

Opstoten van COPD en de revalidatie erna

Marieke Wuyts

Kinesiste, doctoraatstudente

Inhoudstafel

- Definitie opstoot
 - Definitie
 - Voorkomen
- Impact van een opstoot
 - Spierkracht
 - Fysieke activiteit
- Revalidatie na een opstoot
 - Uitdaging van respiratoire revalidatie (in het ziekenhuis)
 - Programma in eerstelijnszorg?
 - Training of fysieke activiteitscoaching?

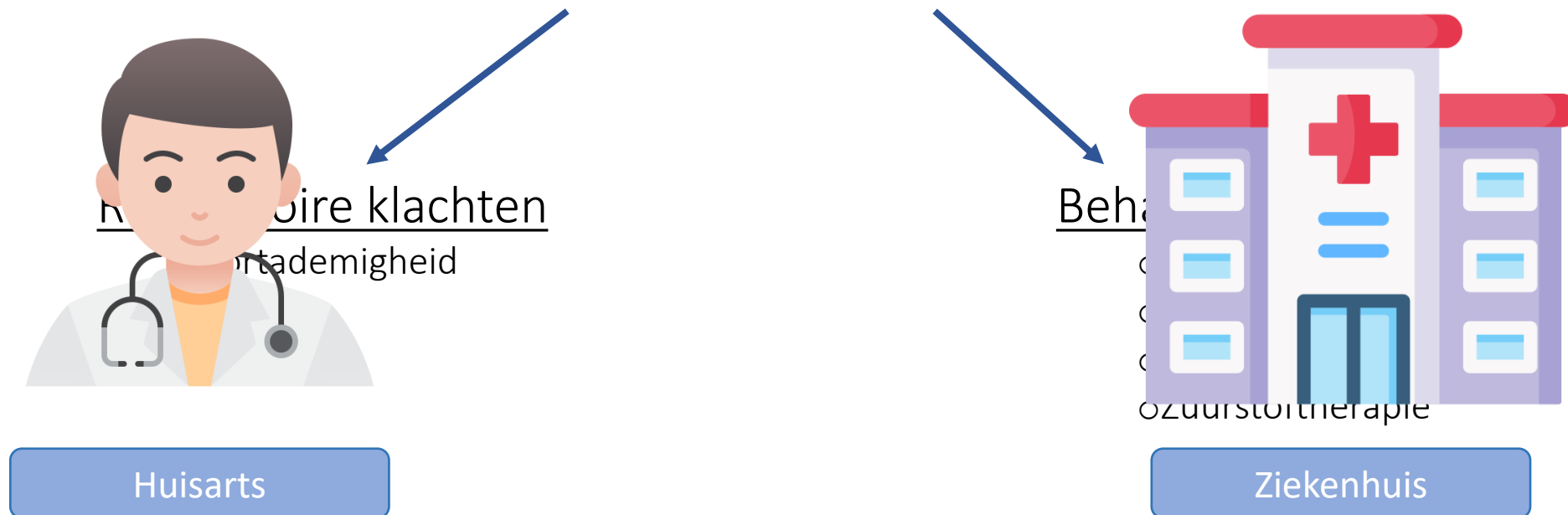


Synoniemen:

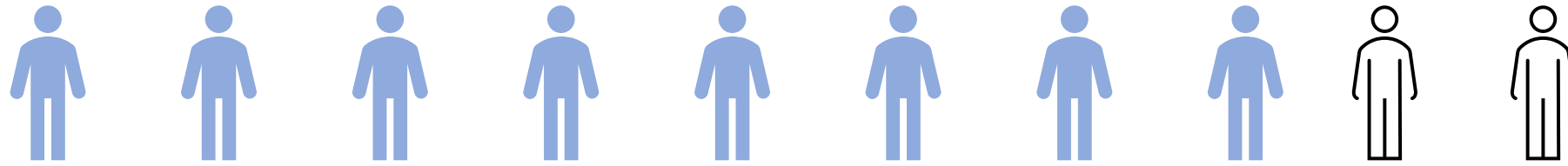
- Exacerbatie
- Longaanval

Definitie

“een toename in respiratoire klachten
waarvoor er een behandeling wordt opgestart”



