

## Congres Preventieve Cardiologie en Hartrevalidatie 2020

### Workshops

#### 1.

Sprekers:

- Ferdinand de Haan, fysiotherapeut, klinisch inspanningsfysioloog, bewegingswetenschapper
- Simon Van der Voort, fysiotherapeut

Titel: Like a gym: spinning, cross-fit, steps en aerobics in hartrevalidatie, hoe gaat dat? Update van een 2-jarige pilot.

Korte omschrijving:

Hartrevalidatie maar dan net even anders; met het oog op uitstroom naar een lokale sportgelegenheid na een hartrevalidatietraject is het belangrijk patiënten vroeg kennis te laten maken met verschillende vormen van hedendaags sportscholenaanbod. Ook looptraining buiten is onderdeel van het programma. Maar hoe doe je dat? Kunnen patiënten deze trainingvormen aan en hoe schaal je intensiteit naar individuele mogelijkheden? Welke problemen kom je tegen en is dit ook HIIT? In deze sessie krijg je een update van onze ervaringen in een 2-jarige pilot bij Cardiovitaaal, locatie AMC, en gaan we ook praktisch aan de slag. Get ready to sweat!

#### 2.

Sprekers

- Inge van den Broek, Beleidsadviseur Harteraad
- Marlies Kerkhof, Beleidsadviseur Harteraad

Titel: Patiëntenreis hartrevalidatie; hoe zorgen we voor een aaneengesloten reis van ziekenhuis naar revalidatie en weer thuis?

Korte omschrijving:

Harteraad en de Hartstichting werken, samen met ziekenhuizen en revalidatiecentra, aan het bevorderen van deelname aan hartrevalidatie, het succesvol afronden ervan en daarna kunnen volhouden van een gezonde leefstijl. Wat vinden patiënten belangrijk bij hartrevalidatie? Hoe nemen we barrières weg? Hoe vullen we het door patiënten ervaren 'gat' tussen ziekenhuis en revalidatie en dat na hartrevalidatie? We gaan in op voorbeelden van praktische oplossingen en aanpak en hoe Harteraad en instellingen samenwerken voor een vloeiende patiëntenreis. U bent van harte uitgenodigd om mee te reizen!

#### 3.

Sprekers:

- Jan Siebers, bedrijfsarts, klinisch arbeidsgeneeskundige cardiologie
- Jaap van Dijk, bedrijfsarts, klinisch arbeidsgeneeskundige cardiologie

Titel: Wat zijn de consequenties voor de praktijk van de hartrevalidatie van de nieuwe NVAB-richtlijn "Handelen van de bedrijfsarts bij werknemers met ischemische hartziekten"?

Korte omschrijving:

De NVAB-richtlijn "Handelen van de bedrijfsarts bij werknemers met ischemische hartziekten" uit 2006, die gedeeltelijk is geïntegreerd in de hartrevalidatie richtlijn 2011, is herzien en zal in juni 2020 geautoriseerd worden. Naast ontwikkelingen in de cardiologie, nieuwe studies naar werkgebonden risicofactoren (bijv. nachtdienst) en effecten van diverse interventies op werkherleving was er

behoefte om de richtlijn aan te passen aan de dagelijkse praktijk van de bedrijfsarts. De nieuwe richtlijn is tot stand gekomen middels een samenwerking van de NVAB, NVVC en de NHG en zal ongetwijfeld weer een stimulans zijn voor een update van de Hartrevalidatie richtlijn.

#### **4.**

Spreker: Foeke de Vries

Titel: Cardiale angst, wat doe je eraan? cardiale angst, wat doe je d'r aan, gaat over het toepassen van cognitieve gedragstherapie bij het weer vertrouwen krijgen in het lichaam na een infarct en/of hart operatie. We onderzoeken of psychologie en hartrevalidatie elkaar kunnen aanvullen wanneer patiënten het vertrouwen in het lichaam en specifiek het hart willen hervinden. Een specifieke psychologische interventie kan mogelijk helpen om angstige verwachtingen bij het weer gaan inspannen in de trainingszaal van de hartrevalidatie, uit te testen. Tijdens de workshop worden jullie meegenomen in een onderzoeksopzet en gevraagd mee te denken.

Korte omschrijving:

Toepassen van cognitieve gedragstherapie