

## Coronacrisis, praktijkinformatie en adviezen.

Update 26 juni 2021

**Vanaf zaterdag gelden veel van de huidige coronamaatregelen niet meer.**

- **Behandelingen.** Voor fysiotherapeuten vervalt de verplichting om een mondkapje te dragen tijdens de behandeling. De [gezondheidscheck](#) is wel voorwaarde, net zoals de registratie voor bron- en contactonderzoek en het naleven van de hygiënemaatregelen.
- **Groepen.** Het maximaal aantal deelnemers in een groep of ruimte vervalt. Tegelijkertijd is daar 1,5 meter afstand de norm. Het maximaal aantal mensen binnen een ruimte verschilt daarmee per ruimte.

Mocht u zich veiliger voelen met een mondkapje, dan zal Paul uw wens respecteren en ook een mondkapje dragen.



SAMEN VERSLAAN WE CORONA

 Koninklijk Nederlands  
Genootschap voor Fysiotherapie  
De fysiotherapeuten van Nederland

## Update 21 december 2020

Minister President Rutte heeft tijdens zijn toespraak over de lockdown-maatregelen bekend gemaakt dat fysiotherapiepraktijken open kunnen blijven en kunnen doorgaan met het behandelen van patiënten tijdens de afgekondigde lockdown-periode.

Voor de duidelijkheid: fysiotherapie, en manuele therapie, vallen onder de zogenaamde medische contactberoepen, en dus niet onder de contactberoepen die als gevolg van de lockdown helaas hun deuren moeten sluiten.

**Voorafgaand aan elk fysiek consult worden de volgende vragen gesteld:**

- Heb je de afgelopen 24 uur of op dit moment één of meerdere van de volgende (milde) klachten: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak?
- Heb je op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Heb je het coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
- Heb je een huisgenoot/gezinslid met het coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heb je korter dan 10 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
- Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het coronavirus is vastgesteld?
- Ben je de afgelopen 10 dagen in een code oranje gebied op vakantie geweest?

Zijn alle vragen met Nee beantwoord, dan kan de behandeling gestart worden

## Veilig naar de fysiotherapeut

Zo doe je dat.



SAMEN VERSLAAN WE CORONA

## Update 14 oktober 2020

Naar aanleiding van de landelijke strengere maatregelen volg ik het advies op van KNGF, mijn beroepsvereniging, na overleg met ministerie van VWS: Vanaf heden draag ik bij elke patiënt weer een mondkapje en vraag ik ook aan mijn patiënten om zelf een mondkapje te dragen. Dit is in lijn met het dringende advies van het kabinet om in publieke binnenruimten een mondkapje te dragen, maar is ook een voorwaarde van mijn kant om behandeld te worden.

Het gebruik van mondkapjes is in het belang van de volksgezondheid en om de veiligheid van fysiotherapeut en patiënt te borgen.

Belangrijk om te weten:

- De paramedische zorg, fysiotherapie en manuele therapie in het bijzonder, levert een belangrijke bijdrage aan de kwaliteit van leven van een patiënt. Het is noodzakelijk om paramedische zorg ‘**veilig en verantwoord**’ te verlenen.
- Bij binnenkomst in de praktijk wordt u vriendelijk verzocht uw handen te desinfecteren met de aanwezige desinfectiegel.
- Voorafgaand aan de behandeling zullen u enkele vragen gesteld worden ivm. het coronavirus. (zie volgende blz.). Als alle vragen met nee beantwoord worden kunt u behandeld worden in de praktijk.
- Houd rekening met ‘social distancing’: geen handen schudden, probeer zo veel mogelijk 1,5 meter afstand te bewaren.
- Ook al bent u en uw fysiotherapeut vrij van corona-symptomen, blijft er altijd een risico op besmetting door het corona-virus.
- En nog maar een keer herhalen:  
Iedereen in heel Nederland met **één of meer symptomen moet thuis blijven**.

Voor uw informatie:

*Fysiotherapeuten behoren tot de paramedische contactberoepen.*

*In geval van het testbeleid en de regels voor quarantaine van de GGD, behoren fysiotherapeuten tot de groep **zorgmedewerkers buiten het ziekenhuis**.*

**Voorafgaand aan elk fysiek consult worden de volgende vragen gesteld:**

- Heb je de afgelopen 24 uur of op dit moment één of meerdere van de volgende (milde) klachten: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak?
- Heb je op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Heb je het coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
- Heb je een huisgenoot/gezinslid met het coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heb je korter dan 10 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
- Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het coronavirus is vastgesteld?
- Ben je de afgelopen 10 dagen in een code oranje gebied op vakantie geweest?

