

## Longziekten

# Bronchoscopische longvolumereductie; informatie na ontslag

**Belangrijk:** Deze informatie neemt u mee naar uw fysiotherapeut!

U heeft een bronchoscopische longvolumereductie behandeling gehad in Amsterdam UMC, locatie VUmc. Er zijn ventielen in een longkwab geplaatst. Door het plaatsen van ventielen wordt de meest aangedane longkwab afgesloten. Hierdoor zal het volume van de long kleiner worden. Deze afname van het volume kan bij patiënten met emfyseem leiden tot een afname van de kortademigheid en verbetering van de longfunctie, het inspanningsvermogen en kwaliteit van leven.

### Complicaties gerelateerd aan de behandeling met ventielen

Als gevolg van de plaatsing van ventielen, is de verwachting dat de behandelde kwab kleiner gaat worden. Dit kleiner worden van de long kan gepaard gaan met pijn tijdens de ademhaling, een pijnlijk gevoel op de borst, hoestklachten en tijdelijk meer kortademigheid. De kortademigheid wordt veroorzaakt doordat de doorbloeding in de behandelde longkwab tijd nodig heeft om zich aan te passen aan de nieuwe situatie. Gemeten zuurstofwaarden kunnen daarom de eerste 4 weken iets lager zijn. Ook kan ten gevolge van het kleiner worden van de behandelkwab een klaplong ontstaan.

### Klaplong

Het risico op een klaplong is vrij groot (circa 20%). De klaplong ontstaat meestal binnen 3 dagen nadat de ventielen zijn geplaatst. Na deze periode loopt de kans op een klaplong af.

### Leefregels na ontslag

- De eerste week na ontslag uit het ziekenhuis moet u rustig aan doen. Wel in beweging blijven, maar probeer geen grenzen op te zoeken. Hoesten mag gewoon, echter mag er niet teveel kracht gezet worden. Probeer bij de toiletgang persen te voorkomen en wanneer u uw sokken of schoenen aantrekt raden wij aan om hierbij niet te bukken maar juist de voet op de andere knie te leggen. Hiermee vermijdt u drukverhogende momenten in de borstkas.
- U mag de eerste 4 weken geen zware dingen tillen (maximaal 5 kg) en geen zwaar huishoudelijk werk verrichten waarbij de armen zwaar belast worden. Denk hierbij aan ramen lappen, bedden verschonen, stofzuigen. U mag de eerste 4 weken niet fietsen omdat u hierbij drukverhogende momenten kunt krijgen bij bijvoorbeeld op- en afstappen, plotseling moeten remmen of harde tegenwind.

## Fysiotherapie/Sporten

Na één week na ontslag mag u bij uw fysiotherapeut uw training weer oppakken. Vermijdt de eerste 4 weken wel krachtoefeningen met de armen en schoudergordel en bouw dit hierna weer rustig op. Trainen maximaal op borgscore 11-12.

Oefeningen in deze eerste periode zijn vooral gericht op het onderhoud van mobiliteit, uithoudingvermogen en hierbij een juiste ademhaling (uitademen bij kracht zetten). Probeer persen te voorkomen bij oefeningen, zoals bijvoorbeeld de legpress of een squat beweging.

Training op een hometrainer of loopband is zeker wel mogelijk, houdt er rekening mee dat de gemeten zuurstof saturatie lager kan zijn dan voor de behandeling. Probeer vooral niet uw grenzen op te zoeken, dit kan een verergering van klachten geven. Naast de training is het gewenst om thuis dagelijks een wandeling (met rollator) te maken.

Na 4 weken mag u uw conditie verder proberen op te bouwen en weer rustig gaan starten met meer belastende oefeningen voor zowel de bovenste als de onderste extremiteit (trainen rondom borgscore 13).

## Longfunctie onderzoek

De eerste 6 weken na behandeling geen longfunctie onderzoek uitvoeren.

## Vragen?

Als u fysiotherapie gerelateerde vragen heeft dan kunt u contact opnemen met C. Merkx : [c.merkx@amsterdamumc.nl](mailto:c.merkx@amsterdamumc.nl) of telefoon 020 - 444 1180.

Voor overige vragen kunt u contact opnemen met M. van de Pol : [m.a.vandepol@amsterdamumc.nl](mailto:m.a.vandepol@amsterdamumc.nl) of bellen 020-5661285.

Zwaarte belasting	Borgscore
	6
zeer zeer licht	7
	8
zeer licht	9
	10
tamelijk licht	11
	12
redelijk zwaar	13
	14
zwaar	15
	16
zeer zwaar	17
	18
zeer zeer zwaar	19
maximaal	20