



## Werkwijze verantwoord opschalen fysiotherapeutische zorg tijdens de coronacrisis 1 mei 2020.

Op 30 april 2020 heeft de beroepsgroep fysiotherapie groen licht gekregen van het RIVM en VWS om de fysiotherapeutische zorg tijdens de coronacrisis behoedzaam en stapsgewijs weer op te schalen. In dit document wordt de werkwijze beschreven van Palestra Fysiotherapie hoe wij onze zorg op een verantwoorde manier opschalen.

### TRIAGE

Bij het maken van een afspraak voor fysiotherapie wordt voor elk consult, zowel voor nieuwe patiënten als patiënten die al bij ons onder behandeling zijn, een telefonische of online triage gedaan volgens de laatste versie van onze beroepsvereniging het KNGF.

Tijdens deze triage worden de volgende vragen gesteld:

Heeft u een of meerdere van de volgende (ook milde!) symptomen:

- neusverkoudheid of hoesten of benauwdheid of koorts (vanaf 38°C)?
- Heeft u de afgelopen 24 uur klachten (COVID-19 symptomen) gehad?
- Heeft u huisgenoten/gezinsleden met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Is er bij uzelf of een huisgenoot/gezinslid in de afgelopen 14 dagen corona vastgesteld?

Indien op een of meerdere van bovenstaande vragen positief wordt geantwoord, dan zal de behandeling worden uitgesteld of op afstand worden uitgevoerd. Wanneer blijkt dat er risico bestaat dat er irreversibele achteruitgang is bij het uitblijven van behandeling, dan zal er in overleg worden gekeken of behandeling in de thuissituatie met het gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen mogelijk is.

Wanneer bovenstaande vragen negatief worden beantwoord, dan zal er in eerste instantie worden bekeken of zorg middels telefonische consulten, videobellen en/of e-health mogelijk is.

Indien verwacht wordt dat deze optie minder effectief is dan face 2 face behandeling, dan zal er een afspraak op de praktijk worden ingeplant.

Bij een consult op de praktijk zal er bij de deur nogmaals een triage worden uitgevoerd of de behandeling op dat moment mogelijk is.

### BEHANDELING OP DE PRAKTIJK

Indien behandeling op de praktijk uit de telefonische- en/of online triage mogelijk is gebleken, zal er, zoals boven is beschreven, bij de deur nogmaals een triage worden uitgevoerd of de behandeling op dat moment mogelijk is.

De patiënt wordt gevraagd om alleen naar de praktijk te komen en maximaal 5 minuten voor zijn/haar afspraak aanwezig te zijn om contact met andere mensen te minimaliseren. Daarnaast wordt de patiënt verzocht om de instructies van de fysiotherapeuten of personeel van de sportschool op te volgen. Binnen de fysiotherapiepraktijk en sportschool gelden de algemene hygiënemaatregelen.

Bij binnenkomst wordt de patiënt gevraagd de handen te desinfecteren middels de middelen die de fysiotherapeut ter beschikking stelt.

Als de patiënt nog even dient te wachten op zijn/haar afspraak, dan kan dat in de wachtruimte waar de stoelen op minimaal 1,5m afstand uit elkaar staan, of eventueel buiten.



Wanneer de patiënt wordt opgehaald richting de behandelkamer, zal de fysiotherapeut 1,5m afstand houden van de patiënt. Er zal maximaal één therapeut per behandelkamer aanwezig zijn.

In de behandelkamer zal zoveel mogelijk de 1,5m afstand regel worden toegepast. Bij hands on behandeling zal worden beoordeeld of het dragen van persoonlijke beschermende middelen nodig en/of gewenst is. Dit kan ook worden toegepast op verzoek van therapeut of patiënt.

Bij behandeling/begeleiding in de oefenzaal/fitnessruimte zal de therapeut minimaal 1,5m afstand houden van de patiënt. Wanneer ook andere mensen aanwezig zijn in de oefenzaal/fitnessruimte zullen deze voldoende afstand van elkaar houden.

