Nazorg na covid-19: hier moet je op letten

Cliënten in de wijk die covid-19 hebben gehad, hebben vaak specifieke nazorgbehoeftes. De restklachten lopen nogal uiteen, dus 'vergelijk cliënten niet met elkaar, er zijn enorme verschillen.'

tekst **Brenda Kluijver**

Ex-covid-19-patiënten in de wijk hebben – naast een medische hulpvraag op het gebied van restklachten en fysieke revalidatie – vooral behoefte aan psychosociale ondersteuning. Dat blijkt uit een onderzoek van Tranzo, GGD Hart voor Brabant en GGD Brabant Zuidoost in regio Noord-Brabant. Onzekerheid over herstel en toekomst, acceptatieproblemen omtrent gezondheidsverlies, stress om werk en inkomen, eenzaamheid en rouw komen volgens de onderzoekers veelvuldig voor.

In de steek gelaten

Volgens beleidsonderzoeker Theo Kuunders van GGD Hart voor Brabant is er een flinke kloof tussen het medische en sociale domein. 'Veel mensen, vooral ex-ic-patiënten en hun nabestaanden, uiten psychische klachten. Sommige ziekenhuizen bieden nazorg in de vorm van regelmatig telefonisch contact of zijn alert op het post-intensive-caresyndroom, maar veelal is er na ontslag niets meer voor patiënten. Zij missen ook een lijntje met de huisarts, sommigen voelen zich in de steek gelaten. Er is grote behoefte aan geruststelling en erkenning, weten dat iemand ze in de gaten houdt.'

Signalerende functie

Volgens Kuunders is het als (wijk)verpleegkundige dan ook belangrijk om

op psychosociaal vlak een signalerende functie te hebben. 'Wees je bewust van de mentale gevolgen die er kunnen zijn, vraag er actief naar. Vraag eens aan de cliënt welke ondersteuning hij zou kunnen gebruiken; betrek het sociaal netwerk erbij', adviseert de onderzoeker. 'De ggz heeft lange wachtlijsten, maar gebruik je kennis van de lokale sociale kaart om ook andere opties te benutten. In Noord-Brabant zijn er bijvoorbeeld lotgenotengroepen, Slachtofferhulp, coronapoli's bij ziekenhuizen en organisaties als IC-connect en C-support.'

Testuitslag

Ook C-support, dat een luisterend oor biedt aan ex-patiënten en nabestaanden, heeft een rapport uitgebracht over behoeften na de eerste coronagolf. Zij spreken eveneens van grote psychosociale nood, en vragen aandacht voor de mensen die in de eerste golf ziek zijn geworden, maar nooit een positieve test hebben gehad, omdat testen toen nog niet beschikbaar waren. Voor allerlei financiële en wettelijke ondersteuningsregelingen is echter nu bewijs nodig in de vorm van testuitslagen. Dat brengt mensen in grote problemen.

Zorg op maat

Daarnaast beschrijft C-support een scala aan medische klachten waarvoor

mensen behoefte hebben aan nazorg. Concentratie- en geheugenproblemen, overgevoeligheid voor geluid, niet ruiken en proeven, pijn op de borst, benauwdheid, onregelmatige pols, hoofdpijn, wazig zien en soms ook eczeem of vlekken op de huid.

Kuunders benadrukt dat, zoals uit het rapport van C-support en zijn eigen organisatie blijkt, maatwerk belangrijk is in de zorg voor een herstellende cliënt. 'Vergelijk de ene cliënt niet met de andere, we zien zulke enorme verschillen. Stimuleer een werkende cliënt om ook bij zijn arbo-arts en leidinggevende te vragen om maatwerk: voor velen is alleen dan reïntegreren haalbaar.'

Gezonde leefstijl

Daarnaast is het in deze tijden als wijkverpleegkundige extra belangrijk om aandacht te hebben voor een gezonde levensstijl, stelt Kuunders. 'Preventief, maar ook om het herstel te bespoedigen. Gewicht, voeding, beweging; het zijn thema's om zeker over in gesprek te gaan bij deze cliënten.'

En komt je cliënt na een opname naar huis met continue monitoring van vitale functies? 'Wees dan alert op onrust of toenemende onzekerheid; sommige mensen raken zo gefocust op de cijfertjes dat ze niet meer luisteren naar hun lichaam. En dat is nu juist zo belangrijk bij herstel.'