

Coronavirus overleefd? Dan begint het pas

Van de duizenden coronapatiënten op de ic's herstelt gelukkig een groot aantal. Maar dan begint het fysieke én mentale herstel. Na het overleven moeten ze opnieuw leren leven. In de revalidatiezorg is er veel ervaring met mensen die van de ic komen. Met een team van artsen, psychologen, fysiotherapeuten, logopedisten, diëtistes en ergotherapeuten werken patiënten aan hun herstel. 'Maar de coronapatiënten lijken door een dieper dal te zijn gegaan'.

→ **PAGINA 18**



Corona overleefd op de ic? Dan begint het pas

Van de duizenden coronapatiënten op de ic's herstelt gelukkig een groot aantal. Maar dan begint het fysieke én mentale herstel. 'Sommigen hebben vreselijke nachtmerries, alsof ze in een oorlog zijn geweest.' En kunnen de revalidatiecentra in Nederland de toestroom aan?

Voor "corona" toesloeg, waren het vitale mensen die volop in het leven stonden. Gezonde mensen, tot marathonlopers aan toe, zonder chronische aandoeningen of overgewicht.' Zo omschrijft revalidatiearts Ferrie Harberts de coronapatiënten die hij op zijn afdeling krijgt.

Maar een wekenlang verblijf op de intensive care geeft ook het gezonde lichaam een flinke opdoffer. 'Er komen mensen binnen die niet eens een kopje kunnen optillen, zo verzwakt zijn ze. Ze kunnen niet lopen of zelfstandig naar de wc. Ook hebben ze vanwege slikproblemen vaak een maagsonde nodig voor voeding.'

Harberts werkt bij Basalt, het grootste centrum voor medisch-specialistische revalidatiezorg van Nederland, met verschillende locaties in Zuid-Holland. Basalt heeft een speciaal behandeltraject opgezet voor coronapatiënten, zelfs als ze nog besmettelijk zijn. Het is belangrijk zo snel mogelijk met revalidatie te beginnen, zegt Harberts die zelf op de corona-afdeling in Den Haag werkt.

Na het overleven moeten patiënten opnieuw leren leven. 'Wij zijn veel minder spannend dan een ic, waar het draait om leven en dood. Bij ons gaat het om de kwaliteit van leven.' Met een team van artsen, psychologen, fysiotherapeuten, logopedisten, diëtisten en ergotherapeuten werken patiënten aan hun herstel.

LANGE WEG

In de revalidatiezorg is er veel ervaring met patiënten die op de ic hebben gelegen. 'Maar de coronapatiënten lijken door een dieper dal te zijn gegaan', zegt Harberts. 'Ook zien we dat ze moeite hebben om genoeg zuurstof binnen te krijgen bij inspanning. Zelfs patiënten die thuis verder mogen herstellen, hebben vaak extra zuurstof nodig. We weten nog niet of de longen blijvend schade hebben opgelopen.'

De vuistregel is normaal gesproken: een dag op de ic is een maand revalideren, zegt Harberts. Gemiddeld verblijven coronapatiënten zeventien dagen op de ic, dus een snelle rekensom leert dat ze bijna anderhalf jaar nodig hebben om te herstellen. 'Dat weten we natuurlijk nog niet precies, maar het zou me niet verbazen.' De patiënten verblijven niet al die tijd in een revalidatiecentrum, maar het kan wel zo lang duren voordat iemand weer op het oude niveau functioneert.

De patiënten zijn niet alleen fysiek fors verzwakt, maar ervaren ook vaak cognitieve en mentale problemen. 'Velen hebben pro-

blemen met hun geheugen of concentratie. Hoe dat precies komt, weten we nog niet zo goed.'

Het zijn klachten die horen bij het zogeheten postintensivesyndroom. Patiënten kunnen na een ic-opname langdurig last houden van vermoeidheid, spierzwakte, kortademigheid en geheugenproblemen. Ook kan er een posttraumatische stressstoornis ontstaan. 'Sommige coronapatiënten hebben vreselijke nachtmerries, alsof ze in een oorlog zijn geweest', zegt Harberts.

NOG HONDERDEN PATIËNTEN

Het is nog onduidelijk hoeveel coronapatiënten de revalidatiecentra precies kunnen verwachten, zegt directeur Martijn Klem van brancheorganisatie Revalidatie Nederland. Uit cijfers van Stichting Nice blijkt dat tot nu toe een derde van de bijna drieduizend ic-patiënten met covid-19 het ziekenhuis heeft verlaten. Sommigen mogen thuis herstellen en vooral de oudere patiënten gaan naar een verpleeghuis. Dan zijn er naar schatting nog enkele honderden patiënten die medisch-specialistische revalidatiezorg nodig hebben.



'De coronapatiënten lijken door een veel dieper dal te zijn gegaan'

Ferrie Harberts
revalidatiearts Basalt



'Je gaat niet eerst afwachten of het financieel wel kan. Je dóét het gewoon'

Albert-Jan Mante
bestuurder Revant

Kan de sector, die vóór 'corona' al lange wachtlijsten had, dat wel aan? Klem denkt van wel. 'Uit onze berekeningen blijkt dat de capaciteit nu voldoende is. Als er een tweede golf komt, moeten we dat opnieuw bekijken.'