Het personeel van de sportschool zal een looproute aangeven middels linten op de grond en daarnaast vakken aangeven waarbinnen je veilig kan staan en oefenen met voldoende afstand van anderen. Ook zullen er apparaten buiten werking worden gesteld om voldoende afstand te creëren zodat er veilig geoefend/getraind kan worden.

Na het consult wordt de patiënt verzocht nogmaals zijn/haar handen te desinfecteren en de praktijk/sportschool te verlaten.

### ALGEMENE HYGIËNEMAATREGELEN

Binnen de praktijk gelden strikte hygiënemaatregelen, welke door zowel de therapeut als de patiënt gevolgd moeten worden:

- Was je handen regelmatig
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
- Houd zoveel mogelijk 1,5 meter afstand
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Geen handen schudden
- Blijf thuis als je symptomen van COVID-19 hebt.

### PATIËNT

De patiënt wordt gevraagd zich aan onderstaande maatregelen te houden wanneer hij/zij een afspraak voor fysiotherapie heeft op de praktijk voor de veiligheid van zichzelf, de fysiotherapeuten en andere aanwezigen binnen de fysiotherapiepraktijk/sportschool:

- Bij symptomen van neusverkoudheid of hoesten of benauwdheid of koorts (vanaf 38°C), afgelopen 24 uur klachten (COVID-19 symptomen) gehad, huisgenoten/gezinsleden met koorts en/of benauwdheidsklachten en indien er bij de patiënt of een huisgenoot/gezinslid in de afgelopen 14 dagen corona vastgesteld, dient de patiënt naar de praktijk te bellen voor overleg en niet naar de praktijk te komen.
- De patiënt wordt gevraagd alleen naar de praktijk te komen
- Maximaal 5min voor de afspraak naar de praktijk te komen en bij binnenkomst zijn/haar handen te desinfecteren
- De patiënt wordt verzocht thuis naar het toilet te gaan en het gebruik van het toilet op de accommodatie te beperken
- Als de patiënt nog even dient te wachten op zijn/haar afspraak, dan kan dat in de wachtruimte waar de stoelen op minimaal 1,5m afstand uit elkaar staan, of eventueel buiten.
- De patiënt wordt verzocht om de instructies van de fysiotherapeuten of personeel van de sportschool op te volgen



- De patiënt wordt verzocht de algemene hygiënemaatregelen te hanteren
- De patiënt wordt gevraagd de 1,5m afstand regel zo goed mogelijk na te streven
- De patiënt wordt gevraagd 2 handdoeken (een grote badlaken en handdoek) mee te nemen naar de praktijk
- Aangezien het niet mogelijk gebruik te maken van kleedkamers en douches, wordt de patiënt gevraagd bij training al omgekleed naar de praktijk te komen en alleen de binnenschoenen aan te trekken in de praktijk
- De patiënt wordt verzocht de aangegeven looproutes door het personeel van de sportschool te volgen
- De patiënt wordt verzocht in de oefenzaal 1,5m afstand houden en direct na gebruik gebruikte materiaal schoonmaken en gebruikte schoonmaakdoekjes in de daarvoor bestemde prullenbakken te deponeren. Max 1 persoon per 10m<sup>2</sup> in de fitnesszaal
- Prullenbakken mogen alleen worden gebruikt voor gebruikte desinfectiedoekjes, eigen afval neemt de patiënt mee naar huis.
- De patiënt mag geen eten/drinken meenemen naar de praktijk
- De patiënt wordt verzocht direct na het consult zijn/haar handen te desinfecteren en onze accommodatie te verlaten

