



Fysiotherapeutisch beleid na ACDF

Door Zwaantje Pol, FT, MST



- Beleid neurochirurgische centra in Ned.
- Postoperatieve richtlijn MST
- Vervolg in 2013



13 Nederlandse neurochirurgische centra



Nederlandse neurochirurgische centra



Fysiotherapie
in de kliniek



Nederlandse neurochirurgische centra

Fysiotherapie in de kliniek



A map of the Netherlands is shown in green, with ten colored circles (yellow, white, and blue) indicating the locations of neurosurgical centers. To the right of the map is an icon of a hospital bed. The text 'Nederlandse neurochirurgische centra' is at the top, and 'Fysiotherapie in de kliniek' is below it. A logo of a person with arms raised is in the top right corner.

Nederlandse neurochirurgische centra

Fysiotherapie in de kliniek



A map of the Netherlands is shown in green, with ten colored circles (yellow, white, blue, and red) indicating the locations of neurosurgical centers. To the left of the map is an icon of a hospital bed. The text 'Nederlandse neurochirurgische centra' is at the top, and 'Fysiotherapie in de kliniek' is below it. A logo of a person with arms raised is in the top right corner.



Nederlandse neurochirurgische centra

Fysiotherapie post klinisch



A slide titled "Nederlandse neurochirurgische centra" (Dutch neurosurgical centers) with the subtitle "Fysiotherapie post klinisch" (Physiotherapy post-clinical). It features a logo in the top right corner depicting a person with a blue and yellow background. The main content is a green map of the Netherlands with several blue circles indicating the locations of neurosurgical centers. A cartoon character is running towards the map.

Nederlandse neurochirurgische centra



A slide titled "Nederlandse neurochirurgische centra" (Dutch neurosurgical centers). It features the same logo as the first slide in the top right corner. The main content is a green map of the Netherlands with several blue circles indicating the locations of neurosurgical centers. One circle in the southeast is highlighted with an orange ring.

MST



Fysiotherapie in de klinische fase



Dag van opname/operatie	– Patiënt is preoperatief niet gezien door fysiotherapeut
Dag 1 postoperatief/ dag van ontslag	<ul style="list-style-type: none"> – Verzamelen relevante gegevens uit medische status en inzien operatieverslag /check postoperatief beleid – Inventarisatie klachten en uitleg over nog bestaande klachten – Start oefentherapie (check transfers/lopen, eventueel gebruik loop-hulpmiddel en traplopen) – Bespreken leefregels /adviezen voor thuis

Leefregels en adviezen



- **Fase 1**
- Opbouw activiteiten op geleide van klachten
- Vermijden overmatige flexie en rotatie
- Reiken boven 90° vermijden
- Tillen beperken qua gewicht en frequentie
- Fietsen, autorijden en zwemmen na 3 weken
- 1^e zes weken geen belastende huishoudelijke activiteiten
-
-
-
-

Leefregels en adviezen



- **Fase 1:**
- Opbouw activiteiten op geleide van klachten
- Reiken boven 90° vermijden
- Vermijden overmatige flexie en rotatie
- Tillen beperken qua gewicht en frequentie
- Fietsen, autorijden en zwemmen na 3 weken
- 1^e zes weken geen belastende huishoudelijke activiteiten
- **Fase 2**
- Werkhervatting in overleg met de arts
-
-

Leefregels en adviezen



- **Fase 1:**
 - Opbouw activiteiten op geleide van klachten
 - Reiken boven 90° vermijden
 - Vermijden overmatige flexie en rotatie
 - Tillen beperken qua gewicht en frequentie
 - Fietsen, autorijden en zwemmen na 3 weken
 - 1^e zes weken geen belastende huishoudelijke activiteiten
- **Fase 2**
 - Werkhervatting in overleg met de arts
- **Fase 3**
 - Sporthervatting

Wanneer een arts bellen?



