

Wat kunnen dokters nu doen aan post-covid?

Expertisecentrum



In sommige ziekenhuizen hebben ze een speciaal centrum waar artsen en andere mensen die kunnen helpen bij post-covid samenwerken om patiënten zo goed mogelijk te kunnen helpen. Daar willen ze veel kennis (expertise) verzamelen over post-covid. Daarom noemen ze zo'n centrum een expertisecentrum. Daar leren de artsen veel over wat wel en wat niet helpt. Er is te weinig geld om alle patiënten naar zo'n speciaal centrum te laten gaan. Daarom is het de bedoeling dat alles wat ze daar leren over behandelingen gedeeld wordt met artsen en andere hulpverleners die niet in die speciale centra werken zoals huisartsen en fysiotherapeuten.

Wat helpt al wel?

Post-covid kan dus nog niet worden genezen. Maar inmiddels is wel bekend dat bijvoorbeeld hele strakke kousen soms helpen om minder duizelig te zijn en minder moe te worden van rechtop staan. Of dat bepaalde medicijnen helpen voor mensen bij wie nadenken lastiger gaat dan voor ze post-covid kregen. Ook weten we dat het voor veel mensen met post-covid belangrijk is om hun energie heel goed te verdelen. Een ergotherapeut heeft goede manieren om heel precies te leren kijken waar je moe van wordt en hoe je activiteiten kan verdelen of de dag of de week zodat je minder moe wordt. Dat heet 'pacen' (spreek uit als pesen).

Zoektocht

Omdat er nog zoveel onbekend is proberen mensen ook zelf van alles uit. Behandelingen waarvan niet duidelijk is dat ze ook echt helpen. Dat is niet gek want soms zijn mensen wanhopig omdat ze zo ziek zijn en het zo lang duurt zonder dat duidelijk is wanneer ze iets vinden om post-covid wél te genezen.

Maar hoe ga je hier nou mee om?

Door post-covid wordt het leven van mensen vaak anders. Het is moeilijk als je dingen niet meer kan die je vroeger nog wel kon, zoals naar school gaan, sporten of werken. Praten met een psycholoog kan helpen om hiermee om te gaan. Ook kan het fijn zijn om ervaringen te delen met andere mensen met post-covid (lotgenoten).