Zijn alle vragen met Nee beantwoord, dan kan de behandeling gestart worden.

## Veilig naar de fysiotherapeut

Zo doe je dat.



SAMEN VERSLAAN WE CORONA

# **Coronacrisis, praktijkinformatie en adviezen.**

**Update 18 augustus 2020**

## **Hoe ga ik om met mijn patiënten die op vakantie zijn geweest?**

Komende periode zullen er veel patiënten terugkeren van hun vakantie. Patiënten zijn ook buiten Nederland op vakantie geweest.

### **Reisadvies**

Bij een aantal landen wordt vakantiereizen afgeraden, hierbij is het reisadvies dan ‘oranje of rood’. De kleurcodes geven aan hoe veilig een land of gebied is, of in het land of het gebied een veiligheidsdreiging is. Op [Nederland wereldwijd](#) staat het advies per kleurcode toegelicht. Op deze site staat ook het actuele reisadvies per bestemming. De [reisadviezen zijn niet bindend](#). Code rood en oranje staan gelijk aan een negatief reisadvies.

### **Kun je een patiënt behandelen die op vakantie is geweest?**

Wanneer een patiënt terug is gekeerd uit een gebied met een ‘oranje’ of ‘rood’ reisadvies, valt deze tot twee weken na thuiskomst onder de categorie ‘rood’ in het triage stappenplan. Tot twee weken na thuiskomst kan reguliere paramedische zorg op afstand/digitaal plaatsvinden, er kan geen consult plaatsvinden in de paramedische praktijk of thuissituatie en alleen bij irreversibele schade kan een spoedconsult aan huis plaatsvinden met persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM).

Wanneer een patiënt terugkomt uit een gebied met een ‘geel’ reisadvies, valt deze onder de categorie ‘groen’ in het triage stappenplan. De behandeling kan ‘normaal’ plaatsvinden volgens het triage stappenplan.

Mocht het reisadvies tijdens het verblijf in het buitenland veranderd zijn van ‘geel’ naar ‘oranje’, dan dien je uit te gaan van code oranje en valt de patiënt tot 2 weken na thuiskomst onder categorie ‘rood’ in het triage stappenplan, ook als de patiënt geen symptomen van COVID-19 heeft. Als de patiënt na de 2 weken thuisquarantaine geen symptomen van COVID-19 heeft ontwikkeld kan de behandeling gestart of hervat volgens het triage stappenplan.

## Veelgestelde vragen

**Ik heb een patiënt met verkoudheidsklachten. In principe mag ik dan geen fysieke behandeling geven, maar nu heeft deze persoon zich onlangs laten testen op COVID-19. Hij blijkt het niet te hebben. Mag ik alsnog starten met de fysieke behandeling?**

Antwoord:

Ja, je mag deze persoon (weer) fysiek behandelen. Bij een negatieve testuitslag mag iedereen in het huishouden (inclusief degene met klachten) weer doen wat hij/zij normaal ook zou doen. Dus ook naar de fysiotherapeut. Ontstaan er na het testen nieuwe klachten of verergeren de bestaande klachten? Dan moet je patiënt thuisblijven en opnieuw het landelijke afsprakennummer coronatest bellen (0800-1202) voor een nieuwe test. [\(bron: RIVM\)](#)



SAMEN VERSLAAN WE CORONA

 Koninklijk Nederlands  
Genootschap voor Fysiotherapie  
De fysiotherapeuten van Nederland

## Update 1 juni 2020:

Veilig naar de fysiotherapeut. Dat doe je zo.

Vanaf 26 april ben ik voorzichtig op gaan schalen met het behandelen van patiënten in de praktijk.

Inmiddels loopt het aanbod weer gestaag door en weet ik goed met de maatregelen om te gaan.

Ik behandel wel onder omstandigheden die anders zijn dan je gewend bent. Ik maak nog steeds gebruik van een mondkapje.

Voel jij je prettig bij het dragen van een mondkapje, dan is dat prima.

