

Intensive care Coronapatiënt loopt groot risico op psychische nasleep

Na herstel kan nog een klap

→ Zowel fysiek als mentaal moet een patiënt herstellen van een verblijf op de intensive care.
FOTO REMKO DE WAAL/ANP



Grote kans dat coronapatiënten meer klachten overhouden aan hun verblijf op de ic dan anderen, zegt lector revalidatie acute zorg Marika van der Schaaf. 'Hoe langer beademd, hoe meer klachten.'

Malika Sevil
ZORG



Zie lijken angstiger wakker te worden uit hun diepe slaap op de intensive care. Ontwaken uit een coma is van zichzelf al een ontregelende gebeurtenis, maar voor een patiënt met Covid-19 helemaal. Aan het bed staan onbekenden, compleet ingepakt met spatbril, mondkapje, handschoenen en beschermjas. Er is geen geliefde te bekennen, want bezoek is verboden. En de betrokkenheid en empathie van verpleegkundigen en artsen, die normaal zo

geruststellend werken, gaan verscholen achter bril en mondkapje.

"Het is een heel bizarre wereld, met iedereen in van die maanpakken," zegt lector revalidatie acute zorg Marika van der Schaaf, verbonden aan de HvA en Amsterdam UMC. "Covid-patiënten ontwaken extreem angstig. Dat komt onder meer door de benauwdheid, maar we weten bijna zeker dat de maanpakken ook een rol spelen."

Daarbij telt ook de beladenheid van het onderwerp corona. "Al voordat patiënten worden opgenomen op een ic, zijn ze vaak angstig, omdat ze telkens horen hoe zwaar de ic voor een Covid-patiënt is. Dat zien we dus ook als mensen wakker worden: extreme angst."

Behalve een natuurlijke reactie is dat ook zorgwekkend, want het is volgens Van der Schaaf een indicatie dat patiënten, maanden later en eenmaal thuis, een verhoogd risico lopen op een

psychische nasleep van het ic-verblijf. "Zo'n 30 tot 40 procent van de ic-patiënten ontwikkelt angst- en depressieklachten, en 20 procent een posttraumatische stressstoornis (pts). We verwachten dat die percentages bij coronapatiënten hoger zullen liggen omdat het zo'n beladen ziekte is en het verblijf op de ic vanwege alle beschermingsmaatregelen anders is."

Het lijkt erop dat deze groep ook vaker een delier heeft. Een delier, een acute verwarring die vaak voorkomt bij ic-patiënten, wordt ook gezien als mogelijke voorbode voor latere cognitieve klachten, als concentratie- en geheugenproblemen.

Post Intensive Care Syndroom

Er zijn nu in Nederland circa 180 Covid-patiënten van de ic gekomen. De nieuwe, voorzichtige inzichten over hun herstel druppelen binnen. Van der Schaaf spreekt nog in aannames. "Covid is een nieuwe ziekte, we worden telkens verrast." Wel durft ze een voorspelling te doen. Van der Schaaf doet al sinds 2009 onderzoek naar het Post Intensive Care Syndroom, kortweg PICS. Dat is een verzameling van klachten waar een patiënt na de ic last van kan krijgen, zoals spierzwakte, ondervoeding, stress, concentratiestoornissen, angst of depressieklachten. Ruwweg 50 tot 70 procent van de ic-patiënten ontwikkelt PICS-klachten. "We verwachten bij coronapatiënten dat het wel 70 procent zal zijn." Covid-patiënten liggen gemiddeld twintig dagen op de ic en dat is uitzonderlijk lang. "Hoe

langer beademd, hoe dieper in slaap, hoe langer op de ic, hoe meer klachten. Ook geldt meestal: hoe hoger de leeftijd, hoe ernstiger de ziekte en de aantasting van organen, hoe groter de kans op PICS."

Nachtmerries en flashbacks

Covid-19-patiënten verschillen ook écht van andere ic-patiënten, zegt de lector. "De fysiotherapeuten in het ziekenhuis zeggen: dit hebben we nog nooit gezien. De patiënten zijn heel erg vermoeid en kunnen zich niet lang inspannen. Het lijkt alsof ze te weinig zuurstof in het lichaam hebben, waardoor ze heel snel kortademig worden." De voorspelling is dus ook dat ze vaker longproblemen blijven houden.

Tegelijkertijd zijn er ook opvallende positieve uitschieters. Covid-patiënten leveren op de ic ook veel spierkracht in. "Maar het lijkt alsof dat redelijk snel herstelt. Mensen kunnen na een paar dagen vaak wel weer lopen. En dat is ook opvallend, want dat verwacht je eigenlijk niet na zo'n lange tijd in diepe slaap."

Van der Schaaf wil niet alleen maar somberen, er zijn ook succesverhalen, mensen die goed van de ic komen, maar ze wil mensen wel alert maken dat klachten op de loer liggen en dat je daarvoor kan worden behandeld.

