



INSPIRATIEBROCHURE

WAT HOUDT LONGFYSIOTHERAPIE IN BIJ COPD EN CHRONISCHE BRONCHITIS?

Longfysiotherapie bij COPD en chronische bronchitis draait niet alleen om ademen, maar ook om conditie, spierkracht.

VAN HELDER INZICHT TOT ZORGVULDIGE UITVOERING

DE BELANGRIJKSTE INZICHTEN

Longfysiotherapie bij COPD en chronische bronchitis draait niet alleen om ademen, maar ook om conditie, spierkracht.



01

WAAROM LONGFYSIOTHERAPIE...

Veel mensen met COPD of chronische bronchitis komen in een bekende cirkel terecht. Door benauwdheid ga je minder bewegen.

02

WAT DOET EEN LONGFYSIOTHERAPEUT...

Bij longfysiotherapie wordt meestal gewerkt aan meerdere onderdelen tegelijk:
Conditie-opbouw, zodat inspanning minder snel benauwd maakt.

03

WAT KUN JE VERWACHTEN BIJ EEN INTAKE IN NUENEN

Een intake begint meestal met goed in kaart brengen waar je vooral last van hebt.

ONDERWERPEN UIT DE BROCHURE

WAAROM LONGFYSIOTHERAPIE

WAT DOET

WAT KUN JE VERWACHTEN

IS HET MEER DAN

VAN HELDER INZICHT TOT ZORGVULDIGE UITVOERING

EEN HELDERE AANPAK

Longfysiotherapie bij COPD en chronische bronchitis draait niet alleen om ademhalen, maar ook om conditie, spierkracht.



01

IS HET MEER DAN ADEMHALINGSOEFENINGEN

Ja. Ademhalingsoefeningen zijn vaak maar één deel van de behandeling.

02

CONDITIE TRAINEN

Conditietraining kan bestaan uit wandelen, fietsen of oefenen in een tempo dat bij jouw niveau past.

03

SPIERKRACHT OPBOUWEN

Sterkere spieren gebruiken zuurstof efficiënter.

04

ADEMHALINGSTECHNIEKEN

Denk aan rustig uitademen, het verminderen van hoog en gespannen ademen en het vinden van een ademritme dat past bij bewegen.

05

SLIJM OPHOESTEN BIJ COPD

Bij chronische bronchitis of COPD met veel slijmklachten kan de fysiotherapeut uitleg geven over houdingen.



DE VOLGENDE STAP

KLAAR VOOR MEER INZICHT?

- ✓ **Waarom longfysiotherapie vaak nodig is bij COPD**
- ✓ **Wat doet een longfysiotherapeut concreet**
- ✓ **Wat kun je verwachten bij een intake in Nuenen**

BEKIJK DE WEBSITE

www.fysiovankemenade.nl

Longfysiotherapie bij COPD en chronische bronchitis draait niet alleen om ademen, maar ook om conditie, spierkracht.