

BEHANDELING COPD

- Rookstop
- Zuurstoftherapie
- Inhalatie therapie
 - Bronchodilatoren
- Oefentherapie
 - Intensiteit:
 - bij hogere intensiteit zijn er meer fysiologische effecten (afhankelijk van de toestand van de patiënt: opstoot → lagere intensiteit)
 - 60% van de piek oefencapaciteit
 - BORG score van 4-6
 - Duur: minstens 3x/week met regelmatige supervisie
 - Zowel bovenste als onderste ledematen trainen
 - Bovenste ledematen: arm ergometer, gewichten, theraband
 - Onderste ledematen: loopband, fietsergometer
 - Uithoudingstraining
 - Training van meer dan 30 minuten
- Respiratoire spiertraining
 - Threshold IMT
 - Inspiratoire spiertraining
 - 15 min/dag
 - Triflow
 - Inspiratoire spiertraining
 - Toestel omkeren → expiratoire spiertraining
 - Spirometer
 - Inspiratoire spiertraining
- Farmacologische behandeling
 - Duur: 2-6 maanden
 - Anabole steroïden
 - Groeihormonen → heel duur
- Aanleren van bronchiale hygiëne technieken
 - Combinatie van posturale drainage, percussies en geforceerde expiratie (huffen)

- Behandeling comorbiditeiten

Richtlijnen volgens de European Respiratory Society Statement on Pulmonary Rehabilitation

- Minimum 20 sessies, minstens 3x/week waarvan 2x onder supervisie en 1 thuisessie
- Hoge intensiteit indien mogelijk
- Interval training
- Bovenste en onderste ledematen trainen
- Combinatie uithouding en kracht

MULTIDISCIPLINAIRE BEHANDELING

BRONNEN

1. www.copdleuven.be
2. **American Thoracic Society/European Respiratory, Society Statement on Pulmonary Rehabilitation**, *Linda Nici*, This Joint Statement of the American Thoracic Society (ATS) and the European Respiratory Society (ERS) was adopted by the ATS Board of Directors, December 2005, and by the ERS Executive Committee, November 2005