

Informatiebrief IC-nazorgpoli

U ontvangt deze brief omdat u binnenkort een afspraak heeft voor de IC-nazorg carrousel van Máxima MC (MMC). We weten dat vele mensen na een IC-opname klachten houdt of ontwikkelt die zorg behoeven. De klachten kunnen lichamelijk (zoals zwakte, vermoeidheid of pijn) of psychisch/emotioneel van aard zijn, maar ook betrekking hebben op het denkvermogen en het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. Er kan dan sprake zijn van het post-intensive care syndroom (PICS).

De afspraak heeft de vorm van een carrousel. Dat betekent dat u achter elkaar verschillende behandelaars van ons ziekenhuis spreekt. U krijgt testen van lichamelijke en mentale functies en u kunt klachten bespreken die nieuw voor u zijn sinds uw IC opname. De behandelaars bespreken na afloop, in bijzijn van een intensivist en psycholoog, met elkaar de uitslagen en geven u nadien een gezamenlijk advies.

Voorafgaand aan de afspraak

Vragenlijsten

We willen uw tijd in het ziekenhuis zo slim mogelijk gebruiken. Daarom vragen we u om van tevoren vragenlijsten in te vullen via MijnMMC. Uw antwoorden helpen ons om snel de belangrijkste onderwerpen te vinden. Alleen uw behandelaars in het MMC kunnen uw antwoorden inzien.

Moet ik ook komen als ik geen klachten heb?

We weten dat sommige klachten van PICS pas later in het herstel optreden of dat klachten zeer subtiel aanwezig kunnen zijn en daardoor over het hoofd gezien worden. We adviseren u daarom om naar de afspraak te komen.

De afspraak

De IC-nazorgpoli bestaat uit drie of vier afspraken, afhankelijk van uw situatie. De afspraken vinden plaats op ongeveer drie maanden en zes maanden na ontslag uit het ziekenhuis. Afhankelijk van uw situatie ziet u achtereenvolgens onderstaande behandelaars op de afspraak. Op deze manier hoeft u minder vaak naar het ziekenhuis te komen.

De revalidatiearts

De revalidatiearts bespreekt samen met u en uw partner (of andere naaste) de gevolgen van de IC opname op uw functioneren. Er wordt zowel naar lichamelijke en psychische gevolgen gekeken als naar eventuele problemen met het denkvermogen. Samen met de

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

revalidatiearts bespreekt u het verloop van uw revalidatietraject en de stappen die ondernomen (moeten) worden met als doel weer richting aan uw leven te geven.

De fysiotherapeut

De fysiotherapeut beoordeelt samen met u eventuele problemen bij inspanning, conditieopbouw, ademhaling en klachten van het bewegingsapparaat. Tijdens uw afspraak zult u niet alleen spreken met de fysiotherapeut over de voortgang van uw fysieke revalidatie, maar ondergaat u ook een fysieke inspanningstest. Het is dan ook prettig als u comfortabele kleding draagt/meeneemt en (sport)schoenen meebrengt waarop u goed kunt lopen. Als u normaal hulpmiddelen gebruikt bij het lopen, neemt u deze dan ook mee.

De ergotherapeut

Het opnieuw oppakken van uw dagelijkse activiteiten kan u na uw IC opname meer energie of concentratie kosten dan voorheen. De belasting die u voorheen moeiteloos aan kon is nu wellicht te veel omdat uw belastbaarheid verminderd is of misschien merkt u dat u snel overprikkelt raakt. De ergotherapeut beoordeelt samen met u uw balans tussen activiteiten en rust, plannen van activiteiten en uw handfunctie. Daarnaast kan de ergotherapeut praktische adviezen geven bij klachten over concentratie, verminderd geheugen en/of verminderde aandacht.

De diëtist

Een periode van ernstig ziek zijn en de mate van training tijdens het herstel hiervan heeft invloed op de voedingsbehoefte van het lichaam. Voor uw herstel is het belangrijk dat u voldoende eiwitten en calorieën binnen krijgt. De diëtist kijkt samen met u naar uw voedingspatroon en geeft u hierin advies.

De logopedist

In de herstelfase na een IC opname kunt u problemen ervaren met stem, spreken of slikken. Dit kan komen door klachten van vermoeidheid, spierzwakte, benauwdheid of ontregeling van uw ademhaling. De logopedist zal samen met u uw klachten beoordelen en evalueren. Voor het slikonderzoek vragen we u een droog koekje en yoghurt met lepel mee te nemen. Daarnaast geeft de logopedist uitleg, advies en oefeningen. Bijvoorbeeld voor omgaan met heesheid, wegvallen van de stem, hoesten, eventuele benauwdheid bij inspanning of bij problemen met eten of drinken.

Contact

Indien er vragen zijn voorafgaand aan uw afspraak op de IC-nazorgpoli dan kunt u contact opnemen met het secretariaat van Paramáx via telefoonnummer (040) 8889040. Onze secretaresse helpt u graag verder.

Uitgebreide, nuttige informatie over PICS kunt u vinden op de website www.icconnect.nl