Voorkomen

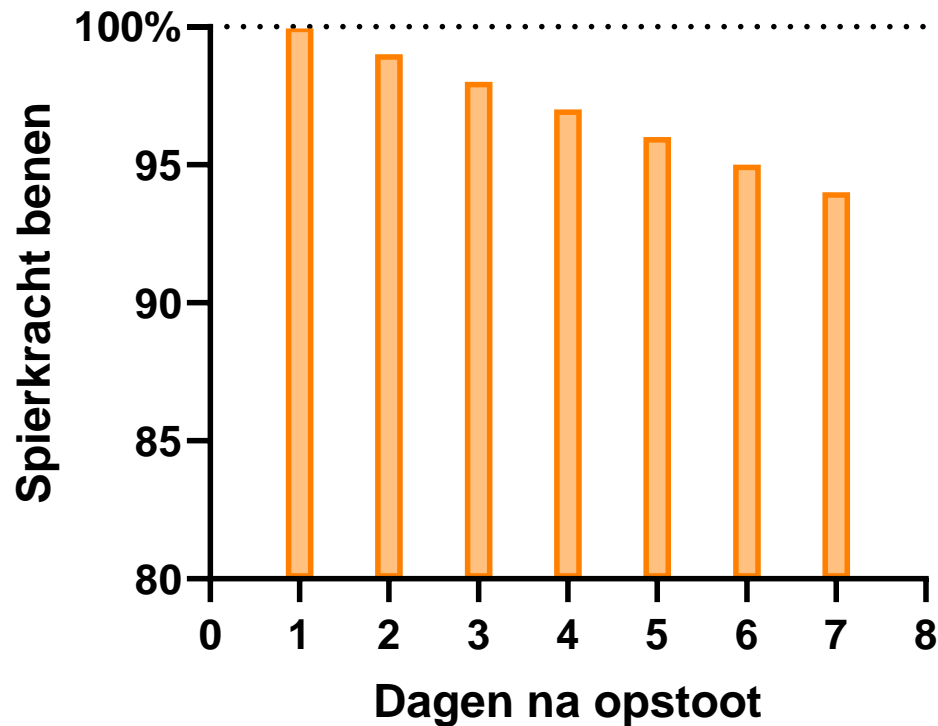


8 op 10 patiënten maakt een opstoot door in een periode van 3 jaar.

