

Paramedische nazorg bij COVID-19

fysiotherapie, ergotherapie, logopedie, diëtetiek

Tijdens het herstel na COVID-19 kunt u nog lang last hebben van ernstige klachten of beperkingen. Mogelijk komt u dan in aanmerking voor herstellzorg via uw basisverzekering.

De behandeling van én na COVID-19

De symptomen van COVID-19 zijn divers. De behandeling die u nodig heeft is afhankelijk van uw klachten. De huisarts is dan uw aanspreekpunt en adviseert welke behandeling in uw geval nodig is.

Eerstelijns paramedische herstellzorg

Een voorbeeld van herstellzorg is

- Fysiotherapie
- Ergotherapie
- Diëtetiek
- Logopedie

De eerstelijns nazorg en revalidatie-ondersteuning voor ex-coronapatiënten is nu tijdelijk beter verzekerd in de basisverzekering. De maximale duur van de nazorg is 6 maanden.

De voorwaarde voor de vergoeding is dat u meewerkt aan wetenschappelijk onderzoek, uw behandelend fysiotherapeut, ergotherapeut, ergotherapeut, diëtist, logopedist of huisarts kan u daar meer over vertellen. Voor meer informatie over deze vergoedingen neem contact op met uw zorgverzekeraar.

Wat kan een fysiotherapeut voor u betekenen?

Als u na een COVID-19 infectie klachten houdt bij het bewegen en het uitvoeren van activiteiten, kunt u bij de fysiotherapeut terecht voor hulp, advies en begeleiding.

Een gespecialiseerd fysiotherapeut kunt u vinden via www.lornamsterdam.nl (longrevalidatie) of www.projectreach.nl (bij IC-opname). In de envelop vindt u een lijst met praktijken die aangesloten zijn bij het longrevalidatie netwerk.

Beweegadvies

Opbouwen van bewegen

Er is nog weinig bekend over het herstelproces na COVID-19. Daarom is het advies: de eerste zes weken na de ziekte rustig aan te doen en op een geleidelijke manier uw dagelijkse activiteiten uit te breiden. Begin bijvoorbeeld met een klein stukje wandelen. Wandelen is een prima activiteit om uw conditie en spierkracht weer op te bouwen. Start met een korte afstand, zoals een blokje om het huis, of een eindje de straat heen en weer. Wandel minimaal één keer per dag een stukje, maar bij voorkeur twee- of driemaal.

Wat kan een ergotherapeut voor u betekenen?

Als u na een COVID-19 infectie klachten blijft houden en u daardoor dagelijkse activiteiten niet meer goed kunt uitvoeren, kunt u bij de ergotherapeut terecht voor advies en begeleiding. Bij klachten kunt u denken aan:

- Blijvende vermoeidheid
- Concentratieproblemen
- Problemen met onthouden
- Moeite met het (volledig) terugkeren naar werk.

Waar kunt u terecht?

Om naar een ergotherapeut toe te gaan heeft u een verwijsbrief nodig. Uw huisarts of behandelend specialist kan u deze geven. Mogelijk weten zij ook een ergotherapie praktijk die gespecialiseerd is in COVID-19 herstellzorg. Zo niet, dan kunt u bijvoorbeeld terecht bij, Cordaan, Evean, ZGAO en Ergo Doen.

Wat kan een diëtist voor u betekenen?

Goede voeding is noodzakelijk voor uw herstel én om ondervoeding te voorkomen. Ondervoeding betekent dat iemand een tekort aan energie en andere voedingsstoffen heeft.

Het is goed om in de herstelfase na ontslag eiwitrijke voeding te blijven gebruiken. Lukt het u niet om voldoende eiwit te eten, op gewicht te blijven of heeft u nog steeds een verminderde eetlust één tot twee weken na ontslag? Vanuit de Paramedische herstellzorg COVID-19 krijgt u 7 uur vergoed, wanneer u een verwijzing heeft van uw behandelend specialist of huisarts.

Waar kunt u terecht?

U kunt hiervoor onder andere terecht bij diëtistenpraktijk Malnucare (www.malnucare.nl). Ook kunt u ervoor kiezen om een diëtist bij u in de buurt te raadplegen. Een diëtist kunt u vinden via <https://www.nvdietist.nl> (rechts onderaan de pagina 'vind een diëtist').

Wat kan een logopedist voor u betekenen?

Als u na een COVID-19 infectie klachten houdt van uw stem (heesheid, zwakte, vermoeidheid, slechte belastbaarheid), slikklachten, benauwdheid (moeite met doorademen), chronische hoestklachten of het gevoel dat u een brok in de keel heeft dan kunt u bij de logopedist terecht voor hulp, advies en begeleiding.

Waar kunt u terecht?

Een logopedist kunt u vinden via <https://www.logopedie.nl>

Wilt u in aanmerking komen voor herstelzorg?

Vraag uw huisarts dan om een verwijzing voor een fysiotherapeut, ergotherapeut, diëtist, of logopedist bij u in de buurt.

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Aanmelden MijnOLVG via www.mijnolvg.nl | Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 30 april 2021, foldernr.4232