerde multidisciplinaire revalidatie**. Deze behandelingssessies bestaan telkens uit **2 uur** revalidatie waarbij je behandeld wordt door een kinesitherapeut en een ergotherapeut. Deze revalidatie kan opgestart worden na een consult bij de revalidatiearts.

# Annulatie van een afspraak

Helaas komt het regelmatig voor dat een patiënt afwezig is op de afspraak, zonder te verwittigen. Hierdoor kunnen wij deze tijd niet besteden aan een andere patiënt.


Gelieve daarom steeds ten laatste 24 uur op voorhand te verwittigen wanneer je een afspraak wilt annuleren.

Dit kan via het secretariaat Revalidatie, Sport- en Fysische geneeskunde op het nummer 059 41 60 90.

Indien je niet tijdig verwittigt, zal een afwezigheidstarief aangerekend worden.



## VOLG ONS OP:

 / [azdamiaan](#)

 / [azdamiaan](#)

 / [company/azdamiaan](#)

 / [az-damiaan](#)

 / [@azdamiaan](#)



**Az Damiaan**  
Dicht bij het leven

Az Damiaan vzw  
Gouwelozestraat 100  
8400 Oostende  
Tel. +32 (0)59 41 40 40

[info@azdamiaan.be](mailto:info@azdamiaan.be)  
[www.azdamiaan.be](http://www.azdamiaan.be)