- Wondproblemen / koorts!
- Nieuwe neurologische uitval of verslechtering bekende uitval

Richtlijn NVVN m.b.t. fysiotherapie



- Standaard fysiotherapie niet noodzakelijk
- Bewegen binnen fysiologische grenzen
- Normaal bewegen
- Bij aanhoudende nekpijn na de operatie (zes weken) eventueel fysiotherapie

Fase 1a 0–3 weken na de operatie



Respecteren van de gevolgen van de operatie.
Pijn heeft een signaalfunctie.

Doel

- verminderen van pijn en inflammatie
- behoud van conditie van omliggende orgaansystemen (TWK, schouder en arm)
- verbeteren revalidatie inzicht van de patiënt.



Acties

- 10 dagen na ontslag check bij fysiotherapeut.
- De 1^e behandeling is oriënterend gericht
- Invulling van de fysiotherapeutische vervolgbehandeling is variabel en individueel gericht op de hulpvraag van de patiënt. *"Zorg op maat"*

Behandeling

- actief (functioneel) oefenen CWK /arm-handfunctie
- houding (spanning nek- schouder musculatuur) / ontspanning
- coaching / adviezen

Groene vlaggen voor overgang naar fase 1b



- pijn is in rust afwezig
- de operatiewond is goed belastbaar.
- de actieve ROM is $\pm 75\%$ van normaal
- voldoende coördinatie van de actieve ROM
- lopen is pijnvrij voor de nek

Fase 1b: 3-6 weken na de operatie



Opbouw activiteiten in de thuissituatie tot gewenst niveau

Fietsen, autorijden en zwemmen.

± 6 weken na ontslag uit het ziekenhuis controleafspraak bij de neurochirurg

Doel:

- normaliseren houdings- en bewegingscoördinatie, gericht op activiteiten in de thuissituatie
- normaliseren zelfvertrouwen
- uitbreiden (lichte) werkzaamheden in thuissituatie

Groene vlaggen voor overgang naar fase 2



- patiënt kan (lichte) werkzaamheden thuis pijnvrij uitvoeren
- voldoende inzicht in eigen mogelijkheden en beperkingen

Richtlijn NVVN t.a.v. werkhervatting



- Werkhervatting zodra de resterende postoperatieve klachten dit toelaten
- Afhankelijk van de te verrichten werkzaamheden.
- Geen uniforme regels
- Enige beperking ten aanzien van werk bestaat uiteindelijk niet.
- Zondig werkomgeving aanpassen
- Regelmatig wisselen van houding of van activiteit draagt bij aan een snellere volledige werkhervatting

Fase 2: 7-12 weken na de operatie



Vervolmaken van de optimale ROM
Herstel van spierfunctie, coördinatie en stabiliteit
Opbouw belasting en terugkeer naar werksituatie (belasting - belastbaarheid)
(opbouw van belasting is een geleidelijk proces)

Doel

- terugkeer naar normaal activiteitsniveau in ADL en werk

Acties

- uitbreiden activiteiten/oefentherapie van fase 1a en 1b met geleidelijke opbouw belasting

Groene vlaggen voor overgang naar fase 3



- optimale ROM
- goede spierkracht en coördinatie
- snelle nekbewegingen zijn mogelijk
- voldoende zelfvertrouwen patiënt
- voldoende inzicht in eigen mogelijkheden en beperkingen
- ongecompliceerd verloop van fase 2

Fase 3: 3–6 mnd. na de operatie



In deze fase ligt de focus op verdere opbouw belasting/conditie

Doel:

- terugkeer naar sport

Actie

- oefentherapie gericht op sport specifieke activiteiten

Patiënten met myelopathische verschijnselen



- Opname duur
- Herstel postoperatief
- Startmoment poliklinische fysiotherapie
- Fysiotherapeutische behandeling

Vervolg



- Start vanaf 1 januari 2013
- Ervaringen uitwisselen 1^e en 2^e lijn
- Nader uitwerken protocol
- Gebruik van vragenlijsten/meetinstrumenten



**Bedankt voor jullie
aandacht!**



Vragen?????