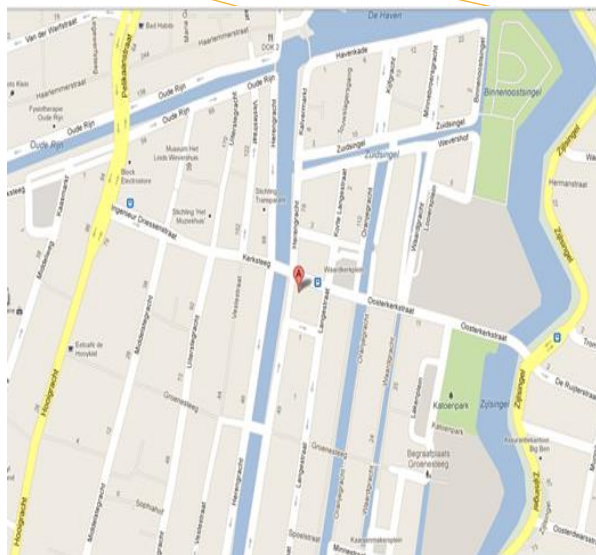


Locatie

SMC Rijnland is gevestigd binnen het gezondheidscentrum Leiden in de binnenstad op de hoek van de Herengracht en de Oosterkerkstraat. Het pand waar voorheen het arbeidsbureau in gevestigd was, is goed bereikbaar met het openbaarvervoer. Er is een bushalte pal voor de deur en parkeren is mogelijk op eigen terrein of aan de overkant waar een grote parkeerhaven is.



Informatie

Voor meer informatie over deze folder kunt u contact opnemen met SMC Rijnland. Het centrum voor iedereen met klachten of een chronische aandoening aan het bewegingsapparaat. Ons team bestaat uit professionals die gespecialiseerd zijn in het verbeteren én in stand houden van uw gezondheid.

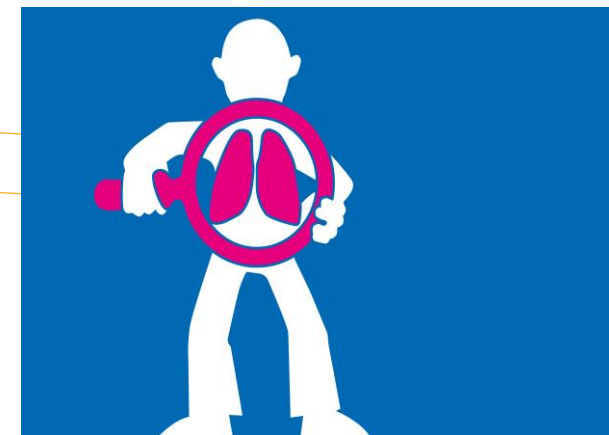


COPD

Voor meer informatie over COPD:

WWW.SMC-RIJNLAND.NL

Wij zijn een gecertificeerde:



T 071 - 341 1312

www.smc-rijnland.nl
E info@smc-rijnland.nl
Oosterkerkstraat 1
2315 SR Leiden

OLYMPISCH NETWERK
ZUID-HOLLAND
samen met NOC-NSF



Volg ons:



De praktijk waar u
centraal staat.

Wat is COPD?

COPD staat voor Chronic Obstructive Pulmonary Disease. Het is een verzamelnaam voor de luchtwegaandoeningen chronische bronchitis en longemfyseem. Bij deze aandoeningen werken je longen en luchtwegen niet meer zoals het hoort, omdat ze hun elasticiteit hebben verloren. Helaas blijft dat je hele leven zo, want COPD is niet te genezen: het is een chronische ziekte. Maar met de juiste behandeling en leefstijl kun je er wel goed mee leven.

COPD treedt meestal pas op latere leeftijd op, na je 40e. Veel mensen blijven te lang met hun klachten rondlopen, zonder naar de huisarts te gaan. 'Het zal wel door mijn leeftijd komen', is een veelgehoord argument. Maar als je niets doet, worden de klachten langzaam erger. Het is daarom belangrijk om al bij de eerste klachten je huisarts te bezoeken. Zo kun je er op tijd achter komen of je COPD hebt en kun je voorkomen dat het erger wordt.

Wat zijn de gevolgen?

Als je COPD hebt, gaat alles een stukje moeilijker. Je hebt veel last van benauwdheid. Het kan ook voorkomen dat je slijm opgeeft en veel moet hoesten. Je zult ook merken dat je alles wat rustiger aan moet doen. Je longen zijn onherstelbaar beschadigd. Daar kun je niets meer aan doen. Maar je kunt er wel voor zorgen dat de klachten niet erger worden. Bijvoorbeeld door te stoppen met roken, voldoende te bewegen en medicatie te gebruiken. Met de juiste behandeling en door je leefstijl aan te passen kun je nog veel bereiken met COPD.

Hoe COPD behandelen?

Probeer in een zo goed mogelijke conditie te blijven. Voldoende bewegen is voor iedereen goed, maar voor mensen met COPD onmisbaar. Door beweging raken uw spieren getraind en hebben ze geleidelijk minder zuurstof nodig. Dit zorgt ervoor dat u minder benauwd wordt. Bovendien is beweging goed tegen de bijwerkingen van bepaalde medicijnen, zoals corticosteroïden, die kunnen leiden tot zwakkere spieren en botontkalking.

Heb ik COPD?

Ontdek je COPD in een vroeg stadium, dan heb je de meeste kans om iets aan je klachten te doen. twijfel je of je COPD hebt? Veel voorkomende klachten zijn:

- Meerdere keren hoesten per dag
- Slijm ophoesten
- Snel buiten adem
- Benauwd na inspanning

Voor een echte diagnose ga je naar je huisarts. Je huisarts heeft speciale apparatuur en kan vaststellen of er echt sprake is van COPD

Vergoeding

Aan dit behandelprotocol kunt u deelnemen uitsluitend op verwijzing van uw huisarts of specialist. Deze behandeling wordt vergoed door een aantal zorgverzekeraars. Uw fysiotherapeut kan u hierover meer vertellen.

