

## Zorgverlener tips

### **Aandacht voor werk is belangrijk, ook in de zorg**

Naast inkomen, biedt werk zingeving, sociale contacten, structuur aan de dag en toekomstperspectief. Zaken die van belang zijn voor iemands herstel. Daarom is werk(behoud) ook van belang voor iemands gezondheid. Arbeid als medicijn is dan ook een veelgebruikte uitspraak.

Een behandeling kan gevolgen hebben voor iemands werk. En andersom, het werk of aspecten van het werk kunnen gevolgen hebben voor (het effect van) de behandeling.

Om deze redenen is het van belang dat je weet wat voor werk je patiënt/cliënt doet en dat je rekening houdt met deze werkaspecten tijdens de behandeling en begeleiding. Ook bij post-COVID.

### **Multidisciplinaire richtlijn post-COVID, met aandacht voor werk**

De aandacht voor werk bij post-COVID komt terug in de module arbeid van de multidisciplinaire richtlijn 'Langdurige klachten na COVID-19'.<sup>23</sup> Ook steeds meer richtlijnen, handreikingen en leidraden rond post-COVID van afzonderlijke beroepsgroepen besteden aandacht aan werk. Cliënten/patiënten mogen om die reden ervan uitgaan dat je als zorgverlener in de behandeling en begeleiding handelt naar de meest recente inzichten vanuit het vakgebied rond post-COVID en werken met post-COVID.

### **Het werk zeer geleidelijk opbouwen**

Nog niet alles is bekend is over post-COVID en werk. Wel weten we dat de klachten na een COVID-infectie ernstig en langdurig kunnen zijn, met vaak een grillig verloop van herstel. De klachten hebben gevolgen voor het functioneren in het dagelijks leven en daarmee ook voor werk. Het risico bestaat dat je patiënt/cliënt over de eigen grenzen heen gaat als deze te hard van stapel loopt met werk. Met als mogelijk gevolg een periode van (langdurige) terugslag. Dat komt het herstel en het werk niet ten goede.

Het belangrijkste advies is dat je patiënt/cliënt het vooral in het begin rustig aan doet, de tijd neemt en het werk zeer langzaam opbouwt. Het is belangrijk dat jij, als zorgverlener, eventueel samen met andere in post-COVID en werk gespecialiseerd zorgverleners, de cliënt/patiënt ondersteunt bij dit proces. Omdat veel mensen met post-COVID graag weer aan het werk willen, zal je soms de cliënt/patiënt af moeten remmen.

Voor de meest recente inzichten rond werk, is er de informatie van de beroepsvereniging van bedrijfsartsen beschikbaar: [NVAB](#).

### **Afstemming met andere zorgverleners**

Post-COVID is een systeemziekte. Daarmee is het bij uitstek een ziektebeeld dat om multidisciplinaire samenwerking vraagt, en waar het werk betreft, om arbocuratieve samenwerking. Met toestemming van je patiënt/cliënt kun je de bedrijfsarts (bij werknemers in loondienst), de huisarts (bij zelfstandig werkenden) en andere zorgverleners informeren over de behandeling en waar nodig de diverse behandelingen op elkaar afstemmen. Het voorkomt dat je patiënt/cliënt mogelijk een opeenstapeling van adviezen krijgt of mogelijk tegenstrijdige adviezen. Dat is niet ondenkbaar: uit onderzoek blijkt dat een post-COVID patiënt jaarlijks met gemiddeld vier zorgverleners te maken heeft.<sup>7</sup>

### **Informatie over werk aan de patiënt/cliënt**

Als zorgverlener kun je je patiënt/cliënt de weg wijzen naar informatie en hulp rond werken met post-COVID. Wijs ze bijvoorbeeld op deze handreikingen en informatie over post-COVID en werk op betrouwbare websites. Stimuleer dat je patiënt/cliënt ook zelf op zoek gaat naar informatie.

### **Doorverwijzing naar werkgerichte hulp**

Als je merkt dat er problemen met het werk zijn, kijk dan of je de patiënt/cliënt eventueel kunt doorverwijzen. Achter in deze handreikingen staat een overzicht van hulp. Stimuleer dat je patiënt/cliënt ook zelf op zoek gaat naar hulp bij werkgerelateerde problemen.

### **Meer informatie en hulp:**

- Multidisciplinaire richtlijn: [FMS Richtlijndatabase COVID-19](#)
- Informatie over corona en COVID-19 van NVAB (bedrijfsartsen): [NVAB](#)
- Praktijkverhalen en tips van zorgverleners rond post-COVID en werk: [postcovidenwerk.nl](#)
- Overzicht van hulpmiddelen en informatie rond post-COVID voor zorgverleners: [werkcovid19.nl](#)
- Achterin vind je een overzicht van hulp bij post-COVID en werk

## Zorgverlener aandachtspunten

### **PEM**

Mensen met post-COVID geven aan dat sommige behandelingen niet goed uitpakken. Zoals in geval van het optreden van vermoeidheid en/of klachten na inspanning. Het gaat dan over post exertional malaise (PEM). Veel cliënten/patiënten kennen deze term niet en weten niet precies wat PEM inhoudt. C-support ontwikkelde handige informatie over PEM voor post-COVID patiënten: [wat is PEM?](#)

### **POTS**

Ook kunnen post-COVID patiënten te maken hebben met Postural Orthostatisch Tachycardie Syndroom (POTS). C-support heeft POTS in begrijpelijke taal uitgelegd in een factsheet voor patiënten met post-COVID: [wat is POTS?](#)

### **Cognitieve klachten**

Bij post-COVID gebruiken Arbo- en zorgprofessionals ook richtlijnen en inzichten van werken met hersenletsel. Een website met handige informatie voor patiënten en professionals is: [werkenmethersenletsel.nl](#).

### **Paramedische herstelzorg**

Niet alle patiënten zijn op de hoogte van de regeling Paramedische herstelzorg na COVID-19. Voor zelfstandig werkende patiënten/cliënten en bijvoorbeeld werkzoekende jongeren met post-COVID biedt de regeling een mogelijkheid om werkgerelateerde hulp te krijgen die anders niet vanzelfsprekend voorhanden is voor deze groep. De herstelzorg wordt vooralsnog tot 1 januari 2025 onder voorwaarden vergoed uit het basispakket. Voor meer informatie: [Zorginstituut Nederland](#).

### **Tien factoren die werkhervatting kunnen bevorderen of belemmeren**

Uit onderzoek volgen tien factoren die van belang zijn bij werkhervatting en werken met post-COVID.<sup>13</sup> Deze factoren zijn samengevoegd in werknemersprofielen. Deze profielen kunnen handig zijn om snel inzicht te krijgen in het werkhervattingsproces van je werkende cliënt/patiënt: [postcovidenwerk.nl](#).