Albert-Jan Mante, bestuurder van de medisch-specialistische revalidatieorganisatie Revant in West-Brabant en Zeeland, ziet nog een aantal mogelijke knelpunten. Breda werd al vroeg met covid-19 geconfronteerd en Revant heeft inmiddels al een kleine twintig covid-19-patiënten behandeld. 'In de crisisperiode is de niet-acute zorg veelal op afstand gegeven, dus die moet weer verder worden opgepakt. Ook hervatten de ziekenhuizen hun reguliere zorg, waardoor er meer patiënten op ons afkomen.'

Volgens revalidatiearts Harberts levert het lastige vraagstukken op. 'Welke behandelingen zijn urgent en welke kunnen nog even wachten? Soms betekent wachten dat iemand bepaalde vaardigheden verliest, zoals zelf kunnen opstaan. Dan levert iemand een enorm stuk zelfstandigheid in en dat wil je echt voorkomen.'

GEEN RUIMTE VOOR TEGENVALLERS

Dan zijn er nog zorgen over de financiën van de revalidatiecentra. In 2018 leed de helft van de revalidatieklinieken verlies. Het gezamenlijke rendement was -1%. Er is kortom weinig ruimte voor financiële tegenvallers. "Corona" brengt extra kosten met zich mee, doordat de zorg anders moet worden ingericht. Ook is met het stilvallen van de reguliere zorg de helft van de omzet weggevalen, met uitschieters tot wel 95%, schetst Klem het financiële plaatje. 'We zijn nu in gesprek met de zorgverzekeraars hoe dat vergoed zal worden. Ze hebben wel al toegezegd dat ze geen instellingen failliet zullen laten gaan.'

Ook Revant-bestuurder Mante hoopt dat snel duidelijkheid komt. 'Wij hebben, zodra covid-19 uitbrak, meteen de handen ineengeslagen met het Amphia Ziekenhuis in Breda en een aantal verpleeghuizen. Onze artsen helpen in het ziekenhuis en wij hebben ruimte vrijgemaakt om patiënten na de ic op te vangen. Dan ga je niet eerst afwachten of dat financieel wel kan, dat dóét je gewoon. Maar we moeten er niet aan onderdoor gaan.'

Het is belangrijk dat er nu bredere aandacht is voor medisch-specialistische revalidatie, zegt Mante. 'De sector is van oudsher bescheiden, maar nu laten we zien dat we een cruciale rol spelen, ook bij het herstel van covid-19. Wij helpen mensen hun leven weer op te pakken.'



Robert Coelen

'Ik was kerngezonder en moet nu weer leren lopen'

Robert Coelen (64) kreeg half maart covid-19 en belandde op de ic. Sinds een paar weken revalideert hij bij Basalt in Den Haag. Coelen is lector internationalisering van het hoger onderwijs aan NHL Stenden Hogeschool. 'Begin maart ging ik skiën in Ischgl. Aan het einde van de week moesten we hals-overkop weg, omdat het dorp op slot ging. Mijn skispullen liggen er nog. Eenmaal thuis kreeg ik na een paar dagen koorts. Twee dagen later was ik zo kortademig dat ik thuis de trap niet meer op kwam. Mijn vrouw bracht me naar het ziekenhuis waar ik meteen in de CT-scanner ben gelegd. De volgende vraag was of ik gereanimeerd wilde worden. Ik ben in slaap gebracht en heb drie weken op de ic gelegen. Toen ik weer bijkwam, heb ik eerst een week flink gehallucineerd. Ik kon niets meer en was tien kilo spiermassa kwijt. Ik kreeg voeding via een maagsonde, want ook mijn slikspieren waren verzwakt. De eerste keer dat ik probeerde te staan, viel ik om. Ik moet op 64-jarige leeftijd weer leren lopen.'



'Toen ik bijkwam, heb ik een week flink gehallucineerd. Ik kon niets meer en was tien kilo spiermassa kwijt'

Ik was kerngezonder, had de bloeddruk van een jonge man. Ik was sportief, stond volop in het leven en maakte werkweken van zestig uur. Met plezier, want mijn werk is mijn passie. Nu ben ik heel snel uitgeput doordat mijn longen zijn aangetast. Ik hoest nog veel en heb regelmatig extra zuurstof nodig. Maar ik ben vastbesloten weer helemaal de oude te worden en loop alweer met een rollator.

Ik ben opgeleid als moleculair viroloog en ben nota bene gepromoveerd op de ontwikkeling van nieuwe virusziekten. Ik lees de medische literatuur en mijn eigen medische verslagen, maar met een zekere afstandelijkheid.

Ik hoor sommige mensen klagen: ik ben jong en gezond, en zit opgesloten. Nou, denk ik dan, liever een beetje gefrustreerd en opgesloten dan drie weken op een ic. Er is nog steeds veel onwetendheid. Mensen weten niet wat een ic-opname met iemand doet en dat er daarna een lang hersteltraject volgt. Ik vind het belangrijk om mijn verhaal te vertellen zodat mensen weten wat er gebeurt en opdat ze zich goed aan de regels houden.'

Robert Coelen werkt in revalidatiecentrum Basalt in Den Haag aan zijn herstel, na ruim drie weken op de ic hebben gelegen. FOTO: DAVID VAN DAM

VOOR HET FINANCIËLE DAGBLAD

In het kort

- Na een verblijf op de ic volgt voor veel coronapatiënten een intensief revalidatietraject.
- Een grote toestroom van coronapatiënten zet de capaciteit van de revalidatiesector onder druk.
- Bestuurders maken zich ook zorgen over de financiële gevolgen.