Impact van een opstoot

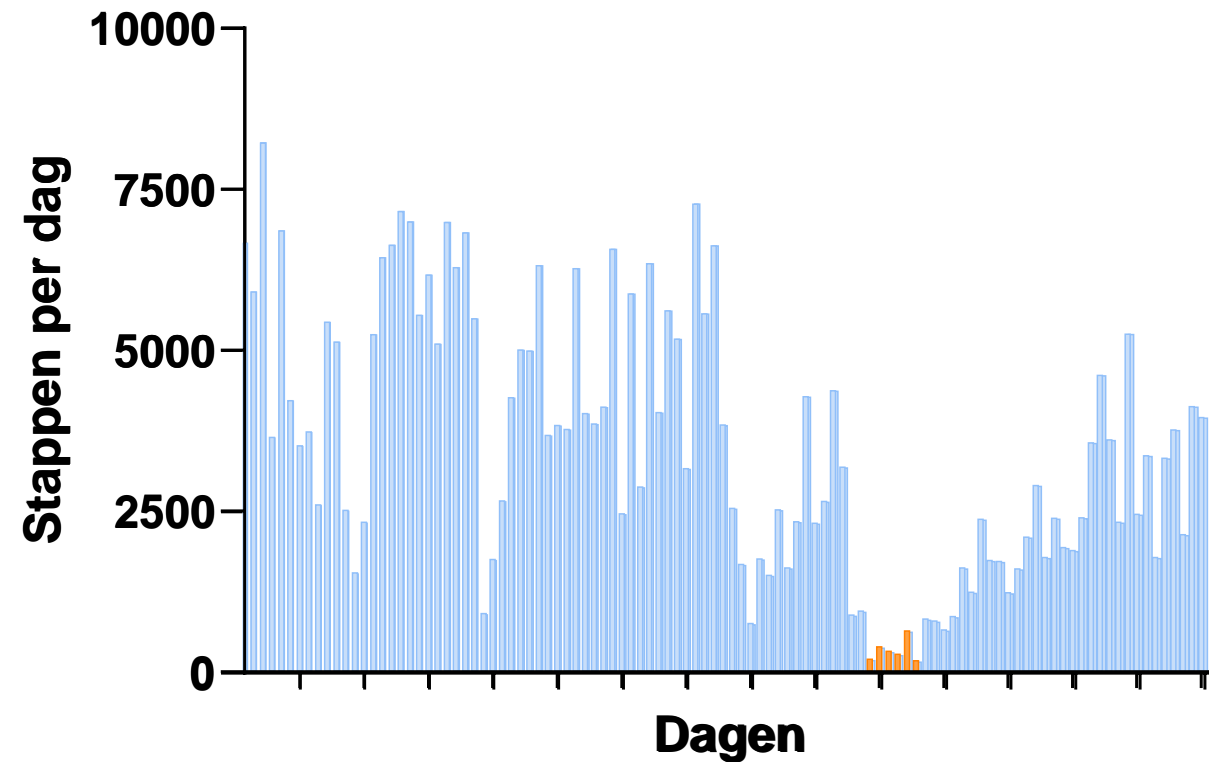
Op Spierkracht

Daling van ~1% per dag

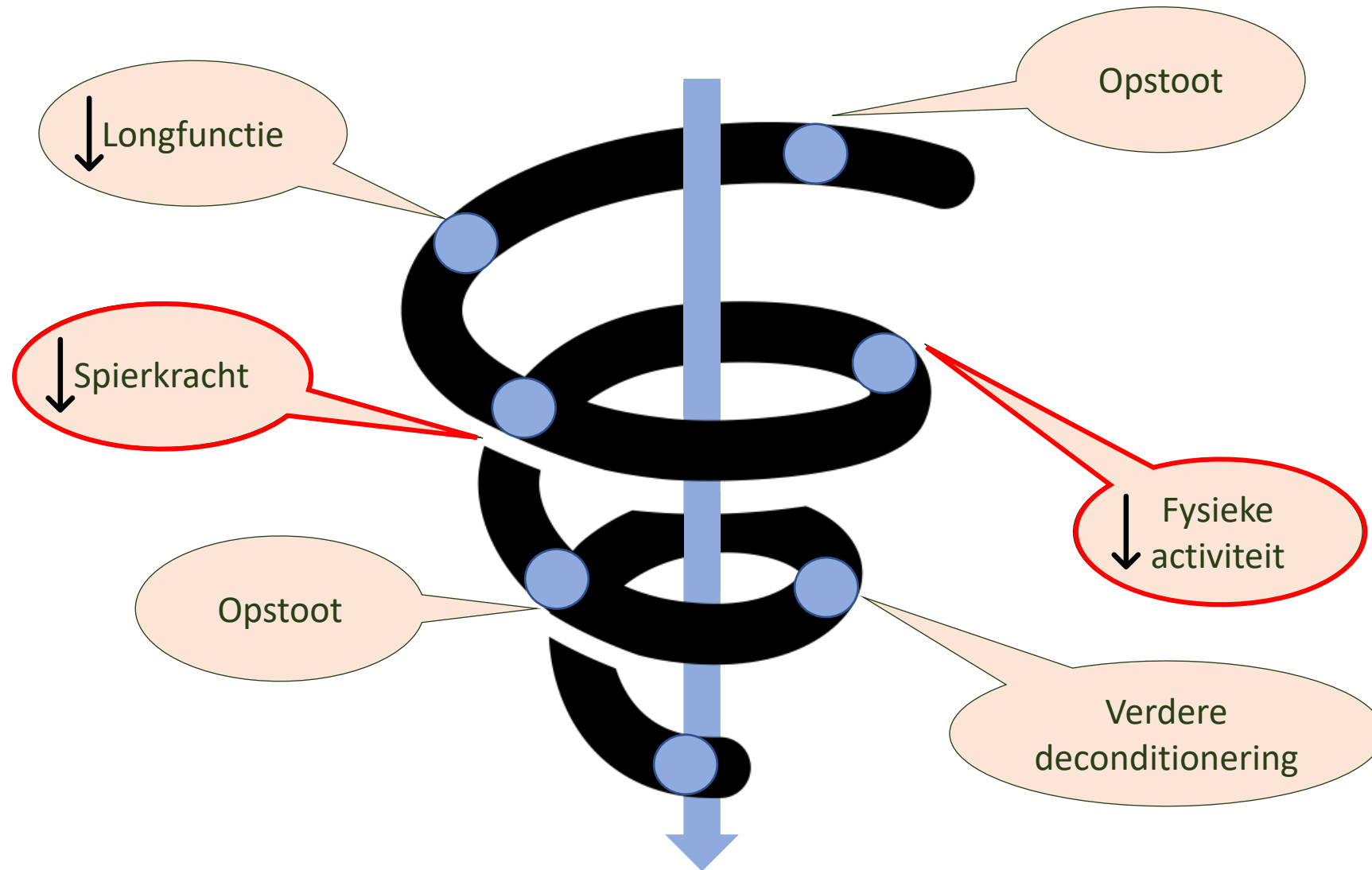


Op fysieke activiteit

Acute daling van ~ 500 stappen



