

## Zorg op afstand

# Revalideren met TeleFIT

De zorg in Nederland heeft in 2020 grote veranderingen doorgemaakt. Tijdens de coronacrisis hebben patiënten en zorgverleners noodgedwongen in korte tijd veel nieuwe ervaringen opgedaan met digitale zorg.<sup>1</sup> Videoconsulten, thuismonitoring en andere initiatieven gericht op zorg op afstand kwamen in sneltreinvaart van de grond. Welke ervaringen hebben ziekenhuisfysiotherapeuten opgedaan met zorg op afstand? Een interview met fysiotherapeut Renaldo Mooi en bewegingsagoog Rob Schepers, werkzaam in het Máxima Medisch Centrum in Eindhoven.

Tekst: Marleen Scholtens | Foto: Máxima Medisch Centrum

Hartpatiënten van het Máxima Medisch Centrum (MMC) kunnen sinds de eerste coronagolf vanuit huis revalideren dankzij TeleFIT, een programma ontwikkeld door het Vitaliteitscentrum van het MMC. Dankzij TeleFIT kunnen patiënten die aan de inclusiecriteria van het programma voldoen live en op afstand via een videoverbinding trainen onder begeleiding van een fysiotherapeut en bewegingsagoog van het ziekenhuis. Een voorbeeld dat goed laat zien hoe het coronavirus de inzet van e-health heeft versneld.

### Trainen op afstand

“Zelf staan wij twee keer per week, op een afgesproken tijd, de oefeningen te doen voor een camera”, vertelt Rob. “De patiënten zijn dan ingelogd en gedurende de training is er een mantelzorgverzorger bij de patiënt aanwezig”, voegt Renaldo toe. “Van tevoren hebben zij bloeddruk en hartslag gemeten en die gegevens via de chatfunctie van het portaal doorgegeven. Ook de verpleegkundig specialist is digitaal bij de training aanwezig. Als een patiënt bijvoorbeeld klachten of vragen heeft, kan de verpleegkundig specialist de patiënt in een soort break-out room apart nemen om één op één met

de patiënt te spreken. Wij kunnen dan gewoon verdergaan met de training.”

### Van fiets naar jumping jacks

Hoe vinden de patiënten het om te trainen met TeleFIT? “Van de 40 patiënten die tot nu toe via TeleFIT gerevalideerd hebben, is het merendeel verrast door de vooruitgang”, geeft Rob aan. “Wij kennen de andere vorm van hartrevalidatie, die van vóór corona, maar die kent de patiënt natuurlijk niet. Voor de patiënt is dit de training en we zien patiënten vooruitgaan.”

“We zien ook echt de voordelen van trainen op afstand”, licht Renaldo toe. “Dat patiënten bijvoorbeeld niet naar het ziekenhuis hoeven te komen, is heel fijn voor mensen die wat verder weg wonen. We hebben zelfs een revalidant gehad die tijdens de revalidatie in Polen zat! We zijn altijd gewend geweest om mensen fysiek te zien en daarbij te vertrouwen op de waarden en op hoe iemand zegt dat hij zich voelt. Deze digitale manier was wel even wennen, maar gaandeweg zie je: zo kan het ook. We waren bijvoorbeeld blij verrast dat iemand in plaats van op de fiets te trainen, nu jumping jacks in de woonkamer kon doen. Ook al is het digi-

taal, er is best wel een vinger aan de pols te houden.”

### Hoe nu verder?

“Je merkt aan patiënten dat ze deze manier van trainen ook als prettig ervaren”, gaat Rob verder. “Ik denk dat dit heel veel voordelen kan hebben, dus ik zie dit wel als een blijvertje. Of laten we zeggen: ik hóp dat het een blijvertje is.” “Ik denk ook dat TeleFIT reguliere zorg kan blijven”, voegt Renaldo toe. “Je moet om te kunnen starten wel het één en ander regelen met het team, maar ik denk dat we in de toekomst toch bepaalde zorg op afstand moeten blijven aanbieden. Of het nu TeleFIT of een combinatie van verschillende vormen van zorg op afstand is. Ik denk dat er in de toekomst meer mogelijk gaat zijn en dat we daar ook open voor moeten staan.”

*Lees het volledige interview met Renaldo en Rob op [nvzf.kngf2.nl](http://nvzf.kngf2.nl). Daar vind je ook de ervaringen van andere ziekenhuisfysiotherapeuten met zorg op afstand tijdens de coronapandemie.*



**Renaldo Mooi**, fysiotherapeut  
Máxima Medisch Centrum,  
Eindhoven

 [r.mooi@mmc.nl](mailto:r.mooi@mmc.nl)



**Rob Schepers**, bewegingsagoog  
Máxima Medisch Centrum,  
Eindhoven

 [r.schepers@mmc.nl](mailto:r.schepers@mmc.nl)



[www.kngf.nl/fysiopraxis](http://www.kngf.nl/fysiopraxis)