



Dr. Tom Fizez, anesthesist: "De ervaring heeft ons geleerd dat patiënten voor elke dag op Intensieve Zorgen ongeveer een week moeten revalideren achteraf."

"INTENSIEVE KINE IS CRUCIAAL VOOR KRITIEK ZIEKE PATIËNTEN"

Het idee bestaat dat patiënten op Intensieve Zorgen dag en nacht slapen en passief in bed liggen. "Niets is minder waar," zeggen intensivist dr. Tom Fizez en kinesist David Schramme. "Van zodra mogelijk zetten we de patiënt aan het trainen om spieraftak tegen te gaan en de eerste aanzet te geven voor de revalidatie. Een hele uitdaging met alle monitoring, toestellen en draden erbij."

Door de vergrijzing enerzijds en de toegenomen mogelijkheden anderzijds komen er meer en meer complexe en zwaar belaste patiënten op Intensieve Zorgen terecht. Dr. Tom Fizez: "Bedoeling is dat onze patiënten, wanneer ze uiteindelijk het ziekenhuis verlaten, opnieuw een kwaliteitsvol leven kunnen leiden, eventueel mits wat ondersteuning. We zien dat spieropbouw en revalidatie daarin heel centraal staan."

Hoe schadelijk is verlies van spiermassa?

Dr. Tom Fizez: "Het is zo dat kritiek zieke mensen 20 tot 30 percent van hun spiermassa verliezen in een week, afhankelijk van de ernst van de ziekte. Het is erg moeilijk om die spiermassa daarna opnieuw op te bouwen omdat er weinig therapieën voor zijn. Het aanpassen van de voeding heeft bijvoorbeeld geen invloed, zo blijkt uit gerandomiseerde studies. Men heeft bijvoorbeeld getracht het eiwitverlies te compenseren door patiënten meer eiwitten te geven via de voeding maar dit gaf zelfs aanleiding tot slechtere resultaten."

"De ervaring heeft ons geleerd dat patiënten voor elke dag op Intensieve Zorgen ongeveer

een week moeten revalideren achteraf. We leggen dit ook uit aan onze patiënten om ze te motiveren zo snel mogelijk te starten met trainen. En om ze ervan bewust te maken dat het 'echte' werk nog moet beginnen als ze Intensieve Zorgen of zelfs de gewone afdeling in het ziekenhuis verlaten."

Hoe belangrijk is een snelle revalidatie op medisch vlak?

Dr. Tom Fizez: "Op Intensieve Zorgen zien we elke dag het gunstige effect dat kine heeft op onze patiënten. Zoals eerder aangehaald is het uiteindelijke doel van onze therapieën op Intensieve Zorgen om de patiënten zo goed mogelijk naar huis te krijgen en dit met behoud van levenskwaliteit. Hierin is kine onontbeerlijk."

David Schramme: "Je kan je bijvoorbeeld voorstellen dat door meer kracht te ontwikkelen in je benen ook je ademhalingsstelsel verbetert. Maar een 80-jarige activeren die voorheen al niet te actief was, dat is een echte uitdaging. Vaak gaan ze hier sportiever naar buiten dan ze waren voor hun opname."

Wat is jullie aanpak om patiënten sneller actief te maken?

Dr. Tom Fizez: "Wij proberen patiënten sneller wakker te maken, sneller in beweging te brengen en als het gaat ze ook een keer in de zetel te zetten. Dat lijken eenvoudige dingen maar voor iemand die zwaar ziek is, is het een enorme inspanning om alleen al maar die zithouding aan te houden."

David Schramme: "Maar uit bed komen, uit die horizontale houding, ondanks de beademing bijvoorbeeld, motiveert mensen enorm. Als we ze laten staan of zitten, voelen ze zich opnieuw mens. Psychologisch werkt dit zeer motiverend."

Dr. Tom Fizez: "We zien ook het bewustzijn en de oriëntatie terugkomen als we mensen uit bed halen. Patiënten die het kunnen, zetten we zo vaak als mogelijk recht. Ook om opnieuw een normaal ritme te creëren. Want op Intensieve Zorgen lopen dag en nacht door elkaar. Er is hier vaak een grote bedrijvigheid 's nachts."

Welke patiënten komen in aanmerking voor een snelle revalidatie?



David Schramme: "We doen dit met alle patiënten die het aankunnen. Niet diegenen die om medische redenen in een kunstmatige coma gehouden worden natuurlijk maar bijvoorbeeld wel met de hartpatiënten, de delirante patiënten of de patiënten met een neurologische aandoening..."

Werken patiënten goed mee?

Dr. Tom Fizez: "We merken dat onze patiënten echt deugd hebben van de aandacht die ze krijgen tijdens de kine, hoewel ze hard moeten werken en dit soms wel eens vervloeken. Onze verpleegkundigen zijn we ook veel dank verschuldigd gezien zij eveneens hierin een cruciale rol hebben en daarnaast ons en onze patiënten bijstaan in alle facetten van de zorg."

Wat doen jullie tijdens de revalidatie?

David Schramme: "We zitten op Intensieve Zorgen in een ideale situatie omdat we als kinesisten permanent aanwezig zijn op de dienst. Daarbij beschikken we over zeer goede hulpmiddelen. Met onze kanteltafels kunnen we patiënten heel gemakkelijk verplaatsen en mobiliseren. Werken met deze tafels is een zeer veilige manier om een patiënt tot zitten of tot staan te brengen. In België waren wij de eerste Intensieve Dienst die van deze tafels gebruik maakt. Daarnaast hebben we ook actieve statafels, bedfietsen, zetelfietsen enz."

"Soms gaan we zelfs met de patiënt stappen in de gang, met alle toeters en bellen erbij. Dat is niet evident maar de patiënten hebben er zo veel deugd van. Voor patiënten met multiple problemen die

David Schramme, kinesist: "Een 80-jarige activeren die voorheen al niet te actief was, dat is een echte uitdaging. Vaak gaan ze hier sportiever naar buiten dan ze waren voor hun opname."

hier soms weken en zelfs maanden verblijven, wordt alles anders uitzichtloos. Een keer uit de kamer kunnen gaan, al is het maar om vanuit een ziekenhuisgang naar de bomen buiten te kunnen kijken, werkt zeer motiverend."