Amsterdam UMC en de HvA hebben een het Reach-onderzoeksproject lopen, waarin zorgverleners, zoals een fysiotherapeut, een diëtist, een ergotherapeut en, als het nodig is, een gezondheidscoach, samenwerken bij het herstel

komen

Bezetting op ic's daalt

De gunstige ontwikkeling op de intensieve- en reafdelingen lijkt een structureel. Zaterdag lagen nog 1391 patiënten aan de beademing. Gisteren was dat gedaald tot 1303; 35 minder dan de dag ervoor, blijkt uit de gegevens van het Landelijk Coördinatiecentrum Patiënten Spreiding.

Van de Nederlandse coronapatiënten op de ic liggen er 1248 in Nederland. In Duitsland liggen er 55. De daling was onvoorzien, en zeer welkom. Ziekenhuizen willen naast de coronazorg ook de zorg voor andere patiënten weer opstarten. Daarvoor is ruimte nodig in ziekenhuizen en op de ic's.



FOTO: MARIEVE VAN DER HEIJDEN

'Ze zijn heel erg vermoeid, alsof ze te weinig zuurstof in het lichaam hebben'

van ic-patiënten. Zij gaan zich nu ook op het herstel van ex-Covid-patiënten richten.

Van der Schaaf wil meer aandacht voor de nasleep. Want, zo zegt ze, na de opluchting dat je de ic hebt overleefd, kan alsnog een klap komen. "Je kan wel een halve tot een hele kilo spiermassa per dag verliezen, dus als je twintig dagen ligt, snapt iedereen dat je tijd nodig hebt om weer aan te sterken, bijvoorbeeld door goede voeding. De psychische problemen daarentegen zijn niet altijd zichtbaar. De kans is groot dat mensen daar last van krijgen: nachtmerries, slecht slapen, flashbacks, angstaanvallen, moeite om met veel prikkels om te gaan. Wees daar alert op en zoek hulp als je vastloopt."

40%

→ Zo'n 30 tot 40 procent van de ic-patiënten ontwikkelt later angst- en depressieklachten, de verwachting is dat dat percentage voor corona-ic-patiënten hoger zal liggen.

'Steun zal nooit genoeg zijn'

Laurens Kok
DEN HAAG

Ontslagen flexwerkers en gesloten strandtenten mogen hoop koesteren dat de overheid alsnog met extra compensatie komt. Maar de overheid kan niet voor elke 'sympathieke groep' een aparte regeling optuigen, waarschuwt minister Wouter Koolmees van Sociale Zaken.

In de eerste week van steunverlening heeft het UWV al 1,3 miljard euro overgemaakt aan ruim 66.000 bedrijven, zodat zij de lonen voor 1,3 miljoen mensen door kunnen betalen. Vele miljarden zullen volgen: het budget van de tijdelijke Noodmaatregel Overbrugging voor Werkgelegenheid (NOW) is met 10 miljard bijna acht keer zo groot.

"We halen alles uit de kast," zei Koolmees gisteren in debat in de Tweede Kamer. Hij voegde daar een waarschuwing aan toe: "We gaan niet iedereen daverend gelukkig maken."

Siertelers

Die boodschap blijkt tot dusver aan dovemansoren gericht. De mailboxen van parlementariërs puilen uit met noodkreten van sectoren en beroepsgroepen die menen dat het noodpakket dat het kabinet heeft opgesteld te kort schiet. En het liefst wil de Kamer dat voor al die gevallen een oplossing wordt gevonden.

En dus passeerden ze in het Kamerdebat allemaal de revue: flexwerkers zonder WW, grenswerkende zelfstandigen, omzetloze siertelers en strandtenthouders, alleenstaande zzp'ende moeders, kunstenaars die deels in loondienst werken en vele anderen die misgrijpen of domweg te weinig krijgen om het hoofd boven water te houden. Ook hun moet het kabinet een reddingsboei toewerpen, meent de Kamer.

Koolmees was duidelijk: dat gaat niet in alle gevallen gebeuren, en als



Wouter Koolmees
D66-minister van Sociale Zaken moet zoveel mogelijk werk behouden.

het al gebeurt, dan zullen er nog categorieën en subcategorieën zijn die niet met de geboden oplossing uit de voeten kunnen. "We kunnen niet alle specifieke omstandigheden repareren," stelt hij.

Wel gaat Koolmees aan de slag met de opdracht van de Kamer om een apart vangnet op te tuigen voor ontslagen flexwerkers die geen uitkering kunnen krijgen. Over die specifieke groep, die tot dusver over het hoofd is gezien, heeft Koolmees zelf ook 'buikpijn', erkent hij. Tegelijkertijd vraagt

hij enig respect: het is volgens hem ontzettend ingewikkeld om voor deze groep wat te doen. "Ik wil heel erg mijn best doen om hiervoor iets te verzinnen, en ik zie ook wel routes, maar ik kan niet zeggen dat iedereen hiermee geholpen zal zijn."

