

## OPZETTEN COPD BEWEEGPROGRAMMA?

### Specifiek

#### **Wat** willen we bereiken?

Het opzetten van een COPD bewegprogramma en hiermee de kwaliteit van leven verbeteren voor COPD-ers goldklassen 1 en 2.

#### **Wie** zijn erbij betrokken?

Patiënten; COPD-ers goldklasse 1 en 2  
Huisartsen  
Fysiotherapeuten  
Praktijkondersteuners  
Eventueel sportartsen van Topsupport

#### **Waar** gaan we het doen?

Hof van Bethanië

#### **Wanneer** gebeurt het?

februari / maart 2011

Welke delen van de doelstelling zijn essentieel, zijn een **dwingende voorwaarde**

Voldoende motivatie bij de doelgroep.

#### **Waarom** willen we dit doel bereiken?

Momenteel wordt COPD hoofdzakelijk medicamenteus begeleid. Patiënten worden gemotiveerd om te gaan bewegen door de praktijkondersteuners. Patiënten krijgen echter nauwelijks concrete tools in handen. Daarnaast blijkt er een angst voor bewegen te bestaan.

Het opzetten van bewegprogramma's voor COPD zou een goede 'springplank' kunnen worden voor bewegprogramma's voor andere patiëntengroepen zoals diabetes, hartfalen.

Opzetten van dit bewegprogramma zou als 'springplank' kunnen dienen voor verdere samenwerking met andere disciplines zoals sportartsen, cardiologen en longartsen.

**Meetbaar** In maart 2011 moet de eerste COPD beweggroep functioneren.

**Acceptabel** Er is een groot draagvlak voor het opzetten van beweggroepen. Huisartsen, fysiotherapeuten PO-ers zijn enthousiast om te beginnen. In hoeverre er ook draagvlak is bij patiënten moet nog uitgewezen worden. Het draagvlak bij patiënten zal vooral gecreëerd moeten worden door de PO-ers en eventueel reclame (motiverend voorlichtingsmateriaal voor patiënten)

**Realistisch** Indien patiënten voldoende zijn gemotiveerd is het doel gemakkelijk haalbaar.

### Tijdgebonden

Geplande datum	Doen	Datum realisatie
Aug/Sept. 2010	Overleg sportartsen, bezoeken bewegprogramma's Topsupport	Aug/sept 2010
Okt/Nov 2010	Overleg fysiotherapeuten, huisartsen. Literatuuronderzoek. CBO richtlijnen, KNGF richtlijnen bestuderen. Inventariseren bij medecursisten Ontwerpen bewegprogramma met fysiotherapeuten naar aanleiding van richtlijnen	Okt 2010-febr 2011 Idem Jan/febr 2011
Dec/Jan. 2010	Draagvlak creëren bij patiënten. PO-ers en huisartsen bespreken tijdens regulier spreekuren patiënten aan. Ontwerpen foldermateriaal door FT en PO-er. Aanleveren adresbestanden door huisarts. Versturen uitnodigingen naar patiënten voor voorlichtingsavond. Maken powerpoint presentatie door FT, PO-er en HA	Dec 2010- Febr 2011 Febr 2011 Maart 2011
Maart 2011	Powerpointpresentatie FT en HA testen en bijschaven.	30 maart 2011
April 2011	Voorlichtingsavond voor patiënten	20 april 2011
Mei 2011	Inventariseren inschrijvingen. Samenstellen beweggroepen. Beweggroep kan doorgang vinden bij minimaal 6 inschrijvingen.	
Juni 2011	Start eerste beweggroep(-en). Training op locatie één tot tweemaal/week. Er wordt per patiënt een trainingsschema opgesteld. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de rapportage welk bij CIRO gehanteerd wordt.	Start eerste beweggroep(-en).

