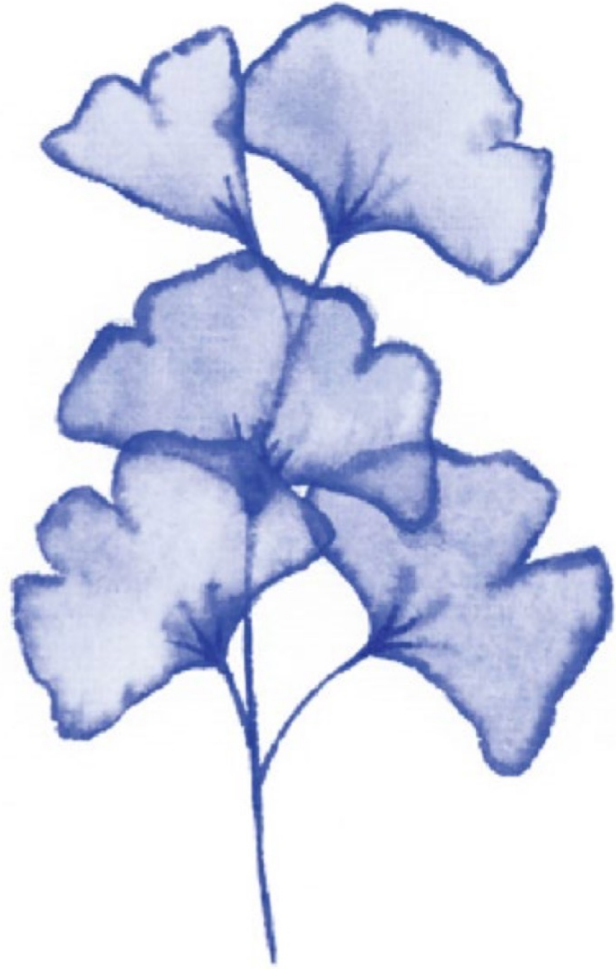


SEPSIS EN DAARNA



'het onzichtbare zichtbaar'

SEPSIS LOTGENOTEN DAG

Een dag die in het teken staat van informatie, beleving en interactie.

Wat is sepsis?

Sinds februari 2016 is er een nieuwe sepsis-definitie:

Sepsis is een levensbedreigende verstoring van de werking van organen als gevolg van een ontspoorde reactie op een infectie



Eigenlijk is het een soort kortsluiting in je lijf

Vroege herkenning is belangrijk

Maar....sepsis is nog erg onbekend onder het publiek

In een klein onderzoek, in 2020 uitgevoerd in opdracht van Stichting SepsisNet bleek: “Vier op de vijf kennen dodelijke aandoening sepsis niet” ([NOS, 16-5-2021](#))



Zie de ‘STOP signalen’ op de website van sepsisnet!

Vroege herkenning is belangrijk



Zie www.sepsisnet.nl Daar vind je een duidelijk filmpje

Wat gebeurt er bij sepsis?

- ☐ Veel ontstekingsstoffen in je bloed, koorts, soms met koude rillingen, soms juist ondertemperatuur
 - ☐ Beroerd en zwak voelen, soms erge pijn
 - ☐ Suffig, of verward zijn, moeizaam ademen, snelle hartslag
- ☐ Sepsis kan in principe uit elke infectie ontstaan
 - ☐ Een bacterie, een virus of andere ziektekiem kan de oorzaak zijn
 - ☐ Een sepsis kán in het begin heel erg lijken op een griep
 - ☐ Maar combinatie van klachten is wel een alarmsignaal



Hoe gaat
het verder?

Hoe gaat het verder?

- ☐ Je bloedvaten verwijden zich, de bloeddruk daalt
- ☐ Er gaat te weinig zuurstof naar je organen, waardoor organen kunnen gaan falen
- ☐ Gaandeweg kan vocht uit de bloedvaten lekken, ook in je longen (benauwdheid)
- ☐ Door de ontstekingsstoffen kun je in de war raken = delier
- ☐ De bloedstolling=ontregeld, bloedpropjes kunnen de bloedtoevoer blokkeren

Als je bloeddruk laag blijft ondanks infuus met veel vocht, heet dit 'septische shock'. Als meerdere organen tegelijk gaan falen heet dit 'multi orgaanfalen'.

