

Leidsch Dagblad



Maatwerk bij long covid

Geen zieketwet voor Fatima door succesvolle fysiotherapie

CONFLICT

'Blijf bij afspraken Energiepark'

Het experiment met vergaande inspraak bij de bouwplannen rond de Leidse energiecentrale moet worden **voortgezet**. Daar dringt de oppositie in de gemeenteraad op aan. Tussen het stadsbestuur en Participatieplatform Energiepark is een conflict ontstaan over de wijze van zeggenschap.

→ REGIO 1

Beheerder Tennet gaat 160 miljard euro investeren

Zeker tien jaar vol stroomnet

Van onze verslaggevers

Amsterdam ■ Nederland heeft zeker de komende tien jaar nog te maken met een overvol stroomnet. Dat zegt operationeel directeur Maarten Abbenhuis van hoogspanningsnetbeheerder Tennet. „We weten wat het probleem is, we weten wat we moeten bouwen om het op te lossen, maar we kunnen niet beloven dat het morgen al klaar is.”

Overal in Nederland is het elektriciteitsnet problematisch maar vooral de provincies Gelderland, Flevoland, Utrecht en de stad Rotterdam lopen een verhoogd risico op netcongestie, schrijft Tennet in zijn jaarverslag. Het aantal aanvragen om aangesloten te worden op het net is een stuk hoger dan het bedrijf aankant. Zo is er praktisch gezien geen ruimte voor nieuwe klanten.

Marathon

De energietransitie en het uiteindelijke doel van een klimaatneutraal stroomnet in 2045 moeten volgens het bestuur van Tennet worden gezien als een marathon, met sprints tussendoor. Om die versnelling in te zetten gaat de netbeheerder de ko-

mende tien jaar 160 miljard euro investeren. Afgelopen jaar investeerde het bedrijf met 7,7 miljard euro al meer dan ooit.

Het gebrek aan stroom heeft vooral gevolgen voor bedrijven. Die kunnen niet het vermogen krijgen dat zij nodig hebben. Om de groeiende vraag naar elektriciteit aan te pakken, richten netbeheerders zich op het versneld bouwen van elektriciteitsstations en het uitbreiden van het kabelnetwerk.

Netbeheerders waarschuwen al langer dat het elektriciteitsnet in Nederland de massale overstap naar zonnepanelen niet aankant. Door de energietransitie en de grotere vraag naar elektriciteit bij bedrijven, doordat ze moeten overstappen van gas

naar stroom, loopt het net in steeds meer gebieden in het land vol.

Om een deel van de benodigde investeringen te financieren wil Tennet af van zijn Duitse bezittingen. Het bedrijf heeft het afgelopen jaar naar eigen zeggen 'constructieve gesprekken' gevoerd met staatsinvesteringbank KfW, die optreedt namens de Duitse staat.

Overeenkomst

Persbureau Bloomberg meldde zondag op basis van ingewijden al dat Nederland en Duitsland dicht bij een overeenkomst zijn. De Nederlandse staat is nu nog de enige aandeelhouder van Tennet. De deal zou een waarde hebben van 22 miljard euro.

Het demissionaire kabinet stelde begin dit jaar nog een lening beschikbaar van in totaal 25 miljard euro voor 2024 en 2025. Het gaat om een overbruggingslening: Tennet heeft geld nodig totdat de Duitse tak aan Duitsland is verkocht. Met het geld kan de netbeheerder naar eigen zeggen blijven investeren in de elektriciteitsnetten van zowel Nederland als Duitsland.

→ Voorop 4: Tennet investeert miljarden euro's in het net

PRIJSUITREIKING

Oscar voor Van Hoytema

Na elf jaar gaat de belangrijkste **filmprijs** weer naar een Nederlander. Hoyte van Hoytema scoorde met zijn camerawerk voor de film 'Oppenheimer'.

→ Voorop 10-11



VERRASSEND BIJEFFECT

Behandeling van extreme hoofdpijn met botoxprik

Twee artsen claimen mooie **resultaten** van botoxprikken bij patiënten met erge hoofdpijn

→ Wozes 14-15



W 4
7/11

NIUWSBRIEVEN
DE HELE DAG OP DE HOOGTE
LEIDSCHDAGBLAD.NL/NIUWSBRIEVEN

REDACTIE
REDACTIE@LEIDSCHDAGBLAD.NL

ABONNEMENTS/VRAGEN
KLANTENSERVICE
MIJN.LEIDSCHDAGBLAD.NL

PRIJS MA/VR € 3,89
NUMMER 49645

8 710404 600011

INTERVIEW Fysiotherapie op maat voor patiënten met long covid

Geen ziektewet voor Fatima

Twee keer kreeg Fatima corona maar de tweede keer bleef ze maar moe. Ze had long covid en kwam niet van haar klachten af.



Annalaura Molducci
 a.molducci@metahuis.nl

Leiden ■ „Ik ging naar de huisarts en die zei dat ik long covid had en dat er niet zoveel aan te doen was. Toen ik mijn heil zocht in alternatieve therapie zoals acupunctuur stuurden ze me weg want ze konden me niet helpen. Ik was echt bang om in de ziektewet te belanden”, zegt Fatima, die niet moet denken aan stoppen met werken.

