



VERDIEPINGSSTAGE

EXERCISE IS MEDICINE

ISALA ZWOLLE

ACHTERGROND

Exercise is medicine is een breed inzetbaar middel om de fitheid van diverse patiëntengroepen te verbeteren en daarmee ook de ziektelast en kwaliteit van leven. Binnen Isala hebben we meer dan 25 jaar ervaring met het reactiveren van chronisch zieken. Door een op maat gemaakt advies, rekening houdend met de onderliggende ziekte, wordt de patiënt begeleid om zelfstandig of onder paramedische begeleiding de fitheid te verbeteren.

TOEPASBAARHEID

Deze verdiepingsstage is bedoeld voor aios in de laatste fase van hun opleiding die zich willen specialiseren in het toepassen van exercise is medicine bij chronisch zieken.

INHOUD

Er zijn verschillende mogelijkheden om deze stage in te vullen. Deze zijn gekoppeld aan verschillende patiëntengroepen.

Vooraf wordt een keuze gemaakt uit de te begeleiden patiëntengroep(en). De volgende opties zijn beschikbaar:

1. Reactivering langdurig vermoeidheid / CVS
2. Reactivering bij andere somatische aandoeningen (o.a. via MDL, reuma)
3. Post-covid revalidatie, zowel direct verwezen als in multidisciplinair verband
4. Hart(falen)revalidatie, in multidisciplinair verband
5. Onbegrepen inspanningsgebonden klachten

Alle trajecten bestaan minimaal uit een intakegesprek, een spiro-ergometrie en uitslaggesprek met trainingsadvies. Veel patiënten worden na 3 of 6 maanden teruggezien voor het bespreken van het beloop.

Afhankelijk van de leerdoelen en de duur van de stage kan er worden toegewerkt naar zelfstandig behandelen van deze patiënten.

Gezien de vorm van behandelen heeft het de voorkeur om deze stage 1 dag per week te doen over een langere periode om zodoende de patiënt ook zelf terug te kunnen zien. De inwerkperiode kan eventueel wel meerdere dagen per week bevatten. Aanpassingen hierop zijn bespreekbaar.

LEERDOELEN

1. Uitvoeren van een compleet intakegesprek, inclusief in kaart brengen van alle factoren die van belang zijn bij het beoordelen van belast-belastbaarheid en uitdiepen van de motivatie voor reactivering.
2. Beoordelen van spiro-ergometrisch onderzoek bij chronisch zieken.



3. Inzicht krijgen in de factoren die van belang zijn bij het trainen met de verschillende specifieke aandoeningen.
4. Opstellen van individuele reactiveringsschema's rekening houdend met de onderliggende aandoening en motiveren van de patiënt hiervoor.
5. Evalueren van het beloop met de patiënt en zo nodig aanpassen van het programma.

BEGELEIDING

De dagelijkse begeleiding vindt plaats op de polikliniek. Alle sportartsen, aios en PA-er (io) doen de begeleiding van chronisch zieke patiënten. Er is dus een ruim aanbod om mee te kijken en indien gewenst in een latere fase zelfstandig patiënten te zien. Er is altijd een supervisor vrij voor directe supervisie. Tijdens de stage verzamelt de aios KPB's bij verschillende artsen. Voor aanvang van de stage wordt vastgelegd welke sportarts de tussen- en eindbeoordeling zal doen. De tussen- en eindbeoordeling vinden altijd plaats na overleg met de opleidingsgroep Isala.

CONTACTGEGEVENS

Voor meer informatie over of het plannen van deze verdiepingsstage kan contact worden opgenomen met S. van Berkel (s.v.berkel@isala.nl) of T. Brandon (t.brandon@isala.nl) onder vermelding van "verdiepingsstage E=M".