

Verwijzen naar paramedici

Paramedici die een belangrijke rol kunnen spelen voor een patiënt met astma zijn:

- Diëtist
- Fysiotherapeut
- Ergotherapeut
- Logopedist

Let op: Inzet van deze paramedici vallen niet onder ketenzorg astma.

Diëtist

Bij astma is het belangrijk om gezond te eten. Samen met voldoende bewegen, zorgt het namelijk voor een goede lichamelijke conditie en weerstand. Mensen met astma die een goede conditie hebben, voelen zich fitter, hoesten minder en hebben minder last van benauwdheid.

Obesitas is geassocieerd met een slechtere astma controle, verminderde reactie op corticosteroiden en verminderde luchtwegdiameter, zelfs na correctie voor longvolume. Gewichtsverlies kan leiden tot een betere mechanica van de ademhaling, verbetering van de longfunctieparameters, vermindering van het aantal exacerbaties en een vermindering in gebruik van orale corticosteroiden met als resultaat een betere kwaliteit van leven.

Voor mensen met overgewicht of obesitas is een gecombineerde leefstijlinterventie geïndiceerd. Klik [hier](#) voor meer informatie.

Patiënten met astma die ontstekingsremmers gebruiken hebben behoefte aan extra calcium en vitamine D omdat er vanwege bijwerkingen een groter risico bestaat op botontkalking.

In de basisverzekering is een vergoeding van 3 behandeluren per jaar opgenomen.

Fysiotherapeut

Veel mensen met astma zijn gebaat bij fysiotherapie om hun klachten onder controle te krijgen. Het kan voor velen een positieve invloed hebben op de kwaliteit van leven. Eén op de vijf mensen krijgt astma moeilijk onder controle. Medicijnen helpen wel, maar onvoldoende. Hyperventileren, vermoeidheid, minder bewegen, overgewicht en psychische problemen komen bij deze groep patiënten vaker voor.

Als iemand met astma de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) niet haalt door bijvoorbeeld aanhoudende (angst voor) dyspnoe en/of ADL activiteiten minder goed kan uitvoeren, kan zowel de fysiotherapeut als ergotherapeut begeleiding geven om weer grip te krijgen op hun astma en hun leven.

Tot op heden wordt fysiotherapie niet vergoed bij astmatische klachten, tenzij er sprake is van COPD.

Ergotherapeut

De impact op het dagelijks leven voor mensen met (instabiel) astma kan groot zijn. Het is dan zoeken naar een balans tussen zelfverzorging, ontspanning, productiviteit (werk, huishouden, studie) of mobiliteit. De ergotherapeut kijkt met aandacht voor de rollen die iemand vervult, normen en waarden, gewoonten en patronen naar een betekenisvolle interventie(s) die voor de patiënt belangrijk is.

Ergotherapie wordt 10 uur vanuit de basisverzekering vergoed.

Logopedist

Een logopedist kan mensen met astma helpen bij:

- het aanleren van een gezond stemgebruik
- aanleren van gecontroleerde ademhaling tijdens het spreken en tijdens astma-aanvallen.
- ademverdeling bij spreken
- het verminderen van chronische hoest.

Logopedisten werken in hun behandeling soms samen met fysiotherapeuten of oefentherapeuten.

Logopedie wordt op verwijzing volledig vergoed door de basisverzekering.