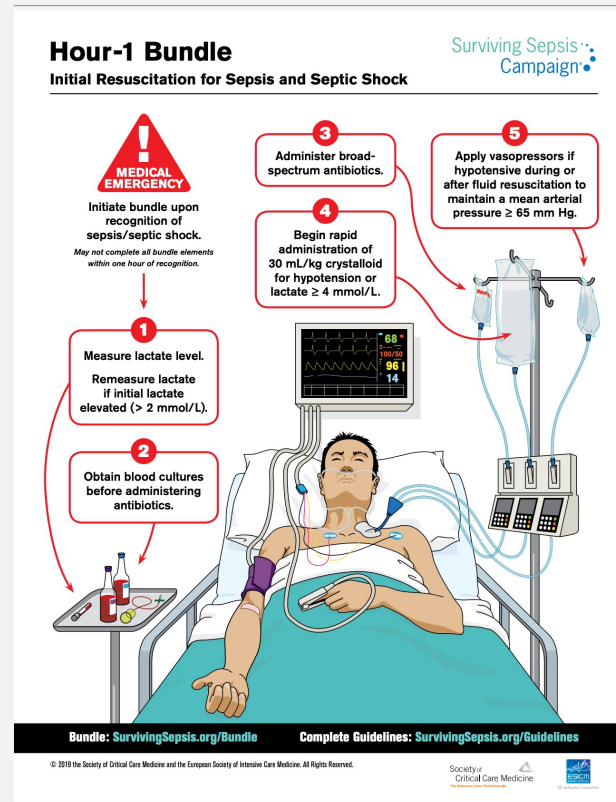
Behandeling

Veel vocht is nodig om de bloeddruk op peil te houden.
Antibiotica moet snel gestart.

De patiënt is ernstig ziek en sepsis is een medische noodsituatie, elk uur telt.

Soms moet je naar de IC en moeten de functies van orgaansystemen worden overgenomen of ondersteund (dan is sprake van multi orgaanfalen):

- Zuurstof en/of beademing
- Bloeddrukmedicatie
- Nierdialyse
- Voeding per infuus/sonde



Sepsis is een klap op je systeem

Niet de infectie maakt je zo ziek maar de levensgevaarlijke ontsporing daarvan

Meer dan de helft van de patiënten ervaart nog lange tijd de impact, ook als er geen sprake was van een IC-opname

Fysiek:

- Vermoeidheid en gebrek aan energie
- Een verminderde afweer
- Soms orgaanschade of schade aan ledematen
- Soms schade aan het zenuwstelsel/zenuw- en gewrichtspijnen
- Hoofdpijn