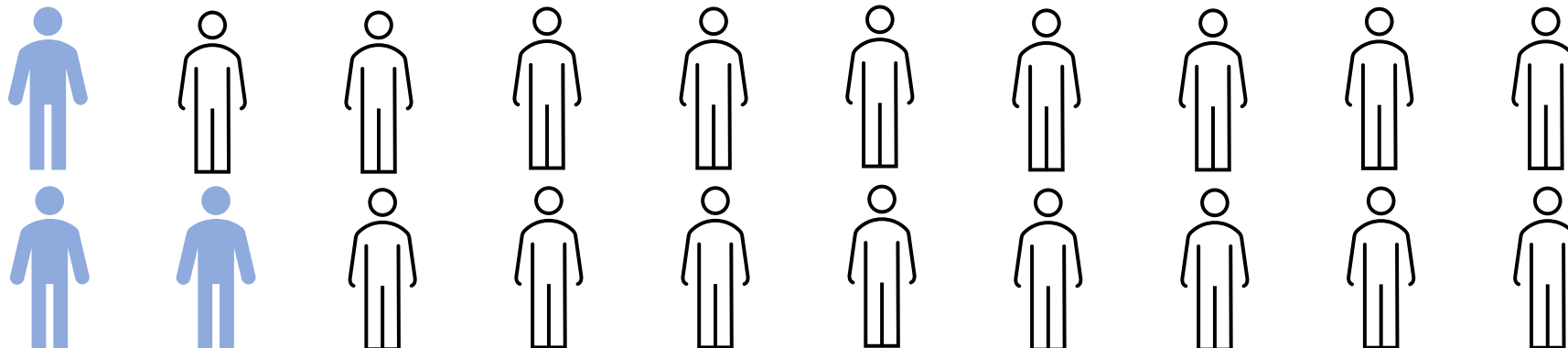
Impact van een AECOPD



Respiratoire revalidatie na een opstoot:

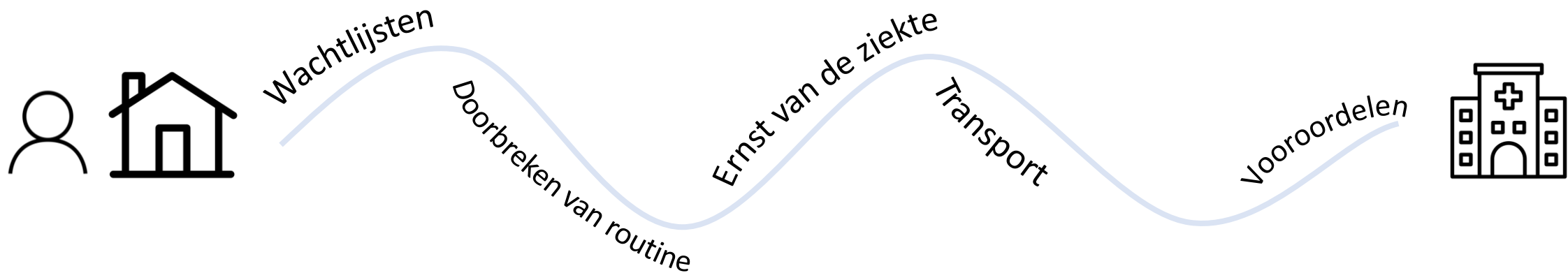
- Effectief
- Veilig
- Weinig patiënten doen het

