

Richtlijn Fysiotherapie bij ALS

Werkkaarten

Auteurs: J. ten Broek-Pastoor MSc., fysiotherapeut UMC St. Radboud, Nijmegen
J. Oudenaarden, MSc, ergotherapeut Reade, centrum voor revalidatie en reumatologie,
Amsterdam

Drs. S. Offeringa, logopedist, spraak-/taalpatholoog AMC, Amsterdam
Dr. M. van der Schaaf, senior onderzoeker AMC, Amsterdam. Projectleider Richtlijnen
project ALS Centrum Nederland

Correspondentieadres: info@als-centrum.nl

© 2012 ALS Centrum Nederland

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het ALS Centrum Nederland. Het ALS Centrum Nederland heeft als doel om de diagnostiek, zorg en therapie voor mensen met ALS in Nederland te optimaliseren/verbeteren en kennis en ervaring over ALS te verspreiden.



Richtlijn fysiotherapie bij ALS: inhoudsopgave werkkaarten

- Werkkaart 1 Diagnostisch proces: Anamnese.
- Werkkaart 2 Diagnostische proces: Onderzoek.
- Werkkaart 3 Therapeutisch proces: Aangrijpingspunten.
- Werkkaart 4 Behandelplan.

Diagnostisch Proces Werkkaart 1 Anamnese

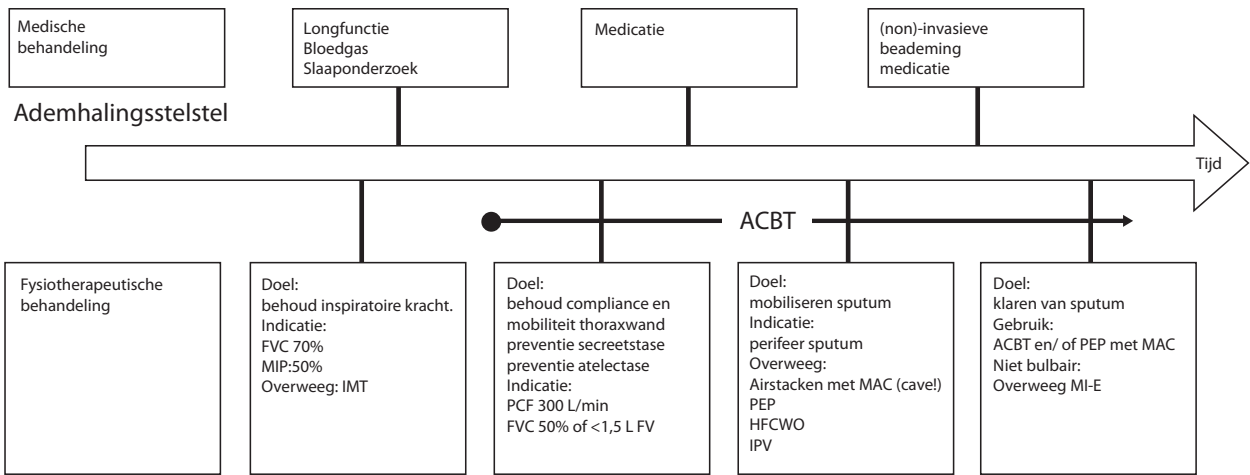
Hulpvraag en motivatie van de patiënt	
Aard en beloop van de ziekte	<i>duur sinds diagnose, aanvang klachten, ernst van het beloop</i>
Stoornissen in functies	<p>mentale functies: informatie via neuropsycholoog, ergotherapie, logopedie. Signalerende functie wat betreft verbale vloeiendheid, geheugen, taal, lagere psychomotore snelheid, executieve functies</p> <p>vestibulaire functies: balans</p> <p>pijn: <i>locatie pijn, houdingsgerelateerd, aard van de pijn, intensiteit van pijn, pijn als gevolg van, spierkrampen, spasticiteit, drukplekken, beperkte gewrichtsmobiliteit en spierzwakte.</i></p> <p>ademhaling: dyspoe, orthopneu, vermeerderde sputumproductie, problemen met ophoesten, ochtendhoofdpijn, onrustig slapen en vermoeidheid, beperkt uithoudingsvermogen</p> <p>vermoeidheid: aard en mate van ervaren vermoeidheid, vermoeden van hypoventilatie, vermoeidheid relatie met ADL (overleg ET)</p> <p>bewegingssysteem: mobiliteit gewrichten, kramp, spierverkortingen, spasticiteit, fasciculaties, spierkracht en gangpatroon.</p>
Beperkingen in activiteiten en participatie	<p>mobiliteit: handhaven en veranderen van lichaamshouding (inclusief bedmobiliteit), uitvoeren van transfers, dragen van iets of iemand, lopen, verplaatsen, gebruik van transportmiddelen en vallen</p> <p>zelfverzorging en huishouden: aankleden, eten, toiletgang</p> <p>valrisico: valincidenten en bijna vallen</p> <p>problemen met: <i>relaties, beroep en werk, maatschappelijk leven, recreatie en vrije tijd</i></p>
Overige factoren	<p><i>persoonsgebonden leefstijl, mening patiënt over gezondheidstoestand (coping),</i></p> <p>factoren: <i>verwachtingen patiënt, attitude, sociaal-culturele achtergrond,</i></p> <p>externe factoren: <i>ondersteuning en relaties; huisvesting, arbeid. Attitudes van de omgeving;</i></p>
Comorbiditeit	<i>decubitus, COPD, cardiale problematiek, longlijden (pneumonie)</i>
Behandeling	<i>huidige behandeling fysiotherapie en eerdere fysiotherapie</i>
Verwachtingen	<i>verwachtingen van de patiënt ten aanzien van functionele prognose; doel en verloop behandeling, behandelresultaat; behoefte aan informatie, adviezen en coaching</i>