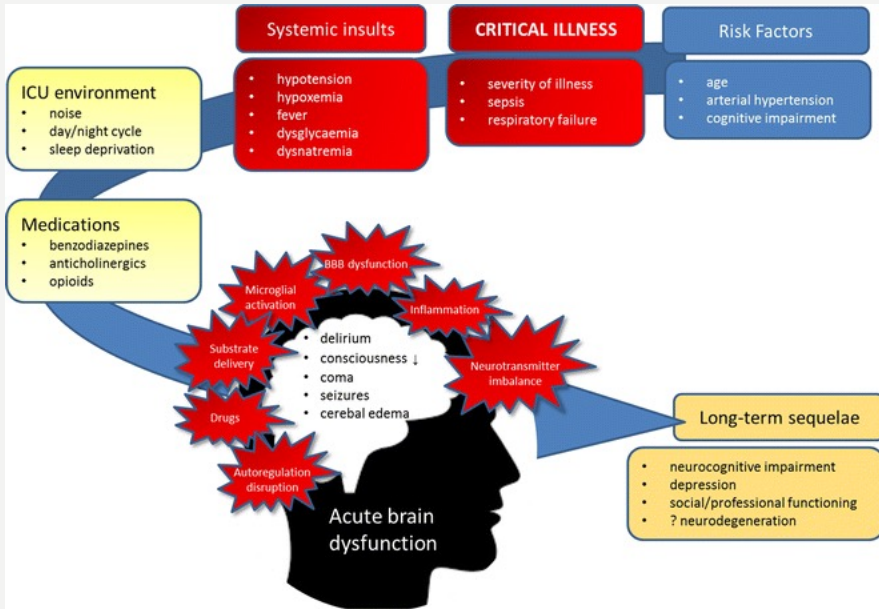
Impact op het brein

Ook het brein ligt in de vuurlinie;
daar zal Farid Abdo alles over
vertellen

Klachten als concentratie- en geheugenproblemen komen
veel voor na sepsis

Fysieke én stress-factoren spelen mee;
sepsis is overrompeland; 'het niet weten wat je overkomt'
en de snelheid waarmee je op het randje ligt en alle grip
verliest, versterkt de mentale impact

Sepsis kan resulteren in 'onzichtbaar verlies'



- Moeite met het onthouden en verwerken van informatie
- Onzichtbaar voor anderen en vaak niet zichtbaar op een scan
- Maar wel een reële beperking. Extra lastig bijv. bij re-integratie

Hoe zit dat nu met nazorg?



Specifieke sepsis-nazorg is er vrijwel nog niet
En er wordt vaak weinig verteld over sepsis

Maar:

Ga tóch het gesprek aan met uw (huis)arts, geef aan dat u graag
ondersteuning wilt, voor een beter herstel

De 'Leidraad Nazorg van patiënten met COVID-19' biedt houvast;
grotendeels zelfde restklachten

Een aantal richtingwijzers

- Een neuropsychologisch onderzoek kan soms (niet altijd) bij concentratie/geheugenproblemen, etc. inzicht geven in functieverlies
- Soms kunnen deze klachten verbeteren met training (bijv. via Cogmed)
- Verwijs uw fysiotherapeut of psycholoog naar het REACH-project (waar men ervaring heeft met revalidatie na kritieke ziekte en Corona)
- Kijk ook naar mogelijkheden zoals orthomoleculaire geneeskunde
- Na IC-opname kunt u vaak terecht bij een IC-nazorgpoli (met alle aandacht voor het Post Intensive Care Syndroom)

Speciaal voor ex-IC-patiënten en naasten



Family and Patient Centered Intensive Care

Samen de impact van een IC - opname beperken

Sinds nov. 2017 is de stichting FCIC uitgebreid
met een patiëntenorganisatie: IC Connect
met de gelijknamige website www.icconnect.nl

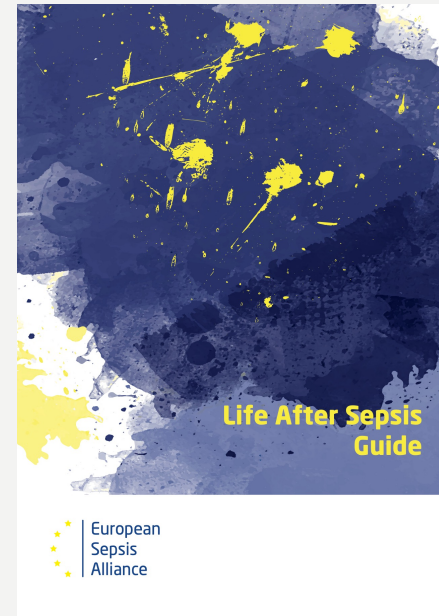
IC Connect

Patiëntenorganisatie voor
(ex-)IC-patiënten en naasten

Specifieke ondersteuning na sepsis

ook voor hen die niet op de IC lagen

- De website Sepsis en daarna of SepsisNet, wijs uw omgeving of arts hier op
- Gebruik de folder van de European Sepsis Alliance
- Bij Sepsis en daarna kunt u altijd terecht, voor elke vraag, begeleiding en lotgenotencontact
- Het boek Sepsis en daarna
- De workshop 'Herstellen na sepsis': praktische tips