15% maakt de revalidatie af



Respiratoire revalidatie na een opstoot:

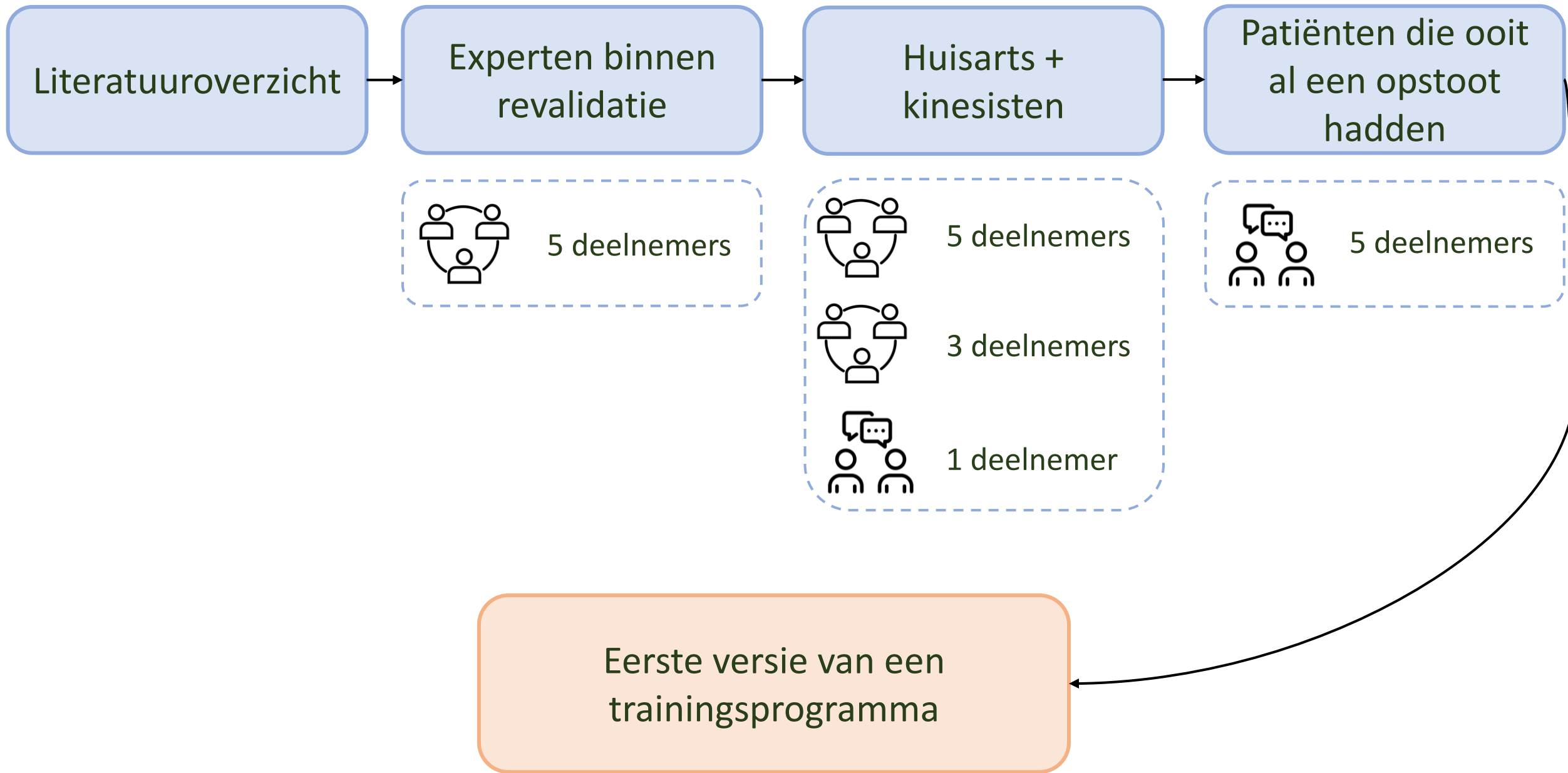
- Effectief
- Veilig
- Weinig patiënten doen het



Oplossing: revalidatie dichterbij de patiënt?