## FYSIOTHERAPEUT

- Bij het maken van een afspraak voor fysiotherapie wordt voor elk consult, zowel voor nieuwe patiënten als patiënten die al bij ons onder behandeling zijn, een telefonische of online triage gedaan volgens de laatste versie van onze beroepsvereniging het KNGF.
- Indien na telefonische of online triage behandeling op de praktijk mogelijk en wenselijk is, zal er bij de deur nogmaals een triage worden uitgevoerd of de behandeling op dat moment mogelijk is.
- Leg aan de patiënt de regels/protocollen uit hoe wij op dit moment handelen en welke maatregelen gelden. Vraag de patiënt om de instructies van de fysiotherapeuten of personeel van de sportschool op te volgen en spreek patiënten aan op hun gedrag indien nodig.
- Vraag de patiënt bij binnenkomst zijn/haar handen te desinfecteren en beschikbare middelen
- Werk exact op tijd zodat patiënten elkaar niet treffen en plan kort tijd in voor schoonmaak kamers/materiaal
- Wanneer de patiënt nog even moet wachten op de afspraak, vraag aan de patiënt om plaats te nemen in de wachtruimte en zorg dat stoelen 1,5m afstand van elkaar hebben. De patiënt kan eventueel ook even buiten wachten als deze dat wenst.
- Wanneer de therapeut de patiënt ophaalt houdt deze minimaal 1,5m afstand en in de behandelkamer geldt 1 therapeut per kamer met alleen de patiënt.
- Volg de aangegeven looproutes door het personeel van de sportschool en instrueer de patiënt ook dit te volgen
- De therapeut houdt binnen de behandelkamer zoveel mogelijk 1,5m afstand van de patiënt.
- Bij hands on behandeling zal na de triage worden bekeken of gebruik van beschermende middelen nodig en/of wenselijk is. Zet PBM niet meer in dan nodig, maar niet minder dan noodzakelijk volg hierbij de richtlijn van het RIVM.
- Houd de frequentie van face-to-face behandelen zo laag mogelijk, combineer als dit mogelijk is met behandeling op afstand middels telefonische consulten, videobellen en e-health



- Verzoek de patiënt om de instructies van de fysiotherapeuten of personeel van de sportschool op te volgen
- Maak geen gebruik van hoeslakens en handdoeken, laat de patiënt zelf 2 handdoeken meenemen
- Stop de behandeling direct als een patiënt alsnog symptomen van COVID-19 heeft
- De therapeut wordt verzocht de algemene hygiënemaatregelen te hanteren, zoals hierboven is beschreven. Zowel voor als na het consult/behandeling zal de therapeut de handen wassen, de behandelbank, deurkrukken en gebruikte materiaal schoonmaken.
- Gebruik een open, of met de voet te bedienen, afvalbak met zak en deponeer daar de gebruikte desinfectiedoekjes, mondkapjes en handschoenen in en leegt deze regelmatig (5x per dag)
- De therapeut draagt professionele kleding en trek iedere dag schone kleren aan
- Gebruik het toilet zo min mogelijk
- In oefenzaal 1,5m afstand houden en direct na gebruik gebruikte materiaal schoonmaken. Max 1 persoon per 10m<sup>2</sup> in de fitnesszaal
- Houdt bij het maken van een afspraak rekening met agenda's van de collega's en met de bezetting en tijden van de behandelkamers en oefenruimtes.
- Spreek met cliënten af dat er niet getraind kan worden zonder afspraak
- Verzoek de patiënt direct na het consult zijn/haar handen te desinfecteren en onze accommodatie te verlaten

## ORGANISATIE PRAKTIJK

De praktijk wordt zo ingericht en organisatorische maatregelen zijn van toepassing om zo veilig en hygiënisch mogelijk te kunnen werken binnen de praktijk.