En in de praktijk houdt iedereen zo veel mogelijk 1,5 meter afstand van elkaar. Vooral tijdens het wisselen van de patiënten in de wachtkamer zie ik er op toe dat e.e.a. correct verloopt.

Belangrijk is dat we ons samen houden aan de hygiëneregels:

- Geen handen schudden
- Neem je eigen handdoek mee
- Was je handen voor en na de afspraak (of gebruik de desinfecterende handgel)
- 1 persoon per therapeut
- Houd 1,5 meter afstand van andere patiënten
- Bij griep of andere luchtwegklachten kom je niet.  
Bij o.a. hooikoortsklachten: telefonisch overleg met Paul.
- Hoest en nies in je elleboog

Samen doen we er alles aan om verspreiding van het coronavirus te voorkomen.

Ik vertrouw op je begrip voor deze maatregelen en ben graag bereid om je spoedig te behandelen.

Een afspraak wordt zo snel mogelijk ingepland via de telefoon:

036 - 53 56 591.

Groet

Paul van der Hijden



SAMEN VERSLAAN WE CORONA

### **Update 26 april 2020:**

Het KNGF, mijn beroepsgroep, heeft in overleg met VWS en het RIVM, besloten dat het verantwoord is om de paramedische zorg in de 1<sup>e</sup> lijn (fysio- en manuele therapie) op te schalen tijdens de coronacrisis. De druk vanuit de patiënten en verwijzers neemt toe. Het is noodzakelijk om – veilig en verantwoord – weer te gaan opbouwen. In de fysiotherapiepraktijk moeten adequate maatregelen getroffen worden om voldoende afstand te houden in de 1,5 meter - samenleving.

In de loop van deze week zal de praktijk weer mondjesmaat open gaan voor de reguliere therapie.

Voor mijn praktijk betekent dit dat ik de algemeen geldende regels van het RIVM en VWS volg. Bij het herinrichten van de praktijk hanteer ik zoveel mogelijk de 1,5 meter regel.

De wachtkamer wordt alleen nog als doorgangsruijme gebruikt. Tijdschriften en speelgoed zijn verwijderd. Desinfectiemiddel is aanwezig.

Oefenzaal: maximaal 1 sporter.

Behandelkamer: maximaal 1 patiënt en therapeut.

Toilet: verzoek zo min mogelijk gebruik maken van het toilet.

De patiënt wordt verzocht:

- was en droog voor iedere behandeling/training de handen met zeep en droog de handen af met een papieren tissue.
- Zelf handdoek mee te brengen.
- Kom alleen! In beginsel mag u niet worden vergezeld door een partner of begeleider. Wachtend in de auto kan wel. Uitzondering is mogelijk, in overleg met Paul.
- Om minder dan 5 minuten voor de afspraak binnen te komen.
- **Heeft u 1 of meerdere symptomen van het coronavirus, komt u niet naar de praktijk, neem telefonisch contact op met Paul: 036-5356591.**
- Neem de algemene hygiënemaatregelen van het RIVM in acht!



## **Hygiënemaatregelen:**

**Neem de algemene hygiënemaatregelen van het RIVM in acht:  
de hand-, hoest-, en nies-hygiëne.**

**Schud geen handen.**

### **Zorg voor goede hygiënemaatregelen:**

- **Was je handen**
  - **20 seconden lang met water en zeep, daarna handen goed drogen.**
  - **Voordat je naar buiten gaat, als je weer thuis komt, als je je neus hebt gesnoten, natuurlijk voor het eten en nadat je naar de wc bent geweest.**
- **Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.**
- **Gebruik papieren zakdoekje om je neus te snuiten en gooi deze weg in een afgesloten prullenbak. Was daarna je handen.**
- **Schud geen handen.**
- **Houd 1,5 meter afstand (2 armlengtes) van anderen**
  - **Dit geldt voor iedereen: op straat, in winkels, met collega's, behalve thuis en binnen het gezin/huishouden.**
- **Voorkom contact tussen je handen en je gezicht.**

Advies:

Blijf nog steeds thuis, maar blijf in beweging!

Een wandeling of fietstocht in de omgeving mag wel. Blijf uw huiswerk oefeningen doen.

Bij thuiswerken: let op een goede werkhouding en regelmatig achter het beeldscherm vandaan.

Blijf volhouden en regelmatig de mondhoeken weer omhoog!!!

