

Prehabilitatie: fysieke voorbereiding op een operatie

Het voelt heel logisch: hoe beter je conditie is als je een operatie in gaat, hoe groter de kans is dat je de operatie goed doorstaat. Maar het voelt niet alleen logisch, het wordt ook ondersteund door wetenschappelijk onderzoek. Veel onderzoeken laten zien dat patiënten met een betere conditie, minder complicaties hebben na de operatie en sneller herstellen.

Door de ouder wordende populatie en verbeterende chirurgische technieken komen steeds meer kwetsbare patiënten in aanmerking voor grote operaties. Dit biedt kansen, maar het neemt ook risico's met zich mee. Complicaties na een operatie komen helaas regelmatig voor. Zeker bij de patiënten met een verminderde gezondheid. Het goede nieuws is dat het risico op complicaties goed voorspeld kan worden en mensen in veel gevallen maatregelen kunnen nemen om de risico's te verminderen.

Karin Valkenet zal in haar presentatie ingaan op de achtergrond van prehabilitatie en vertellen over het project Beter Voorbereid. 'Beter-voorbereid' is een webapplicatie die het risico op complicaties in kaart brengt en beoogt mensen optimaal te ondersteunen bij het nemen van de juiste maatregelen in de voorbereiding op de operatie. De applicatie informeert mensen over de komende operatie en biedt ondersteuning op het gebied van bewegen, voeding en stoppen met roken.