

Leden van het netwerk

Fysio en manuele therapie Andel
Karin Duyndam
Abr Kuyperstraat 35
4281 MG Andel
tel 0183-441681
www.fysiotherapieandel.nl
fysioandel@zonnet.nl

FysioCompany de Baronie
Anne-Loes van der Valk
Bill van Mourik
Baronieweg 5
5321 JV Hedel
tel 073-6232222
www.fysiocompany.nl
anneloes@fysiocompany.nl

Fysiotherapie Beenakkers
Jules van Roessel
Antoon der kinderen laan 7
5212 AA Den Bosch
tel 073-6135318
www.fysiotherapiebeenakkers.nl
julesvanroessele@fysiotherapiebeenakkers.nl

FysioBerlicum
Cor Thissen
Milrooijseweg 61
5258 KG Berlicum
tel 073-5032986
www.fysioberlicum.nl
cor@fysioberlicum.nl

Fysio-Team BV
Kees Verschoor
Breukelsplein 6
5281 HX Boxtel
tel 0411-672548
www.fysio-team.nl
kees@fysio-team.nl

Fysio en manuele therapie Engelen
Rob van Nuland
Kraanvogellaan 13a
5221 GA Den Bosch
tel 073-6312077/6311600
www.fysio-engelen.nl
info@fysio-engelen.nl

Fysiotherapie Maaspoort
Mike van Mackelenbergh
Maaspoortweg 182
5235 KB Den Bosch
tel 073-6426363
www.fysiotherapiemaaspoort.nl
info@fysiotherapiemaaspoort.nl

FysioCompany Van Mourik
Bill van Mourik
Anne-Loes van der Valk
Marco Polostraat 12
5223 RP Den Bosch
tel 073-6232222
www.fysiocompany.nl
vanmourik@fysiocompany.nl

Fysio en manuele therapie J.F.M. Piels
Els Versteeg-Koers
Kruidenlaan 39
5331 DH Kerkdriel
tel 0418-633678/639426
www.fysiotherapiepiels.nl
e.versteeg-koers@xs4all.nl

Fysio Rosmalen
Marlene van Rosmalen
Dorpstraat 56a
5241 ED Rosmalen
tel 073-5214867
www.fysiorosmalen.nl
info@fysiorosmalen.nl

Fysiotherapie Samen Beter
Nynke Lunter
Palmboomstraat 127
5213 VG Den Bosch
tel 073-6130765
www.samenbeter.nl
nlunter@samembeter.nl

Fysiotherapie Achter de Blauwe Deur
Wouter van Drongelen
De Beemden 1
5271 BH St-Michelsgestel
tel 073-5514473
www.achterdeblauwedeur.nl
info@achterdeblauwedeur.nl

FysioCompany Strikkers de Rooij en Jongmans
Machteld Jongmans
Torenstraat 18
5151 JL Drunen
tel 0416-373171
www.fysiocompany.nl
m.jongmans@fysiocompany.nl

Fysiofit Vught
Ellen Lammers
Industrieweg 26a
5262 GJ Vught
tel 073-6560286
www.fysiofitvught.nl
elammers@fysiofitvught.nl

DBZ fysio
Rianne Boot
Chopinstraat 18
5216 EW Den Bosch
tel 073-6142009
www.dbzfysio.nl
rboot@dbzfysio.nl

Fysiotherapie Wagemans
Eus Wagemans
Werfpad 5
5212 VJ Den Bosch
tel 06-14237698
euswagemans@tele2.nl

Den Bosch

Kennisnetwerk
van gespecialiseerde
fysiotherapeuten in de
regio Den Bosch



Welkom bij het 'COPD-kennisnetwerk Den Bosch'

Het COPD-kennisnetwerk Den Bosch is een samenwerkingsverband van COPD-gespecialiseerde fysiotherapeuten in het werkgebied van het Jeroen Bosch Ziekenhuis (JBZ) in Den Bosch en omstreken. Naast de milde COPD-patiënt, houden de netwerkleden zich met name bezig met ernstige COPD-patiënten. Deze groep patiënten wordt meestal aangeduid met ernstklasse GOLD 3 of GOLD 4.