Groet

Paul van der Hijden

### **Update 2 april 2020:**

N.a.v. de persconferentie van het kabinet op dinsdag 31 maart, zijn alle hieronder aangegeven maatregelen verlengd tot en met 28 april a.s.. Hiermee ben ik verplicht deze maatregelen te volgen en volg ik ook de adviezen van mijn beroepsvereniging KNGF op:

Het KNGF kiest een veilige koers voor patiënt en fysiotherapeut, een koers die gebaseerd is op de RIVM-informatie. Zij benadrukken dat de inzet van fysiotherapie gebaseerd moet zijn op noodzakelijke zorg die geen uitstel verdraagt. Als face-to-face-behandeling nodig is, dan alleen als het onder veilige omstandigheden uitgevoerd kan worden.

Tegelijkertijd staat de beschikbaarheid van beschermingsmiddelen landelijk onder grote druk, wat kan leiden tot ongewenste situaties. Natuurlijk zijn er voorbeelden te noemen waarbij hulpverleners zonder persoonlijke beschermingsmiddelen toch face-to-face of hands-on contact maken, maar die situaties zijn niet wenselijk.

Samengevat baseert het KNGF zich zo goed mogelijk op de geldende inzichten van de overheid en het RIVM.

Voor mijn praktijk geldt nog steeds, indien blijkt uit telefonisch contact dat behandeling strikt noodzakelijk is, behandel ik u met een mondkapje en handschoenen. Oefensessies, 1 op 1 behandelingen, kunnen gewoon plaatsvinden in de praktijk. (op 1,5 mtr. afstand)

Let goed op uzelf, en op anderen!

Groet

Paul van der Hijden

### **Update 25 maart 2020:**

De update van gisteren was n.a.v. de uitspraak van de minister rondom de nieuwe maatregel voor paramedici: zoveel mogelijk via beeldbellen en alleen als het echt niet anders kan op indicatie van de arts.

Zowel de LHV, landelijke huisartsen vereniging, als mijn beroepsgroep KNGF werden hier enorm door verrast.

De LHV heeft daar gisteren meteen op gereageerd en aangegeven dat deze maatregel leidt tot overbelasting van de huisartsen. Zij doen een beroep op de fysiotherapeuten om op basis van hun eigen professionaliteit de juiste keuzes te maken.

Voor mijn praktijk betekent dit nog steeds dat ik één op één oefensessies wel kan geven, waarbij de 1,5 meter regel gerespecteerd moet worden.

En voor nieuwe patiënten: alleen na telefonische triage wordt wel of niet behandeld. E.e.a. is afhankelijk van antwoorden op de vragen: Is behandeling 'op afstand' mogelijk? Is direct starten van behandeling noodzakelijk? Is er een verhoogd risico op Corona?

De huidige situatie is voor iedereen onbekend terrein en verandert bijna dagelijks. Dit advies is afgestemd op de huidige situatie en de allerlaatste maatregelen van de overheid. Komen er nieuwe maatregelen, dan kan het zijn dat het advies weer moet worden aangepast.

Let goed op uzelf en op anderen!!!

Groet

Paul van der Hijden

### **Update 24 maart 2020:**

Na de persconferentie gegeven door het kabinet heeft mijn beroepsvereniging KNGF (en NVMT) de visie ten aanzien van het behandeladvies moeten aanscherpen, op basis van inzichten en signalen die zij afgelopen weekend ontvingen.

Signalen die er op wijzen dat het zeer goed mogelijk is dat mensen die (nog) geen symptomen vertonen, toch het virus kunnen overbrengen.

Per heden wordt elke fysiotherapeut opgeroepen afstand te houden van patiënten en in het geval van acute fysiotherapeutische zorg, die niet kan worden uitgesteld en waarvoor een face to face behandeling nodig is, daarover in overleg te gaan met de verwijzer van de patiënt.

De verwijzers beschikken veelal wel over de benodigde beschermingsmiddelen en kunnen indien nodig pijnstilling voorschrijven.

Voor mijn praktijk betekent dit dat ik een op een oefensessies wel kan geven, waarbij de 1,5 meter regel gerespecteerd moet worden.

Nieuwe patiënten kunnen alleen na telefonische triage wel of niet behandeld worden.

Let goed op uzelf, en op anderen!

Met vriendelijke groet,

Paul van der Hijden  
Fysio- en manuele therapeut