

77 jarige man, alleenstaand, ex-vrouw, geen kinderen, benedenwoning.

**Medische voorgeschiedenis:**

Gewrichtklachten klinisch PMR okt 2014; wel goede reactie onder hogere dosis prednison, dus PMR

2. Hypertensie (White coat component) + enkel oedeem onder prednison; juli 2015 bleek patiënt niet prednison < 5 mg dd te verdragen

Overige problemen/diagnoses:

3. COPD Gold IV opname exacerbatie feb 2015

4. Benigne prostaat hypertrofie

5. Perifeer vaatlijden

6. Aortastenose en insufficiëntie; 2014: stabiel; klasse II /IV NYHA; geen tekenen hartfalen; aortavitium niet ernstig

7. Status na nicotine abuses

Heeft zuurstof thuis gebruikt deze niet.

Dhr heeft de grieprik gekregen en heeft onderhoud prednison 5 mgr

Gewicht van dhr is stabiel.

Hulp bij hhh activiteiten van ex vrouw zoals ramen lappen, bed opmaken.

Aanpassingen; douchestoel

Dhr wordt beperkt door kortademigheid, verminderde inspanningstolerantie, waarbij angst en paniek een rol spelen.

Dhr komt gemiddeld 4 dagen per week buiten zonder zuurstof.

2 jaar geleden fietste dhr nog naar Utrecht, 1 jaar geleden een rondje Amsterdam. Nu durft dhr niet meer (angst) en doet nu veel minder. Fietst wel op hometrainer thuis 15-30 min met de ramen open.

**Doel van dhr.** : meer naar buiten, meer bewegen (gezonder voor het lichaam), sterker voelen en meer doen, meer initiatieven nemen, vertrouwen opbouwen (kan ik dit wel?)

**Motivatie** : me weer mens te voelen

**Hulpvraag:** adviezen en raad

**Behandeldoel:** dyspneu verminderen, beïnvloedbare factoren onderzoeken, verbeteren kennis COPD, informatie over gebruik O2, verminderen van angst voor inspanning, verminderen sociaal isolement, spierkracht en inspanningstolerantie vergroten.

## Testen

6 minuten wandeltest zonder zuurstof suppletie

### Voor revalidatie:

401mtr , Start saturatie 91 % ,minimale Saturatie 86 %

Borg kortademigheid rust; 2 , inspanning 3

Borg vermoeidheid rust 0 , inspanning 0.5

208 sec <88%, HF gem 112.8

### Na revalidatie:

375 mtr , desaturatie, Start saturatie 91 % ,minimale Saturatie 86 %

Borg kortademigheid rust; 2, inspanning 3

Borg vermoeidheid rust 0 , inspanning 0 56sec<88%, HF gem 108

## CCQ

### Voor revalidatie:

### Einde revalidatie

Symptomen 2 Symptomen 1.25

Emoties 2 Emoties 1

Functioneel 2.5 Functioneel 2.5

**Opmerking:** significante verbetering

## CRQ

Voor revalidatie: Einde revalidatie

Dyspnoe 3.8 Dyspnoe 4.6

Vermoeidheid 4.8 Vermoeidheid 6.5

Emoties 4.7 Emoties 4.4

Beheersing 5.7 Beheersing 5.8

Totaal 4.6 Totaal 4.6

**Opmerking:** dyspnoe en vermoeidheid significant verbeterd.

#### HADS

Voor revalidatie:                      Einde revalidatie

Angst 7                                      Angst 4

Depressie 4                                Depressie 4

**Conclusie/ aandachtspunt: zie evaluatie (forceren, gebruik van borg)**

#### VVMI

Voor revalidatie:                      Einde revalidatie

BMI 21.5                                    BMI 22.1

Gewicht 68                                Gewicht 69.5

VVM in kg 48.8                            VVM in kg 49.4

Vetmassa in kg 19.2                      Vetmassa in kg 20.5

VVM-index 15.4                          VVM-index 15.6 gebruik drinkvoeding?

**Conclusies/ aandachtspunten: bij meer activiteiten voedingsintake verhogen en letten op eiwitname. Dhr gebruikt 1x pd bijvoeding.**

MIP 62.6%      6.21 kpa

#### Evaluatie:

O2 suppletie 1 ltr 24 uur voorschrift. Dhr heeft dit het meest nodig bij looptraining, balanstraining.

Sinds eind januari nieuwe draagbare O2 concentrator. Begrijpt nog niet helemaal gebruik van concentrator .

Spierkracht in de benen duidelijk vermindert voor revalidatie na revalidatie duidelijk verbeterd, balans vermindert. Blijft aandachtspunt is verbeterd.

Door lage belastbaarheid snel trainingsresultaat. Dhr zou mogelijk meer kunnen mobiliseren, maar houdt er nog een beetje de rem op.

Zelf geeft dhr aan bang te zijn om te forceren- kortademig te worden, te moeten pauzeren en wil graag doorlopen.

Doseren van activiteiten met pauzes besproken en dat je daardoor niet snel kan forceren. Koppeling met borgschaal gemaakt.

Dyspnoe borg: bij borg 2-3 is goed te bewegen, bij borg 4 moet dhr stoppen. Dhr heeft stappenteller en maakt 1000 stappen meer gem per dag tov voor revalidatie (3000 stappen).