COPD is een verzamelnaam voor chronische bronchitis en longemfyseem (verminderde elasticiteit van de longblaasjes). Typische verschijnselen van COPD zijn hoesten en het opgeven van slijm. Kortademigheid bij inspanning is een ander veel voorkomend verschijnsel. De belangrijkste oorzaak van COPD is roken.

De allerbeste behandeling is een rookvrij leven leiden. Het voorkomt verdere schade aan de longen. Stoppen is veruit de belangrijkste stap, want daardoor verergert de ziekte minder snel. Ook na jaren roken, is stoppen echt zinvol.

COPD leidt vaak tot luchtweginfecties

Hierdoor gaat de conditie achteruit. Deze perioden van infecties worden exacerbaties genoemd. Normaal ademen kost meer energie en levert benauwdheid op. Als de COPD verergert, leidt geringe inspanning al tot benauwdheid.

COPD kan niet worden genezen

Helaas is genezing niet mogelijk, maar behandeling wél, met leefregels, geneesmiddelen en therapie. Hierdoor kan verdere schade aan de luchtwegen worden voorkomen en klachten worden verminderd. Bij deze behandeling werken huisarts, longarts, fysiotherapeut, diëtist en longverpleegkundige nauw samen.

Wat kunt u doen?

Trainen/oefenen!

Voldoende bewegen en trainen onder begeleiding van één van onze netwerkleden is voor mensen met (ernstige) COPD noodzakelijk. De training zorgt ervoor, dat uw spieren sterker worden, waardoor ze geleidelijk minder zuurstof nodig hebben. Ook zorgt training ervoor, dat uw uithoudingsvermogen zoveel mogelijk op peil wordt gehouden of verbeterd. U raakt minder snel vermoeid, u herstelt sneller na een infectie en voelt zich minder benauwd na inspanning. Ook is training goed tegen de bijwerkingen van bepaalde medicijnen, zoals corticosteroiden, die kunnen leiden tot zwakkere spieren en botontkalking.

Adem-oefeningen en hoesttechnieken

Deze oefeningen en technieken kunnen u helpen bij kortademigheid, vastzittend slijm en problemen met de ademhaling.

Medicijnen

Het is van belang, dat u uw medicijnen gebruikt zoals voorgeschreven. Medicijnen kunnen de longen niet herstellen, maar zorgen ervoor dat u minder hoest en minder kortademig wordt. Hierdoor is het vervolgens weer makkelijker om te kunnen trainen en uw dagelijkse activiteiten uit te voeren.

Rol van de gespecialiseerde fysiotherapeut

De fysiotherapeut kan u deskundig begeleiden bij het verbeteren of onderhouden van uw conditie. De fysiotherapeut kan u uitleggen wat u juist wél en wat u beter niet kan doen. In overleg met u en afgestemd op uw situatie stelt de fysiotherapeut een trainingsprogramma op, ter verbetering van uw conditie. Eventueel krijgt u aangepaste oefeningen voor uw adem-, arm- of beenspieren.

Het netwerk

De gespecialiseerde fysiotherapeuten, die lid zijn van het netwerk, hebben relevante bij- en nascholing gevolgd en komen jaarlijks 3 à 4 keer bij elkaar om de laatste ontwikkelingen rondom COPD te bespreken. Daarnaast hebben zij goede contacten met de longartsen, longverpleegkundigen en fysiotherapeuten in het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Ook kunt u met al uw vragen over COPD bij ons terecht.

Voor wie?

Het netwerk is met name opgericht voor de ernstige COPD-patiënten (GOLD 3 en GOLD 4) die intensieve begeleiding nodig hebben. Patiënten met COPD GOLD 1 en GOLD 2 kunnen uiteraard ook begeleid worden door de leden van het COPD-netwerk. Tevens kunnen deze patiënten terecht bij fysiotherapeuten die een beweegprogramma voor COPD aanbieden.

Vergoeding behandeling

De fysiotherapeut geeft u hierover tijdens de eerste behandeling uitgebreid uitleg.



Den Bosch