

Coro-voor, Coro-na en Coro-middenin

Geachte lezer(es),

Dit jaar ben ik 21 jaar fysiotherapeut. In die periode is er ontzettend veel gebeurd in de fysiotherapie. Veel voortgang in technische fysiotherapeutische hulpmiddelen, veel bewijs gevonden voor behandelmethodes en een vlucht in het methodisch handelen van een fysiotherapeut. Mooie jaren, maar geen enkele fysiotherapeut vergeet dit jaar.

Eind maart 2020 was coro-voor afgelopen. Nu pas zien we in hoe mooi coro-voor was. Onze praktijk liep goed en met veel verschillende soorten fysio's gaven we veel verschillende soorten behandelingen. Zo zijn er fysio's die zich meer op ouderen richten en kinderfysio's die zich natuurlijk veel op kinderen richten bijvoorbeeld. Ikzelf behandel(de) mensen bijna altijd door ze aan te raken met manuele technieken, of met de echo of nieuwe fascietechnieken. Heel gewoon binnen 1,5 meter.

Eind maart was coro-voor afgelopen en startte coro-middenin. De fysiotherapie moest schakelen. We moesten beeldbellen. En heel noodzakelijke fysiotherapie op niet-risicogroepen kon doorgaan. Kinderfysio's en logopedisten moesten oefeningen overleggen met kinderen via iPads en computers. Geriatriefysio's en ergotherapeuten moesten beeldbellen met ouderen die eigenlijk niet zo goed konden whatsappen. We brachten oefeningen aan de deur, zwaaiden voor het raam.

Ik raakte zowat niemand meer aan. 21 jaar lang deed ik dat al en opeens mocht dit niet, kon dit niet. Mn handen jeukten. Ik was niet echt meer het zonnetje in huis en maakte me zorgen.

Tegelijkertijd speelde zich in coro-middenin een groter drama af in de ziekenhuizen maar zeker ook in de verzorgingshuizen. Mn eigen moeder mocht geen bezoek ontvangen. Mensen werden geïsoleerd om niet ziek te worden maar werden intussen ziek van eenzaamheid. In dat licht viel het jeuken van mijn handen wel mee.

Eind april groen licht voor fysiotherapie! Voorzichtig en met allerlei richtlijnen voor veiligheid weer aan het werk. Ik mocht weer! Kon m'n ei kwijt. Bijzonder blij dat ik de vinger weer op de zere plek mocht leggen. Had niet gedacht dat je dat zo kan missen.

Maar coro-middenin is nog niet afgelopen. Ik ben gister voor het eerst sinds 12 weken weer bij m'n moeder geweest. Mn vader mag elke dag. Bij veel maatjes van me staat het water tot aan de lippen. Zij mogen nog niet aan het werk (evenementenindustrie, sportscholen). Maar het meest is het niet voorbij voor de mensen die ziek zijn of zij die mensen hebben verloren. Ik denk aan hen.

Focussen op wat wel gaat. Vaak is dat een goede strategie. In coro-middenin kan je ook niet anders. Dus proberen te doen wat je kunt. Zoals beeldbellen, onze oefenzaal schilderen en interne scholingen organiseren. Niet bij de pakken neer gaan zitten. Zo gingen we als fysio met rechte rug door de crisis. Op naar coro-na.

Ik wens de lezers sterkte in de coro-middenin periode en hoop dat jullie ook de rug kunnen rechte. Als niet kan wat moet dan moet wat kan! Ook al is dat heel weinig.

Als we nu in coro-na niet vergeten wat we in coro-middenin hebben gedaan om dat coro-voor was afgelopen, wordt coro-na waarschijnlijk beter dan coro-voor!

Met vriendelijke groeten, Lars Smit. (onderdeel van Fysio Twenterand) www.fysiotwenterand.nl