

Waarom ergotherapie voor mensen met longproblemen (COPD)?



Lidwien Arts

Via de huisarts of de longarts worden regelmatig mensen naar mij doorgestuurd met longproblemen. Door deze problemen hebben ze vaak klachten als vermoeidheid, geen energie, kortademig.

De ergotherapeut neemt samen met de client de hele week door. Welke activiteiten en handelingen worden er gedaan? We kijken hoe belastend deze activiteiten zijn en hoe belangrijk deze zaken

zijn voor die persoon. Denk bijvoorbeeld aan het douchen, licht huishoudelijk werk, tuinwerkzaamheden, boodschappen doen, televisie kijken, computeren.

Daarna wordt er gekeken hoe de handeling gedaan wordt. Kan het op een minder belastende manier? Is er een hulpmiddel te gebruiken? Kan de medicatie op een ander moment genomen worden?

Het douchen bijvoorbeeld: het gebruik van een douchekruk kan een oplossing zijn voor de inspanning die staand douchen vraagt. Het

gebruik van een badjas maakt het afdrogen na het douchen haast overbodig.

Het toepassen van de juiste ademhaling en de juiste beweging bij een handeling als stofzuigen, kan energie besparen.

Ook kijken we samen naar de verdeling over de dag van de activiteiten met rustmomenten. Televisie kijken of een email versturen kan een ontspannende activiteit zijn, waarbij je ook kunt uitrusten.



Hoe kom je bij de ergotherapeut:

Voor informatie of een afspraak:

06 -36 496 772 of

info@ergotherapie-nijmegen.nl

Kijk ook op: www.ergotherapie-nijmegen.nl Vanuit de basisziektekostenverzekering wordt minimaal 10 uur ergotherapie per persoon per jaar vergoed, ook in 2012.

Ergotherapiepraktijk Lidwien Arts werkt samen met huisartsen, fysiotherapeuten en andere zorgverleners in de gemeente Heumen.

Ergotherapie draagt bij aan het verbeteren van de kwaliteit van leven.