Een aantal richtingwijzers

Overleg met uw huisarts of specialist over revalidatie-mogelijkheden.
Of denk aan:

- Voor (het omgaan met) fysieke klachten: (psychosomatische) fysiotherapie, een sportarts, of een ergotherapeut en/of een diëtiste want voeding is ook belangrijk, zeker bij weinig eetlust!
- Voor mentale klachten: netwerken zoals Psyned helpen u zoeken naar een ter zake kundige psycholoog. Andere mogelijkheden zijn een mindfulness-training of bij PTSS klachten: EMDR therapie



Sinds 2017 is de besloten
lotgenotengroep voor sepsis-
patiënten en naasten gestart



Groep van Sepsis en daarna





Idelette

Startpagina

Groep van Sepsis en daarna

Besloten groep

Discussie

Leden

Evenementen

Foto's

Groep beheren

Zoeken in deze groep

Snelkoppelingen

Groep van Sepsis en d...



Gekoppeld Groep · Sepsis en daarna

Lid geworden ▼ Meldingen Delen ...

Bericht schrijven Foto/video Livevideo Meer

De link wordt u toegestuurd

BROCHURE 'LEVEN NA SEPSIS'

01

INHOUD

MOET IK ME ZORGEN MAKEN OVER SEPSIS?

WAT IS SEPSIS?

Waardoor wordt sepsis veroorzaakt?
Wat gebeurt er bij een sepsis?
Wat gebeurt er in het ziekenhuis?

NA DE SEPSIS: WAT BELANGRIJK IS OM TE WETEN

Mentale problemen
Lichamelijke problemen
Psychische problemen
Sociale problemen

EEN GIDS VOOR OVERLEVENDEN EN HUN NAASTEN

Het herstel na sepsis
Hoe kan ik sepsis voorkomen
Vraag om hulp
Deel uw verhaal

REFERENTIES EN BRONNEN

Nuttige websites
Contact
Woordenlijst

Brochure
'Leven na sepsis'



In 2022 zal er een Sepsis
Platform dag georganiseerd
gaan worden



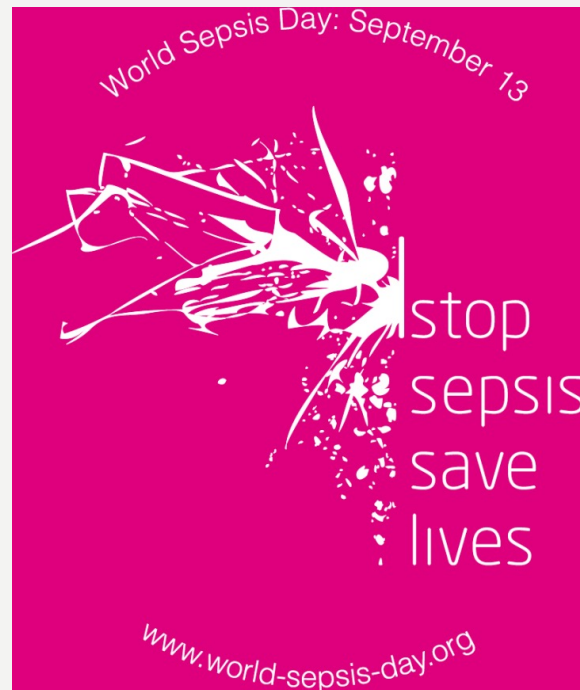
Want de impact van sepsis verdient alle
aandacht



Daarom ook werd de petitie 'SOS voor sepsis' in
2018 ingediend die o.a. resulteerde in de
oprichting van SepsisNet!

We maken dus belangrijke stappen!

Gelukkig hoeven we dat in Nederland niet alleen te doen; de Global én de European Sepsis Alliance helpen daarbij



En dat is nodig, want er is nog een weg te gaan!

Met dank aan de bijdragen van:



Zie ook de website van het UMCG: www.sepsisonderzoek.nl

Hartelijk dank voor uw aandacht!

Deze dag was een initiatief van

SEPSIS EN DAARNA

voor meer begrip en een beter herstel

www.sepsis-en-daarna.nl