

De afdeling Revalidatie doet momenteel een onderzoek naar de revalidatie van patiënten na IC-opname. 30 deelnemers doen onder meer een maximale inspanningstest. De verschillen tussen patiënten zijn groot.



Tekst: Jeroen Kleijne - Foto: Sake Rijpkema

'Revalidatie op maat voor IC-patiënten'

I “We weten dat patiënten na een IC-opname lang last houden van fysieke klachten”, legt hoofdonderzoeker Marike van der Schaaf uit. “We noemen dat PICS: post intensive care syndroom. Eigenlijk weten we nog steeds niet precies wat de beperkende factor is. Is het nou spierzwakte of juist een long- of hart-probleem? We willen graag het herstel over de tijd in kaart brengen. Zodat we uiteindelijk de fysiotherapie daar zo goed mogelijk op af kunnen stemmen. Bij covid-patiënten zie je bijvoorbeeld ook dat ze echt minder belastbaar zijn en snel vermoeid raken.”

Inspanningstest

Het onderzoek is op dit moment in volle gang. 30 voormalige IC-patiënten doen mee aan de pilot. Sommigen zijn net ontslagen, anderen lagen lang geleden op de intensive care (tot maximaal vijf jaar geleden). Onderzoeker Bastian Stocker: “De deelnemers ondergaan een maximale inspanningstest op de fiets. We doen ook een ‘functionele test’, waarbij ze gewoon wandelen. Door analyse van de ademgassen bij beide tests kijken we hoeveel belasting ze in hun dagelijks leven aankunnen. Daarnaast kijken we ook naar de mate van ondervoeding. Dat alles geeft een goed beeld van hoezeer ze hersteld zijn.”

Bastian Stocker verwacht zijn onderzoek begin 2021 af te ronden. Hij vindt het lastig om nu al iets te zeggen over de uitkomsten. “Je ziet grote verschillen tussen de deelnemers. Ook mensen die minder lang op de IC lagen, hebben soms flinke problemen. Ik hoop dat we in elk geval een goed beeld krijgen van de relatie tussen de dagelijkse belastbaarheid en de uitslag van de maximale inspanningstest.”

Marike van der Schaaf vertelt dat er meerdere onderzoeken tegelijk lopen bij de afdeling Revalidatie. “Bij een van de onderzoeken monitoren we de hartfrequentie en de mate van activiteit van IC-patiënten die in de eerste lijn revalideren. Als iemand na 600 stappen al op een hele hoge hartfrequentie zit, kan de fysiotherapeut de behandeling direct bijstellen. Deze maand starten we ook een onderzoek in de literatuur naar verschillende trainingsparameters voor fysiotherapeuten.”

In de eerste lijn biedt Revalidatie al het ‘Reach-programma’. “Een programma dat fysiotherapeuten, ergotherapeuten en diëtisten samen aanbieden aan patiënten, als belangrijke stap in de revalidatie. Al die onderzoeken moeten eigenlijk leiden tot een interventie voor de revalidatie van mensen thuis. Zodat je hun behandeling altijd kunt individualiseren. We streven naar een multi-disciplinaire revalidatie op maat voor IC-patiënten.” •

Amsterdam UMC Foundation

Het onderzoek naar de revalidatie van IC-patiënten gebeurt met financiële steun van de AMC Foundation. Tijdens de jaarlijkse Amsterdam UMC Run (voorheen AMC loop) wordt geld bijeengebracht voor de Foundation. Sinds enkele jaren doet de afdeling Revalidatie ook mee aan de loop met een eigen team om aandacht te vragen voor PCIS. In het team van ongeveer honderd mensen zitten niet alleen artsen, verpleegkundigen en therapeuten, maar ook voormalige IC-patiënten en hun partners.

‘Al kun je maar één iemand helpen’

Een van de (ex-)patiënten die meedoet aan het onderzoek is Marc Hanou. Bijna een jaar geleden lag hij een maand op de intensive care vanwege een ontsteking aan zijn hartzak. Tijdens de IC-opname onderging hij twee openhartoperaties. “Toen ik bijkwam, was ik verlamd en kon ik niet praten en bewegen. Met de ambulance hebben ze me drie weken later vervoerd naar revalidatiecentrum Heliomare. Daar heb ik zes weken lang alles gedaan wat ik kon doen. Ik heb mezelf overgegeven aan de ‘positive mental attitude’. Ik wilde leren lopen, traplopen, fietsen en opstaan. En dat is gelukt.”

Ook thuis heeft Hanou flink doorgetraind. “De ene dag buiten hardlopen of fietsen, de andere dag op de hometrainer. Ik wilde per se meedoen aan de Amsterdam UMC Run. Het werd uiteindelijk de virtuele editie, om het AMC heen. Onder toezien oog van collega’s, vrienden, mijn ouders... Mijn fysiotherapeut liep met me mee, verpleegkundigen en de cardioloog stonden bij de finish. Heel mooi om weer zo’n doel te bereiken.”

Toen hij werd gevraagd voor het onderzoek was het antwoord vrij snel duidelijk. “Al kun je op deze manier maar één iemand helpen in zijn herstel... Ik werk bovendien als directeur bij een onderzoeksinstituut, dus eigenlijk kon ik geen nee zeggen, haha. Zelf geloof ik niet in rust tijdens de revalidatie, maar misschien blijkt achteraf dat ik het toch iets anders had moeten aanpakken.”