



FACTSHEET VOOR PUBLIEK EN PROFESSIONAL

Welke klachten spelen?	Wat of wie kan helpen?
Lichamelijk	
Benauwdheid, kortademigheid, hoesten, thoracale pijn (druk op de borst), verminderde (adem)spierkracht	<p>Wat: neem contact op met de huisarts!</p> <p>Wie: longarts, longfysiotherapeut, revalidatiearts</p>
Verminderd uithoudingsvermogen, algehele (extreme) vermoeidheid, kortademigheid, pijn, bandgevoel rond thorax, gewrichtspijn en/of –stijfheid, spierzwakte, mede als gevolg van langdurige inactiviteit, duizeligheid. Als dagelijkse bezigheden niet meer lukken en als andere aandoeningen die vóór Corona al speelden ook anders verlopen.	<p>Wat: Zorg voor een goede basis en balans tussen beweging en rust; Bouw de conditie gedoseerd op en voorkom overbelasting. Hulp bij huishouden en hulpmiddelen aan te vragen bij uw gemeente (Wmo).</p> <p>Wie: fysiotherapeut, oefentherapeut, ergotherapeut, gemeente of sociaal team</p>
Onbedoeld gewichtsverlies en/of spiermassaverlies (ook bij obesitas), reuk- en smaakverlies, maag- en darmklachten of slikstoornissen	<p>Wat: neem voldoende eiwitten in en eet zo gezond mogelijk (of vaker kleine porties).</p> <p>Wie: diëtist, huisarts of logopedist</p>
Mentaal	
Cognitieve klachten: geheugenverlies, concentratieproblemen, moeite met plannen en/of omgaan met prikkels, slaapproblemen.	<p>Wat: neem contact op met de huisarts!</p> <p>Wie: geheugenpoli, geriater, specialist ouderengeneeskunde, ergotherapeut. Gemeente of sociaal team kan begeleiding verzorgen als behandeling niet mogelijk is.</p>
Psychische klachten: angst-, stemmingsklachten, psychische overbelasting, Posttraumatische stressklachten (PTSS)	<p>Wat: neem contact op met de huisarts!</p> <p>Wie: eerstelijnspsycholoog, POH-GGZ, maatschappelijk werk, gemeente of sociaal team, geestelijk verzorger.</p>
Ook naasten kunnen mentale klachten hebben door alles wat er gebeurd is en het eventuele trage herstel of overlijden.	<p>Wat: neem contact op met de huisarts of maatschappelijk werk (praatgroep ex-covid patiënten of de groep rouw en verlies)</p> <p>Wie: eerstelijnspsycholoog, POH-GGZ, maatschappelijk werk, gemeente of sociaal team, geestelijk verzorger.</p>

Meer informatie

Nazorg voor patiënten na een Coronabesmetting (c-support.nu)

Herstel na corona | Coronalongplein (www.coronaplein.nu/ondersteuning/herstel-na-corona)

Ik heb (misschien) corona gehad | Thuisarts (www.thuisarts.nl/corona/ik-heb-misschien-corona-gehad)

Aan deze factsheet kunnen geen rechten worden ontleend.

Bronnen: Handreiking voor de zorg (LAN)
Leidraad Nazorg van patiënten met COVID-19 (FME)



FACTSHEET VOOR PUBLIEK EN PROFESSIONAL

Regionale en lokale zorgverleners en ondersteuners

Deskundigheid	Waar	Informatie en adressen
Lichamelijk		
Longarts	Groene Hart Ziekenhuis (doorverwijzing huisarts nodig)	ghz.nl/specialismen-en-afdelingen/corona-nazorgpoli
Nazorgpoli (ook voor een longarts en revalidatie arts)	Groene Hart Ziekenhuis (doorverwijzing huisarts nodig)	ghz.nl/specialismen-en-afdelingen/corona-nazorgpoli
Medisch Specialistisch Revalidatie Centrum	Basalt (Gouda) Belife (Rotterdam) (doorverwijzing huisarts/ bedrijfsarts nodig)	basaltrevalidatie.nl/volwassenen/covid-19-revalidatie belife.nl/zorg
Longfysiotherapeut*	regionaal/ lokaal	copdnetwerkmiddenholland.nl
Fysiotherapeut *	lokaal	defysiotherapeut.com / chronischzorgnet.nl
Oefentherapeut*	regionaal/ lokaal	oefentherapie.nl/Wanneer-oefentherapie/Herstelzorg-na-COVID-19
Ergotherapeut*	regionaal/ lokaal	Overzicht Ergotherapie expertise Covid-19 regio Midden-Holland
Diëtist*	lokaal	dieetditdieetdat.nl
Logopedist*	regionaal/ lokaal	logopedie.nl
<p>*doorverwijzing huisarts nodig ivm herstelzorg COVID-19</p> <p>Op basis van een tijdelijke aanspraak kunnen patiënten gebruikmaken van herstelzorg vanuit de basisverzekering. Voorwaarden hiervoor zijn een verwijzing van een medisch specialist of huisarts en deelname aan wetenschappelijk onderzoek. www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2020/07/16/herstelzorg-voor-coronapatiënten-met-ernstige-klachten-in-basispakket</p> <p>Paramedische herstelzorg bestaat uit maximaal 50 sessies fysio- of oefentherapie, 7 uur diëtetiek, 10 uur ergotherapie en logopedie (zonder maximum) voor een maximale periode van 6 maanden. Na zes maanden kan op indicatie van een medisch specialist, een beroep gedaan worden op een tweede behandelperiode van zes maanden.</p>		
Mentaal		
Geheugenpoli	Groene Hart Ziekenhuis (doorverwijzing huisarts nodig)	ghz.nl/specialismen-en-afdelingen/geheugenpolikliniek
Ergotherapeut*	regionaal/ lokaal	Overzicht Ergotherapie expertise Covid-19 regio Midden-Holland
Geriatr	Groene Hart Ziekenhuis (doorverwijzing huisarts nodig)	ghz.nl/specialismen-en-afdelingen/geriatrie
Specialist Ouderengeneeskunde	(doorverwijzing huisarts nodig)	
POH-GGZ	lokaal	Huisartsenzorg GGZ (mediis.nl)
Gemeente of sociaal team	lokaal	Zie de website van uw gemeente
Maatschappelijk werk	regionaal/ lokaal	kwadraad.nl
Eerstelijnspsycholoog	regionaal (doorverwijzing huisarts nodig)	psyned.nl/psycholoog/zuid-holland
Geestelijk verzorger	Transmuraal Netwerk Midden-Holland	Geestelijke Verzorging (transmuraalnetwerk.nl)