

Artikel Massage bij COPD

Inleiding

COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) is een longziekte waarbij de longen beschadigd zijn (Longfonds) en gaat gepaard met een beperking van de luchtstroom (Barnes 2016). COPD is een verzamelnaam voor progressieve longziekten (COPD Foundation), waarvan longemfyseem en chronische bronchitis de meest voorkomende aandoeningen zijn (Mayoclinic 2017). Symptomen van COPD zijn onder andere moeite met ademen, dagelijks hoesten, slijm ophoesten, een piepende ademhaling, een beklemmend gevoel op de borst, regelmatige luchtweginfecties en een gebrek aan energie (Informed Health Online 2007; Mayoclinic 2017).



Roken is de belangrijkste risicofactor voor COPD (Devine 2008). Ook blootstelling aan chemische dampen en ernstige longinfecties tijdens de kindertijd verhogen het risico op COPD (Devine 2008). Leeftijd is ook een risicofactor, omdat COPD zich langzaam ontwikkelt. Daarnaast zijn er ook genetische risicofactoren voor COPD (Mayoclinic 2017).

De doelen van de behandeling van COPD zijn het verminderen van symptomen en het vertragen van de voortgang van de ziekte (Informed Health Online 2007). Stoppen met roken is een van de belangrijkste behandelingen van COPD (Vijayan 2013). Ook worden verschillende medicijnen, die vaak geïnhaleerd moeten worden, gebruikt (Mayoclinic2 2017). Naast medicijnen wordt ook longrevalidatie ingezet. Longrevalidatie bestaat naast stoppen met roken uit oefentraining, voedingsadvies en onderwijs.

Er zijn verschillende complementaire behandelingen voor COPD die, altijd in overleg met uw arts, ingezet kunnen worden. Massage is een mogelijke complementaire behandeling bij COPD en kan bevorderlijk zijn bij patiënten met luchtwegaandoeningen en COPD (Green 2007).