Omzetpik

Op zijn vroegst volgende week hoort de Kamer er meer over. Mogelijk al sneller wordt bekend hoe het kabinet een andere groep, de seizoensbedrijven, ter wille wil zijn. Zij zijn gewend hun jaarmet in een paar maanden tijd binnen te halen, maar de coronaregelingen houden geen rekening met zo'n misgelopen omzetpik. Onder druk van de Kamer gaat Koolmees kijken naar een andere tegemoetkoming zonder aanpassing van de algemene spelregels.

Ook zoekt de minister een uitweg voor grotere bedrijven met meerdere vestigingen. Zij moeten de omzet van alle dochters bij elkaar optellen, maar voldoen daardoor niet altijd aan de voorwaarde dat er minimaal 20 procent omzetverlies moet zijn. Het alternatief voor concerns, stilgevallen onderdelen om laten vallen, staat haaks op de kabinetsoelstelling om banen en bedrijven te behouden.

En dus laat Koolmees verder studeren. Hoe dit op te lossen, lijkt hij zelf ook niet te weten. Het is ingewikkeld, zegt hij. En daar moet de Kamer het voorlopig mee doen.

Nu liever in Idlib dan in een overvol vluchtelingenkamp

Pieterneel Gruppen
AMSTERDAM

Duizenden Syriërs keren terug naar Idlib, waar het nu iets rustiger is. Daar denken ze corona beter aan te kunnen dan in de volle vluchtelingenkampen.

Een lange sliert van busjes en auto's die uitpuilen met matrassen, dekens, potten en pannen, beweegt zich vanaf de Turkse grens richting de provincie Idlib. Duizenden Syriërs schatten in dat ze tijdens de coronacrisis beter daar kunnen zitten dan in overvolle vluchtelingenkampen. Abu Abdo is een van hen. Tegen persbureau Reuters zei hij met zijn zeven familieleden naar zijn dorp terug te keren. "Onze levensbewegen zich tussen het ene en het andere gevaar." Aanvankelijk vluchtte hij voor het geweld naar het noorden, nu drijft de coronacrisis hem weer naar Idlib, waar de lucht volgens hem schoon is en de mensen minder dicht op elkaar zitten. Hij beseft echter ook: "Het is nog steeds een gevaarlijk gebied."

Operatie Lenteschild

Sinds eind vorig jaar verlieten zo'n miljoen Syriërs de Idlibregio vanwege de explosieve situatie. Damascus probeerde het gebied – het laatste bolwerk dat nog in handen is van de opstandelingen – met hulp van Moskou in te nemen. Turkije, dat in het Syrische conflict de rebellen steunt, probeerde de opmars van Assad te stuiten. In de laatste nacht van februari lanceerden de Turken 'Operatie Lenteschild' en claimden zo'n tweeduizend militairen, een honderdtal tanks en enkele helikopters van het Assadregime te hebben uitgeschakeld. Met de operatie dreigde Turkije echter ook rechtstreeks in confrontatie te komen met Rusland.

Zo'n botsing werd afgewend door een staakt-het-vuren dat de Russische president Poetin en de Turkse president Erdogan in maart afspraken. Veel werd daar niet van verwacht; een eerdere wapenstilstand werd al snel aan flarden geschoten. Vooralnog houdt dit staakt-het-vuren nu ongeveer veertig dagen stand. Turkije en Rusland hebben gezamenlijk al verschillende patrouilles uitgevoerd om de naleving ervan te controleren. Bij die patrouilles, die bij de belangrijke snelweg M4 worden uitgevoerd, is het al verschillende keren tot confrontaties gekomen met groepen Syriërs die protesteerden tegen de aanwezigheid van de Turken en de Russen.

Verder is het nu relatief rustig in Idlib. Of de strijdende partijen vorige maand hebben geluisterd naar de oproep van António Guterres, secretaris-generaal van de Verenigde Naties, om wereldwijd de wapens neer te leggen vanwege de coronacrisis, valt te betwijfelen. Eerdere oproepen van de VN sloegen zij immers ook in de wind.

Het coronavirus lijkt wel invloed te hebben op de gevechtspauze. Turkije en Rusland hebben hun handen vol aan de bestrijding van het virus in hun land; een confrontatie in Syrië komt nu slecht uit.

Medische zorg

Ankara kondigde begin april bovendien aan vanwege het coronavirus de bewegingen van de Turkse troepen in Syrië flink te zullen beperken. Het ministerie van Defensie sprak van een 'minimalisering van de beweging' van de militairen; alleen met toestemming van het hoofd van het leger mogen ze het operatiegebied in of uit.

Dat de wapens – voorslagnog – zwijgen, geeft de teruggekeerde inwoners van Idlib in elk geval de gelegenheid om zo goed en zo kwaad als het gaat voorbereidingen te treffen voor een uitbraak van het virus. En dat is hard nodig, want de medische zorg ligt na negen jaar oorlog, waarbij ziekenhuizen doelbewust werden gebombardeed, letterlijk in puin.



→ In Kafr Takharim (Idlib) wordt de temperatuur van een kind gemeten. FOTO: AP