

Noodzaak combinatie diëtetiek en fysiotherapie na Covid-19

Diëtetiek en fysiotherapie zijn bij Covid-19 patiënten, ook voor patiënten die niet zijn opgenomen in het ziekenhuis, maar in thuisquarantaine zijn geweest van groot belang. Gewichtsverlies, vooral spiermassa verlies heeft een negatieve invloed op herstel. De ervaring die nu is opgedaan leert dat de patiënten tijdens de fase waarin Covid-19 actief was een slechte voedingsinname hebben, voedingstoestand snel achteruit gaat en veel spierverslies hebben. Dit verlies kan oplopen tot een ½ tot 1 kilo per dag op de IC. Dit geldt ook voor mensen met overgewicht/obesitas (sarcopene obesitas). Ondervoeding maar ook obesitas verhogen een risico op een ernstig verloop en de mate waarin de patiënt klachten heeft.

Naast slechte voedingstoestand en de klachten op longgebied, is er ook sprake van atypische klachten zoals misselijkheid, braken, diarree, hevige buikpijn, reuk- en smaakverlies, maagledigingsstoornissen en extreme vermoeidheid. Al deze facetten kunnen de voedingsstoffenbalans negatief beïnvloeden en hebben de juiste voedingszorg nodig. De behoefte aan eiwit, energie is in deze fase sterk verhoogd en er zal langdurig aandacht moeten zijn voor voeding en beweging. Voor een effectieve en optimale behandeling is de samenwerking tussen de fysiotherapeut en diëtist noodzakelijk. Deze behandeling voor patiënten met of na Covid-19 draagt bij aan opbouw van spiermassa en een gunstige lichaamssamenstelling. Het gezamenlijk opstellen en evalueren van de doelen is van essentieel belang.

Het reuk en smaakverlies ontstaat doordat het coronavirus effect heeft op het centrale zenuwstelsel. Als het reuk- en smaakverlies lang aanhoudt kan dat leiden tot een verminderde voedselinname met mogelijk gewichtsverlies en ondervoeding tot gevolg.

Na ontslag uit het ziekenhuis dient altijd een diëtist ingeschakeld te worden. Overweeg ook voor mensen die in thuisquarantaine zijn geweest, met milde klachten maar niet goed herstellen, een laagdrempelige verwijzing naar de diëtist voor diëtistisch onderzoek en -behandeling.

Diëtetiek en fysiotherapie dragen bij aan een goed gewicht met een gunstige lichaamssamenstelling c.q. opbouw van spiermassa.

Aandachtspunten:

- Screen op ondervoeding met de [Snaq 65+](#)
- Na de diagnose kan er sprake zijn van angsten/spanningen bij de patiënt of mantelzorger. Dit kan eventueel in de weg zitten om de adviezen rondom eten of bewegen op te pakken. Wees hierop alert, hierover in gesprek.

Meer informatie:

- [behandelplan van diëtist bij covid-19 na ontslag uit het ziekenhuis](#)