Het ontwikkelen
van een haalbaar trainingsprogramma
voor patiënten na een opstoot



Patiënten met COPD die een opstoot hebben

8 patiënten

Twee weken van het trainingsprogramma

Interview met patiënten

Interview met kinesisten

Finale versie van het trainingsprogramma









Trainingsprogramma



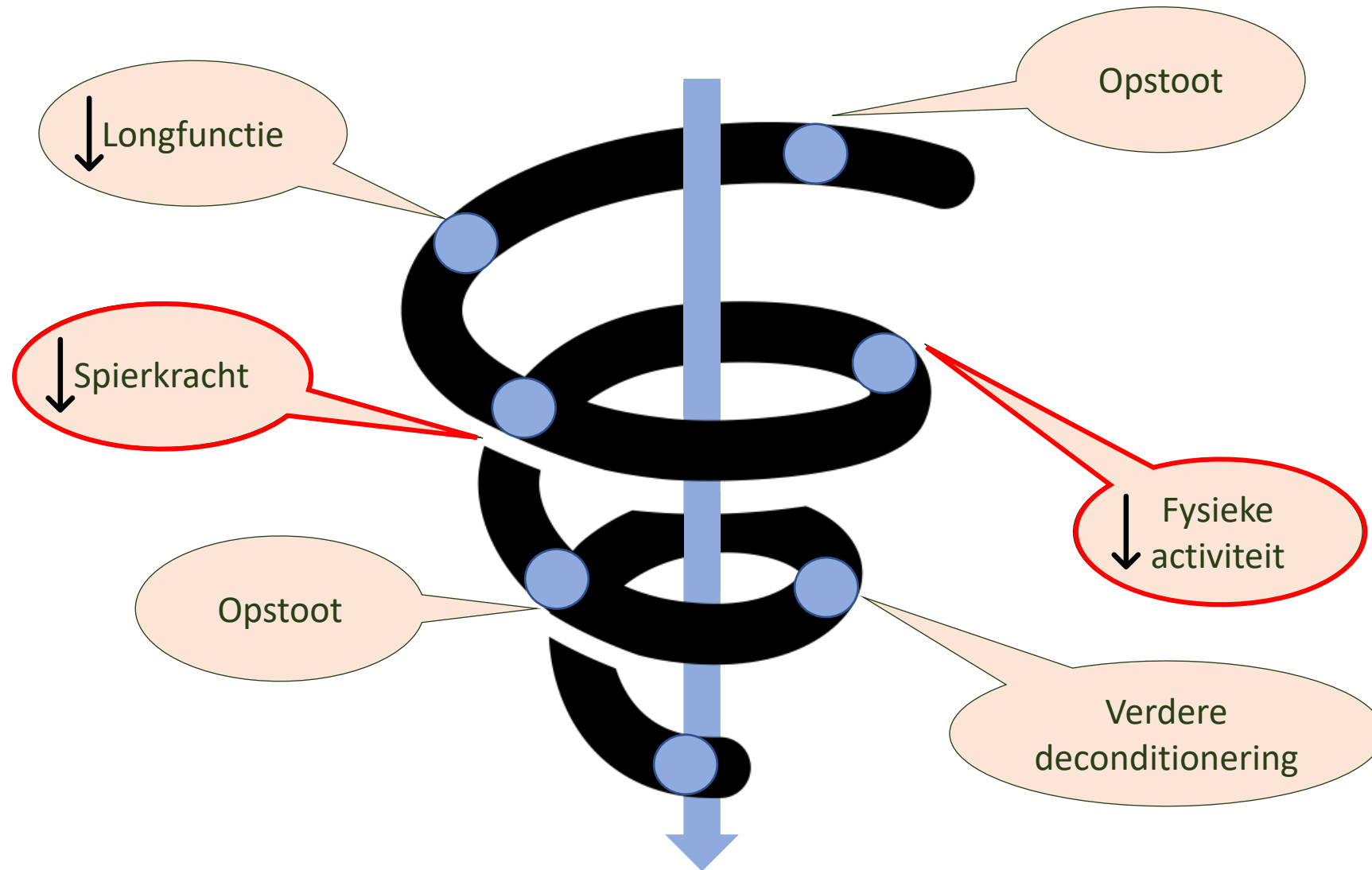
- Minimaal materiaal
- In de praktijk (of thuis)
- Krachtrainingen benen
- Logboekje
- Nadruk op veiligheid
- Thuisoefeningen

