

Facsheet restricties en aandachtspunten voor oefentherapie bij ANCA Vasculitis

Risicofactor voor ongunstig beloop	Gevolgen voor functioneren	Aandachtspunten bij oefentherapie
Type ANCA		
MPO-ANCA antistoffen	Meer risico op orgaanschade	Alert op long- en nier gerelateerde klachten
PR3-ANCA antistoffen	Hoge kans op exacerbatie	Alert op toename klachten/ ziekteactiviteit
Orgaanbetrokkenheid		
Longen (Interstitial Lung Disease (ILD,) alveolaire bloedingen, verminderde gaswisseling)	• Dyspnoe • Lage VO2 max • Angst voor inspanning • Mogelijke desaturatie bij inspanning	• Intervaltraining i.p.v. continue belasting • Borg schaal leidend (< 12-14) • Ademregulatie • Eventueel saturatiemonitoring • Educatie: benauwdheid ≠ gevaar
Nieren (anemie, hypertensie, verhoogd cardiovasculair risico)	• Verminderde inspanningstolerantie • Snelle vermoeidheid • Verminderde aerobe capaciteit • Langzamer herstel na inspanning	• Lage tot matige trainingsintensiteit • Submaximale aerobe training • Extra aandacht voor rust/belasting verhouding • Monitoring van: ○ Vermoeidheid ○ Bloeddruk ○ Herstelduur
Zenuwstelsel ((sub) acuut krachtsverlies; asymmetrisch, snel toenemend functieverlies, brandende, stekende pijn)	• Krachtsverlies handen of voeten • Verminderde balans, grijpfunctie en/of loopfunctie	• Functionele training • Training van compensatoire bewegingen • Alert op valincidenten
Keel, neus en oor (benauwdheid, septumperforatie, zadelneus, neusverstopping, oorpijn, gehoorverlies)	• Communicatieproblemen • Ademhalingsproblemen • Mogelijk balansproblemen	• Alert op mogelijke KNO-manifestaties • Ademhalingsoefeningen • Mogelijk balanstherapie

