DE VRAGENDOKTER

Vragenronde
EEN

PostCovidNL



Is er al iets van een behandelrichtlijn?

- FMS-Richtlijn en NHG-Richtlijn Langdurige klachten na COVID-19
- Maart 2022
- Op dit moment in herziening
- Verwacht **Q3 2027**
- Tegen gelezen door oa PostCovid NL, Kinderen met longcovid, C-support

Waarom kan mijn huisarts niks met mijn probleem?

- Geen adequate richtlijn
- Opleiding: bewijs = pas iets doen
- Nascholing niet verplicht
- De druk laat het nauwelijks toe om nieuwe dingen te leren
- Bang om niet het juiste te doen en bang voor de Inspectie

- Dus: Probeer zelf zo goed mogelijk op de hoogte te zijn, deel info en probeer contact te houden met je huisarts en te informeren

Hoe zit het met de kennis en kunde vanuit de expertisecentra? Wanneer komt dit beschikbaar voor patiënten die daar niet terecht komen?

- Geen behandelingen met placebo dus wetenschappelijk lastig conclusie trekken
- 2027 jaar om kennis te delen
- Dat wil niet zeggen dat huisartsen opeens massaal off label medicatie gaan voorschrijven
- Nog steeds zinvol om aan te melden
- Ook politiek signaal!

Er werd meerdere keren gesproken over de ontstekingen die in het lichaam zouden zijn. Kun je dit ook in je bloed terug moeten zien? Dat je ontstekingswaarden verhoogd zijn? (1)

- Als wij testen op ontsteking testen we:
  - BSE (Bezinking)
  - CRP
  - Leukocyten

- De ontstekingen bij post-COVID zijn zogenaamde **laaggradige ontstekingen**. Deze zijn met deze reguliere testen niet aan te tonen.

Er werd meerdere keren gesproken over de ontstekingen die in het lichaam zouden zijn. Kun je dit ook in je bloed terug moeten zien? Dat je ontstekingswaarden verhoogd zijn?(2)

- In wetenschappelijk onderzoek worden deze aangetoond door:
  - Geavanceerde PET-scan
  - Immunologische profilering: in beeld brengen van activiteit in afweercellen
  - Biopten
- Alleen te kostbaar, te intensief of te zeldzaam om in de grote groep in te zetten

Doordat het virus ook op de eierstokken en teelballen kan zitten, heeft het invloed op je vruchtbaarheid?

- Vrouwen:
  - Door het dalen van progesteron:
    - Cyclus onregelmatiger
    - Lastiger om zwanger te worden of om zwanger te blijven
- Mannen:
  - Acute COVID infectie geeft minder beweeglijke spermacellen, lagere kwaliteit en lagere hoeveelheid

Kun je wat zeggen over zwangerschap?

- Persoonlijke ervaring: tijdens zwangerschap iets vaker minder klachten
- **Groter risico op zwangerschapsdiabetes en zwangerschapshypertensie**
- Groter risico op **vroeggeboorte** en **laag geboortegewicht** dan in de algemene bevolking
- Advies bevallen in het ziekenhuis oa omdat er dan **pijnstilling** voorhanden is. Pijn kan PEM en POST triggeren
- Zorg na de bevalling voor een **steunsysteem**!

Is hyperbare zuurstoftherapie een optie? (1)

- **100% zuurstof** inademen bij een druk die hoger is dan de normale omgevingsdruk.
- Door de verhoogde druk kan je lichaam ongeveer 12,5 x zoveel zuurstof opnemen als normaal
- Effect: **nieuwe bloedvaatjes groeien**, **pijnklachten verminderen** en **afweercellen beter werken**.
- Het is een intensieve behandeling die doorgaans bestaat uit 40 sessies van 2 uur, gedurende 8 weken.

Is hyperbare zuurstoftherapie een optie? (2)

- Israël, 73 patiënten
- Aanzienlijke verbetering
- Maar! Milde klachten én < 6 mnd ziek

- Systematisch review (2024)
  - Iets verbetering op vermoeidheid, cognitie, kwaliteit leven
  - Maar: kleine studie, heterogene populatie, onvoldoende power
- Belgische RCT (2025), 101 patiënten
- Geen significante effecten

Is hyperbare zuurstoftherapie een optie? (3)

- Conclusie: vooralsnog **niet aanbevolen**
- 8000 euro
- Kans op PEM

Waar kan ik me aanmelden voor onderzoek?



- Meld je aan: www.postcovidonderzoek.nl

PostCovidNL

DE VRAGENDOKTER

Zijn er meer mensen die last houden van ineens verkeerd ademen, en wie zou hier het best bij kunnen helpen?

- Ook wel disfunctioneel ademen
- Dit is een vorm van ontregeling van het autonome zenuwstelsel
- De ademhaling is hierbij dan onregelmatig en/of afwijkend qua diepte
- Ademhalingsoefeningen of logopedie
- Yoga/Meditatie/Mindfulness/Mind-body oefeningen

Als de darmflora een belangrijke rol speelt bij post-COVID, is er dan al eens onderzoek geweest met poeptransparantie (FMT)?

- GLOW trial (Australië)
  - 40 volwassenen met post-COVID
  - Vroege fase trial: dus kijken of het veilig en haalbaar is
  - Geen onderzoek naar effect nog

- LIMIT project (Expertise Centra)
  - 150 patiënten
  - 6 maanden synbiotica