Gepersonaliseerd trainingsprogramma

Development and feasibility of an exercise training program in primary care for patients with COPD experiencing an acute exacerbation

[Marieke Wuyts](#)^{a b 1 2}  , [Fien Hermans](#)^{a 1 3}  , [Sofie Breuls](#)^a  , [Stephanie Everaerts](#)^c ,
[Eric Derom](#)^d  , [Wim Janssens](#)^e  , [Heleen Demeyer](#)^{a b}  , [Thierry Troosters](#)^{a 4}  

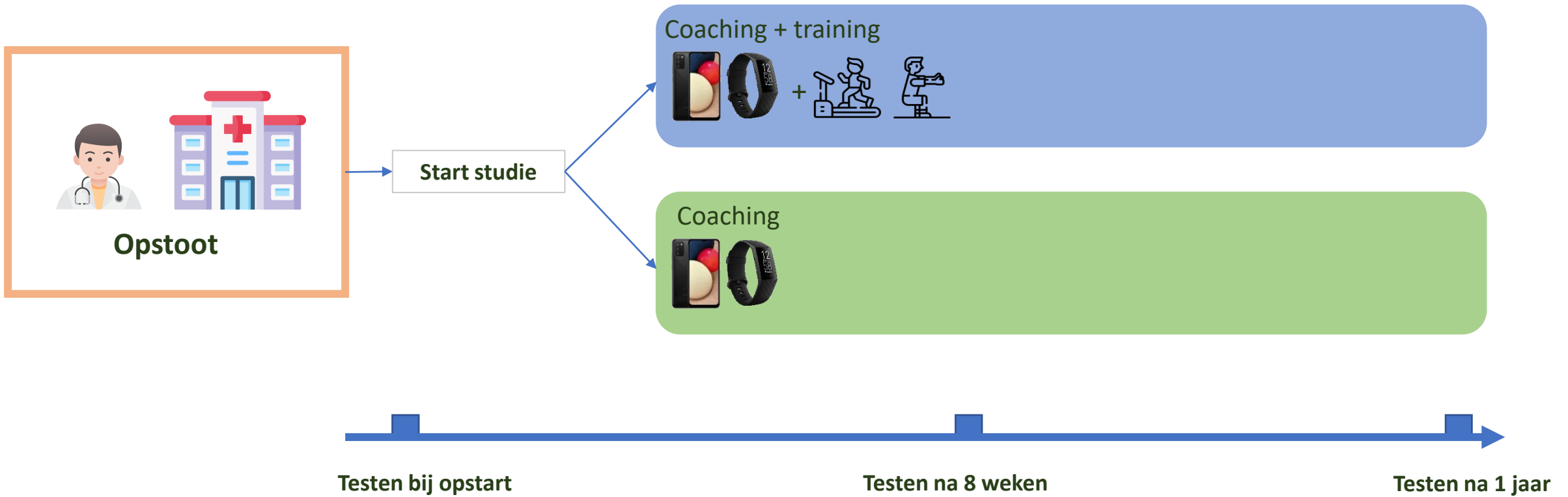
Impact van een AECOPD



Trainingsprogramma of fysieke activiteitscoaching?



Huidig onderzoek



Heeft u interesse?

- Studie is nog lopende tot eind december
 - Studie loopt momenteel in Gent en Leuven
-
- Flyers voor meer informatie
 - Telefonisch contact: 016 34 31 59

Bedankt voor jullie aandacht!