### De ruimtes

#### Behandelkamer

- Het is in de behandelkamer niet altijd goed mogelijk om de 1,5 meter regel in acht te nemen: probeer daar wel zoveel mogelijk naar te streven
- Maximaal 2 personen in behandelkamer
- Onderzoek, wanneer mogelijk, in stilte: een onderzoek in stilte vermindert de kans op COVID-19 verspreiding via aerosolen omdat onderzoeker en patiënt niet spreken
- De stoel van patiënt staat 1,5 meter bij het bureau vandaan, mogelijk aangegeven door tape op de vloer
- Hoeslakens en handdoeken zijn verwijderd uit de behandelkamer en de patiënt dient zelf handdoeken mee te nemen
- Na elk consult worden de behandelkamer en gebruikte materiaal schoongemaakt en de gebruikte desinfectiedoekjes, mondkapjes en handschoenen dienen in de daarvoor bestemde afval bak te worden gedeponeerd en deze wordt regelmatig geleegd (5x per dag)

#### Oefenzaal/Fitnesszaal:

- In oefenzaal 1,5m afstand houden en direct na gebruik gebruikte materiaal schoonmaken en de gebruikte desinfectiedoekjes en eventueel ander gebruikte schoonmaakmiddelen dienen in de daarvoor bestemde afval bak te worden gedeponeerd en deze wordt regelmatig geleegd. Max 1 persoon per 10m<sup>2</sup> in de fitnesszaal



- Volg de aangegeven looproutes door het personeel van de sportschool, welke zijn aangegeven middels tape op de vloeren, en instrueer de patiënt ook dit te volgen
- Ook zullen er apparaten buiten werking worden gesteld om voldoende afstand te creëren zodat er veilig geoefend/getraind kan worden.
- De patiënt wordt verzocht om de instructies van de fysiotherapeuten of personeel van de sportschool op te volgen

#### Toilet/kleedkamers

- De toiletten zijn beperkt beschikbaar en deze worden zo min mogelijk gebruikt
- Het gebruik van de kleedkamers en douches is niet mogelijk, patiënten dienen al omgekleed naar de praktijk te komen

#### Wachtruimte/receptie

- Aangezien de praktijk geen eigen wachtruimte heeft en gebruik maakt van de wachtruimte/receptie van de sportschool dienen de instructies van het personeel van de sportschool en/of de fysiotherapeuten opgevolgd te worden.
- Als de patiënt nog even dient te wachten op zijn/haar afspraak, dan kan dat in deze wachtruimte waar de stoelen op minimaal 1,5m afstand uit elkaar staan, of eventueel buiten of in de auto.
- Er zal door het personeel van de sportschool een looproute middels tape op de vloeren worden aangegeven welke gevolgd dient te worden

#### Algemeen

- De therapeuten beginnen op verschillende starttijden, zodat patiënten elkaar zo min mogelijk kunnen treffen. De starttijden en kamerbezetting is gedocumenteerd in het document kamerbezetting.
- De therapeuten werken in principe in hun 'eigen' behandelkamer en er zal worden geprobeerd zo min mogelijk van kamer te wisselen
- Werk exact op tijd zodat patiënten elkaar niet treffen
- In de praktijk mag een patiënt in beginsel niet worden vergezeld door een partner of begeleider. Uitzondering kan gemaakt worden voor bijvoorbeeld kindfysiotherapie of taalproblemen. Indien toch noodzakelijk: hanteer dan de 1,5 meter afstand
- De patiënt komt maximaal 5 minuten voor de afspraak naar de praktijk
- Bij behandeling in de thuissituatie is er in beginsel, naast de patiënt, niemand in de ruimte aanwezig zijn. Indien noodzakelijk hanteer de 1,5 meter afstand
- Plan kwetsbare ouderen of huisbezoeken aan het einde van de dag
- Patiënten kunnen niet zelfstandig trainen in de oefenruimtes
- Wanneer behandeling op afstand kan middels telefonisch consulten, videobellen of e-health heeft dat de voorkeur
- Bij face 2 face behandeling wordt zoveel mogelijk de 1,5m afstand regel gehanteerd
- Indien nodig of gewenst kan er gebruik worden gemaakt van persoonlijke beschermingsmiddelen, die worden voorzien door de praktijkeigenaar
- Desinfecterende middelen worden beschikbaar gesteld door de praktijk en/of de sportschool
- Bij intern overleg dient ten allertijden 1,5m afstand regel toegepast te worden en indien mogelijk vindt overleg middels videobellen plaats. Dit geldt ook voor extern overleg.