Werkkaart 2 Onderzoek

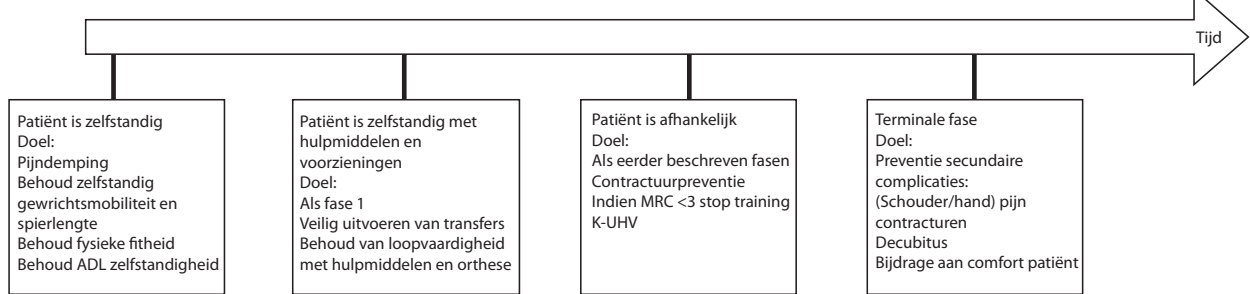


Werkkaart 3

Therapeutisch proces: aangrijpingspunten



Overige stoornissen in functie en Activiteiten en Participatie



Werkkaart 4 Behandelplan

Preventie	Doel	Strategie
Pijnklachten	Voorkomen van pijnklachten door beperkte gewrichtsmobiliteit krachtverlies en drukplekken	Instrueren en adviseren thuisoefenprogramma gericht op beweeglijkheid gewrichten en spierlengte. Het geven van houdings- en bewegingsadviezen gericht op het voorkomen van overbelasting van spieren ten gevolge van krachtverlies
Inactiviteit	Onderhouden dan wel verbeteren van conditie	Geven van informatie over het belang van bewegen, aërobe training en trainen van krachthoudingsvermogen van grote spiergroepen (indien MRC >3) en specifiek behoud inspiratoire spierkracht
Contracturen	Voorkomen van contracturen	Instrueren en adviseren thuisoefenprogramma gericht op beweeglijkheid gewrichten en spierlengte
Vallen	Verminderen of voorkomen van valincidenten	Inventariseer mogelijke valoorzaken; geven van informatie en voorlichting omtrent omgeving. Trainen van krachthoudingsvermogen (indien MRC >3). Aanleren valtechnieken. Inschakelen hulpmiddelen.
Pijn	Pijndemping	Adviezen en aanpassen van houding in bed, stoel of tijdens lopen. Actief oefenen, zonodig passieve mobilisaties, TENS. Massage en gebruik van hulpmiddelen (zie ook bij lichaamshouding)
Balans	Bevorderen balans	Oefenen van balans en coördinatie, indien mogelijk trainen krachthoudingsvermogen, adviseer hulpmiddelen/orthesen
Adempatroon en hoesttechnieken	Verbeteren adempatroon en optimaliseren hoesttechnieken	Instrueer ademhalingsoefeningen en hoesttechnieken(overleg LOGO)
Algemeen fysiek uithoudingsvermogen	Verbeteren of behoud fysiek uithoudingsvermogen en verminderen vermoeidheid	Trainen van fysiek uithoudingsvermogen door middel van aërobe training en kracht-uithoudingsvermogen
Mobiliteit gewrichten en spierlengte	Behoud range of motion van gewrichten	(Geleid) actief of passieve (langdurige) mobilisaties van gewrichten en passief op lengte brengen spieren. Positionering tijdens zitten en houding in bed
Gangpatroon en spieruithoudingsvermogen	Optimaliseren gangpatroon en spieruithoudingsvermogen	Verbeteren gangpatroon door instructie van hulpmiddelen en eventueel training van spieruithoudingsvermogen
Tonus	Reduceren hypertonie/spasticiteit	Matig intensief oefenprogramma en behoud spierlengte, eventueel hydrotherapie
Oedeem	Verminderen oedeem	Adviezen omtrent elevatie, wisselen van posities en bewegingsadvies
Lichaamshouding en bedmobiliteit	Veranderen lichaamshouding, handhaven adequate lichaamshouding	Oefenen van transfers, bedmobiliteit, geven van feedback en voorlichting gericht op normalisering lichaamshouding en inschakelen hulpmiddelen (eventueel in overleg met de ergotherapeut). Positionering tijdens zitten en houding in bed
Transfers	Volledige uitvoering van transfers	Oefenen van transfers met mantelzorg en gebruik van hulpmiddelen
Lopen	Verbeteren van het lopen	Intrainen orthesen en hulpmiddelen (onder andere rollator, stok, e.d.)