

Fasttrack Beeldschermzorg

Voorbeeldcasus beeldschermzorg

Fysiotherapie Fitpunt

Deze voorbeeldcasus is onderdeel van het [stappenplan Fasttrack Beeldschermzorg](#) van VitaValley. De casus is een onderdeel van stap 5: In stap 5 besteden we aandacht aan voorbeelden uit de praktijk. Deze casus is specifiek gericht op de fysiotherapie.

EHealth training houdt COPD patiënten fit

Door: Sander Schinkel, Fysiotherapie Fitpunt

Fysiotherapie Fitpunt is een praktijk voor fysiotherapie waar naast fysiotherapeutische zorg ook beweegactiviteiten worden aangeboden zoals onder andere fitness, peutergym, seniorenfitness. Kortom; bewegen staat centraal. We werken met 5 therapeuten en iedere therapeut heeft zo z'n aandachtsgebied. Je kan ons dus omschrijven als een fysiotherapiepraktijk zoals die waarschijnlijk veel voorkomt in Nederland.

In deze voorbeeldcasus beschrijven we hoe we de SET Covid-19 subsidie hebben ingezet voor cliënten met COPD en wat de ervaringen tot nu toe zijn.

Uitdaging om in beweging te blijven

Een specifieke doelgroep binnen de praktijk zijn mensen met COPD. Het behoud van conditie en spierkracht is belangrijk voor de kwaliteit van leven. Met de lock down in maart werden de mensen plotseling geconfronteerd met een forse beperking. Ze vallen immers in de risicogroep en werden geadviseerd binnen te blijven. Bewegen werd hiermee beperkt tot alleen activiteiten in de huiselijke omgeving en contact met andere mensen was nauwelijks meer mogelijk. Het doel van de inzet van beeldschermzorg is om deze groep cliënten zo fit mogelijk te houden zonder hen naar de praktijk te laten komen.

Ontwikkelen passen e-health aanbod

In dit project hebben we ingezet op het snel kunnen aanbieden van groepstrainingen met behulp van e-health. Gezien de urgentie om hiermee aan de slag te gaan, zijn we vooral snel en pragmatisch aan de slag gegaan. In de voorbereiding hebben we gekeken naar wat hebben we minimaal nodig en hoe kunnen we het inrichten. Hierbij hebben we vooral ook geleerd door te gaan doen. Twee weken na toekenning van de subsidie konden we van start met cliënten.

In de uitwerking van e-health aanbod zijn we in gesprek gegaan met onze ICT-beheerder. Zo doende hebben we gekozen voor Microsoft Teams om 2x per week een groepstraining gericht op conditie en kracht aan te bieden. Daarnaast hebben we gekeken wat cliënten nodig hebben om te blijven bewegen. We hebben cliënten allemaal voorzien van een dynaband (voor krachttraining) en een activity tracker voor het monitoren van de activiteit. Indien nodig zijn cliënten voorzien van een tablet en/of hometrainer.

Om mensen te ondersteunen bij het gebruik van Teams en de materialen hebben we korte filmpjes gemaakt. Vooral het installeren van Teams bleek vaak lastig voor deze doelgroep. Er was support op afstand mogelijk vanuit onze ICT beheerder of kon bijv. de partner daar langs gaan voor ondersteuning. Uiteindelijk is het altijd wel gelukt.

Fasttrack Beeldschermzorg

Voorbeeldcasus beeldschermzorg

Ervaringen in de praktijk

Inmiddels zijn we al een tijd op deze manier aan de slag en het bevalt goed. Het resultaat is dat alle deelnemers het gevoel hebben weinig tot niet in conditie en kracht achteruit te zijn gegaan. Aan de hand van de resultaten van de zelfrapportage zien we een toename van stappen per dag. Het lotgenotencontact is zeer waardevol geweest. Mensen konden zorg en angst voor eventuele besmetting delen en een sociaal isolement werd voorkomen.

Binnenkort komen mensen eenmalig terug naar de praktijk. We willen dan een looptest herhalen die ze door het jaar heen af en toe doen. We verwachten hierin ook terug te zien dat mensen in conditie zijn gebleven.

Toekomstperspectief

Nu per 1 juli de sportscholen weer opengaan is het in principe weer mogelijk de groepssessies fysiek te organiseren. We hebben dit met de deelnemers besproken en hebben gemerkt dat er nog wel veel angst is. We hebben daarom besloten in ieder geval deze manier van trainen in juli nog te blijven aanbieden. In augustus bekijken we het dan opnieuw. Het belangrijkste is dat mensen weer durven te komen.

Gezien de positieve ervaringen zijn we ook aan het kijken op welke wijze we de opgedane ervaring en beschikbare materialen kunnen blijven gebruiken. Zo hebben we al gekeken of we de hometrainers ook kunnen inzetten voor covid-19 revalidanten. Eén van de collega's heeft hier een filmpje over gemaakt en is nu ook bezig met een filmpje met ademhaling en huf-techniek. En zo zijn er nog meerdere ideeën waar we nu naar kijken.

Met de ervaring die we nu hebben opgedaan staat vast dat het inzetten van e-health een waardevolle aanvulling kan zijn voor de reguliere zorg. Een uitdaging die we wel zien is de financiering voor deze vorm van zorg. Nu wordt dit vanuit de subsidie mogelijk gemaakt, maar of zorgverzekeraars dit straks willen inkopen is nog onduidelijk. Dit is wel een voorwaarde als je dit wilt blijven aanbieden.



Dorpsstraat 41b • 6681 BL Bommel • 0481 - 45 44 25 • info@fitpunt.nl • www.fitpunt.nl

Contactgegevens

Sander Schinkel

Info@fitpunt.nl