



Informatie voor fysiotherapeuten hoe veilig te werken met ME/cvs patiënten

Myalgische Encefalomyelitis (ME) / Chronisch vermoeidheidssyndroom (CVS)

is een multisysteemziekte met aanzienlijke functiebeperkingen tot gevolg. Het neurologische, musculoskeletale, cardiovasculaire, endocriene, gastro-intestinale en immuunsysteem kunnen getroffen zijn.

Belangrijkste kenmerk van ME/cvs: postexertionele malaise (PEM)

Nieuwe symptomen en/of verergering van huidige symptomen als reactie op inspanningsprikkels
(fysiek, cognitief, sensorisch en/of emotioneel)

Een fysiotherapeut kan iemand met ME/cvs in elke situatie treffen.
Elke fysiotherapeutische interventie kan PEM veroorzaken

Vraag	Uw patiënt naar zijn/haar PEM [bekende triggers / symptomen /wat hij/zij op dit moment kan]
--------------	--

Pas aan	uw sessie/behandeling om PEM te voorkomen
----------------	---

Monitor	de impact van uw inbreng op PEM [aanvang vaak vertraagd, gemiddeld 1-2 dagen]
----------------	--

Overweeg deze aanpassingen in uw praktijk

Omgeving	Vraag of verlichting, geluid of geur moeten worden aangepast in de kliniek. Bied indien mogelijk huisbezoek aan.
Positie patiënt	Voeten omhoog/liggend (in de wachtruimte en tijdens de sessie)
Tijd	Kortere beoordeling, rustpauzes aanbieden voor/tijdens/na de sessie
Communicatie	Verminder de cognitieve belasting (bv. kortere subjectieve beoordeling, verstrekken van schriftelijke informatie)
Beoordeling	Fysieke tests alleen indien nodig Gebruik objectieve markers, bv. hartslag
Manuele therapie	Let op sensorische triggers (verminder bv. de druk, vermijd geuroliën)
Oefening*	Is hij noodzakelijk? Wordt hij verdragen? (verminder bv. de intensiteit, de positie, de belasting, herhalingen)

*Oefening is geen behandeling voor ME/cvs en een risicotrigger voor PEM, maar kan geïndiceerd zijn voor niet-gerelateerde blessures/aandoeningen

Find us at www.physiosforme.com