



### **Sportarts geeft COVID-patiënt weer vertrouwen in herstel**

Eerste positieve resultaten zichtbaar jaar na start COFIT-poliklinieken

Bilthoven, 14 juni 2021 – Veel COVID-patiënten met langdurige klachten waren al minder fit dan gebruikelijk vóór COVID-19. Dat blijkt uit onderzoek van sportartsen in Nederland waarbij COVID-19-patiënten een inspanningstest ondergaan. Cruciaal in het herstel blijkt de vertaalslag van de inspanningstest naar een persoonlijk trainingsprogramma. COVID-patiënten zijn blij met de testanalyses en vertaling naar fysieke fitheid in de dagelijkse praktijk. Dat geeft (h)erkenning van de langdurige klachten, neemt onrust weg en geeft vertrouwen in herstel. Gerichte coaching op energieverdeling, training en juiste voeding draagt bij aan herstel en vooruitgang in conditie.

Direct na de eerste COVID-19-golf zijn sportartsen in Nederland gaan samenwerken in het zogeheten 'COFIT-onderzoek'. "Vanuit onze Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG) is het advies 'COVID-19: herstel fysieke fitheid' opgesteld", vertelt voorzitter en sportarts Tom Brandon. "Als sportartsen hebben we een landelijk register van inspanningstesten opgezet. Van de twintig sportmedische instellingen die COVID-patiënten zien in een CoFit-poli, doen er veertien mee aan dit COFIT-onderzoek. Nu een jaar later blijkt pas echt hoe nuttig dit is, gezien de hoeveelheid patiënten die op langere termijn nog steeds onbegrepen aanhoudende klachten hebben na COVID-19-besmetting."

#### **Inspanningsdiagnostiek**

De unieke aanpak van de sportarts als medisch specialist beweegzorg betreft de inspanningsdiagnostiek én vertaling daarvan naar trainingsprogramma's op maat. Er zijn inmiddels meer dan 1.000 mensen met langdurige COVID-klachten door sportartsen begeleid. Hiervan zijn circa 300 patiënten in het kader van hun behandeling binnen het COFIT-onderzoek getest. Alle patiënten binnen de COFIT-studie hebben een inspanningstest ondergaan en verschillende vragenlijsten ingevuld met betrekking tot hun fitheid voorafgaand aan de ziekte en met betrekking tot de huidige fitheid. De patiënten lijken vooraf al substantieel minder fit, afgezet tegen hun leeftijdsgenoten. Na COVID-19 heeft er vervolgens een forse conditiedaling plaatsgevonden.

**Meer informatie en het hele persbericht vindt u [hier](#).**

---

#### **Noot voor de redactie - Niet voor publicatie**

*Voor meer informatie over dit bericht, de CoFit-poliklinieken of het CoFit-onderzoek kunt u contact opnemen met:*

Kelley Post, sr. communicatieadviseur VSG – [kelleyp@sportgeneeskunde.com](mailto:kelleyp@sportgeneeskunde.com) of T 06 50575292

Harry van der Zaag, directeur VSG – [harry.vanderzaag@sporgeneeskunde.com](mailto:harry.vanderzaag@sporgeneeskunde.com) of T 06 13937840