Fatima is een gefingeerde naam. Ze wil niet met haar echte naam in de krant omdat ze een eigen bedrijf heeft en half Leiden haar kent. Ze is bang dat werkgevers haar dan niet meer willen inschakelen in de zorg. Ze wil wel graag vertellen hoe goed ze is geholpen door de fysiotherapie op maat van Martin Keesenberg, voorzitter van de vereniging Fysiotherapie en Wetenschap, fysiotherapeut, klinisch gezondheidswetenschapper en eigenaar van Corpus Mentis, Centrum voor Fysiotherapie & Wet.

Richtlijnen

Corpus Mentis dat staat voor lichaam van de geest, zit in de Herenstraat 39 in Leiden. De praktijk is een lange pijpenla met achter een riante ruimte waar een paar lichtkoepels voor een zee aan licht zorgen. Keesenberg heeft aan landelijke richtlijnen voor behandeling van patiënten met long covid gewerkt, hij behandelt ook patiënten die op de intensive care hebben gelegen.

Hij krijgt iedereen weer gezond, ook al duurt het soms geruime tijd. Dat wil niet zeggen dat hij alle long covidpatiënten kan genezen. Degeenen die bij hem in zijn praktijk kwamen heeft hij wel kunnen begeleiden naar een beter bestaan.

De behandeling van Keesenberg is heel anders dan andere therapieën: „Toen Fatima hier binnenkwam, was ze net een grauwa vaatdoekje. Ze kon helemaal niets. Ze was buiten adem als ze binnen liep. Nu een jaar later kan ik zeggen dat ze helemaal is hersteld, zeker voor een vrouw van haar leeftijd.”



Fatima fietst terwijl Martin haar hartslag meet. Bij het herstel van longcovid moet je langzaam van start gaan.

Fatima vindt het fijn dat haar fysiotherapie bestond uit bewegen maar ook uit gesprekken. „Omdat ik hele dagen in mijn bed lag en doodmoe was, kwam ik niet meer onder de mensen terwijl ik heel sociaal ben. Martin heeft me langzaam aan geholpen.”

De behandeling is erop gericht om patiënten langzaam aan te laten herstellen. Daarbij wordt de zuurstof in het bloed gemeten. Keesenberg: „Het heeft geen zin om vijf keer per week keihard te gaan trainen want daar heb je de energie niet voor. Het gaat er juist om dat je het langzaam opbouwt. Het is geen training maar een serieuze intensieve revalidatie waarbij je ook met elkaar zaken bespreekt.” Want als je niet lekker in je vel zit, word je ook somber in het hoofd.

Ook Fatima zag de lol nergens meer van in. „Ik kwam hier binnen als een zombie. Nou, kijk mij nu eens, ik heb al mijn energie weer terug.

Heerlijk.” Ze ging in eerste instantie twee keer per week naar de fysiotherapeut waar ze een revalidatie op maat kreeg. Daarna kreeg ze groepsrevalidatie waarbij ervaringen werden gedeeld met andere patiënten. Keesenberg: „Ik probeer te kijken hoe ik patiënten weer kan laten functioneren want dat is het belangrijkste.” Intussen heeft hij al tientallen patiënten behandeld. „Onder hen veel verpleegkundigen en artsen. Ik vind het heel leuk om die te behandelen want ze zijn extra kritisch.”

Moe

Keesenberg: „Als je het vraagt is iedereen moe, waar het mij om gaat is welke vermoeidheid moet je serieus nemen? Als je moe bent omdat je niet erg maar als je zo moe bent dat je niets meer kunt, is dat wel erg.”

Toen Fatima binnenkwam had ze de gezondheid van iemand van 80 jaar. Uren wandelen zoals ze deed,

„Als je zo moe bent dat je niets meer kunt, is dat wel erg

Martin Keesenberg

kon niet meer. Twee sportlessen achter elkaar in de sportschool zoals ze voorheen deed, waren uit den boze. Traplopen was een drama, ze had totaal geen energie. Fatima: „Mijn geheugen ging ook enorm achteruit dus daarom hebben we ook aan geheugentraining gedaan. We hebben het langzaam opgebouwd.”

Martin: „Als je drie weken in een bed hebt gelegen en je gaat ineens

naar de markt, word je gek van alle prikkels. Dat moet je ook langzaam weer leren.”

Harde muziek

Fatima kon niet onder de mensen zijn en geen harde muziek aanhoren. Ze begon mer een half uur revalidatie en bouwde die langzaam op met alleen Martin en ging daarna naar een revalidatiegroep. Keesenberg werkt volgens het model van de positieve gezondheid. „Als je kunt bewijzen wat je kunt, ga je beter functioneren. Als je vijf keer per week naar de sportschool gaat en dat lukt niet ben je alleen maar bezig met bewijzen wat je niet kunt. Dat doet ook mentaal iets met je.”

Fatima is blij dat ze weer is hersteld. „Ik kan weer aan het werk maar ik moet wel rustig aan doen en taken afstoten want ik doe te veel. Ik heb een agenda gekocht en daar staat een schema in waar ik me aan ga houden, want anders gaat het weer mis.”