

## Wat heeft U nodig?

Een verwijzing van de huisarts / specialist is niet noodzakelijk voor deelname. U kunt ook via Direct Toegankelijkheid Fysiotherapie instromen. U neemt dan rechtstreeks contact op met van der Heijden fysiotherapie en (sport)revalidatie. Verder heeft u genoeg aan sportkleding en een goede motivatie om te starten met het programma.

## Mogelijkheid tot vergoeding.

Er zijn mogelijkheden om het programma in zijn geheel of gedeeltelijk vergoed te krijgen. Dit is afhankelijk van uw aanvullende verzekering. Als u wilt weten of u hiervoor in aanmerking komt, kunt u contact met ons opnemen. In het geval van volledige vergoeding heeft u wel een verwijzing nodig van uw huisarts of specialist. Als het niet vergoed wordt, betekent dit niet dat u niet kunt deelnemen aan het programma, alleen moet u het dan zelf bekostigen.

## Relevante websites:

Kijk voor meer informatie over COPD ook eens op:  
[www.fysio-sportrevalidatie.nl](http://www.fysio-sportrevalidatie.nl)  
[www.astmafonds.nl](http://www.astmafonds.nl)

## Trainen in een groep iets voor U?

Denkt u na het lezen van deze folder dat trainen in een groep iets voor u is, dan bieden wij u de mogelijkheid om dit onder professionele begeleiding van een fysiotherapeut te komen doen.

Mocht u geïnteresseerd zijn en meer informatie willen; wij zijn bereikbaar op onderstaand telefoonnummers of e-mailadres.



van der Heijden fysiotherapie & (sport) revalidatie

Molenberg 73a  
5541 RN Reusel  
06 - 29 13 97 52

Zeegstraat 64  
5541 EX Reusel  
0497 - 64 59 12

[info@fysio-sportrevalidatie.nl](mailto:info@fysio-sportrevalidatie.nl)

## COPD luchtwegproblemen



**Beweeg met ons mee!**

  
**van der Heijden**  
fysiotherapie & (sport)revalidatie

## Inleiding

De afkorting COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Diseases) is een verzamelnaam voor onder meer de longziekten longemfyseem en chronische bronchitis. COPD is een veel voorkomende aandoening in Nederland. Het aantal patiënten met de diagnose COPD zal de komende jaren alleen maar toenemen. Vaak is COPD een gevolg van roken, maar ook een erfelijke ziekte of slecht behandelde astma kan de oorzaak zijn.

Er worden vier stadia van COPD onderscheiden. Deze stadia worden GOLD stadia genoemd. Bij GOLD I en II is het juist instellen van medicatie en een aanpassing in leefstijl veelal voldoende om de aandoening te stabiliseren. GOLD III en IV geven meer beperkingen in het dagelijkse leven en hierbij is een andere aanpak nodig. Deze groepen komen in aanmerking voor ons programma.

## Wat kunnen wij voor U betekenen?

Van der Heijden fysiotherapie en (sport)revalidatie werkt volgens de modernste methode op het gebied van COPD-behandeling. Dit houdt in dat recente resultaten van wetenschappelijke onderzoeken zijn verwerkt in het programma. Hier hechten wij veel waarde aan.

## Het programma

### Wat houdt het programma in?

Het programma bestaat uit drie onderdelen:

- 1) **Trainingsprogramma**
- 2) **Voorlichting en advisering**
- 3) **Zelfmanagement (logboek)**

Het trainingsprogramma bestaat uit 2 maal per week een training van 1 uur bij van der Heijden fysiotherapie en (sport)revalidatie. Het aantal mensen in een groep ligt tussen de 5 en 10 personen.



U kunt altijd instromen. Het programma wordt op uw persoon aangepast, zodat het bij uw klachten en levensstijl hoort. De training wordt begeleid door een fysiotherapeut. Verder wordt er voordat er gestart wordt met de training een uitgebreide persoonlijke intake verricht en zullen er tussentijdse evaluaties plaats vinden. Tussentijds wordt, waar nodig, uw programma aangepast.

## Het programma

Tijdens het zelfmanagement deel krijgt U door middel van een logboek meer inzicht in uw klachten en de manier waarop u deze zo goed mogelijk onder controle houdt.

Het streven is om de klachten te stabiliseren en te verminderen. Naast het trainingsprogramma en zelfmanagement is er dan ook nog een belangrijke rol weggelegd voor voorlichting en advisering.

