

**Februari 2026**

## Opening

Welkom bij het post-COVID journaal van februari 2026. In dit eerste post-COVID journaal van 2026 besteden we aandacht aan de integrale handreiking post-COVID. En verder een aantal korte berichten:

- Lidocaïne
- Debat
- Hergebruik data
- Expertisecentra kinderen
- Factsheet Post-COVID bij kinderen
- Factsheet MCAS
- Long COVID dag

## Integrale handreiking

Er is een nieuwe integrale handreiking post-COVID verschenen. De eerste hoofdstukken zijn sinds januari beschikbaar. De handreiking is bedoeld voor zorgverleners, hulpverleners uit het sociale domein, beleidsmakers en regionale organisaties die betrokken zijn bij de zorg voor patiënten met post-COVID.

Veel patiënten met post-COVID ervaren dat zorg lastig toegankelijk is. Ze ervaren weinig kennis over het ziektebeeld bij zorgverleners en een versnipperd zorgaanbod. Deze handreiking geeft zorgverleners handvatten bij het verlenen van zorg en ondersteuning aan patiënten en mantelzorgers. De handreiking ondersteunt ook bij het toepassen van bestaande kennis in de praktijk en het versterken van de samenwerking tussen zorgverleners.

De handreiking is ontwikkeld vanuit het Post-COVID Netwerk Nederland, afgekort PCNN. De handreiking is samengesteld op basis van de beschikbare wetenschappelijke kennis en inzichten uit de dagelijkse praktijk van zorg- en hulpverleners. Ook zijn ervaringen van patiënten met post-COVID en andere Post Acute Infectieuze Syndromen, afgekort PAIS, meegenomen. De handreiking is een levend document. Op basis van feedback uit het gehele veld wordt de handreiking halfjaarlijks aangepast en aangevuld.

De nu gepubliceerde hoofdstukken van de handreiking gaan in op het ziektebeeld en de diagnose. Verder komt de paramedische en medische behandeling van veelvoorkomende symptomen en de psychosociale en praktische begeleiding aan bod. De komende maanden worden meer hoofdstukken toegevoegd, inclusief thema's als zorgorganisatie en bekostiging. In dit journaal gaan we vooral in op de diagnostiek, paramedische en medische behandeling, en psychosociale begeleiding.

### Handreiking

[kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid](https://kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid)

## Diagnostiek

Het hoofdstuk Diagnostiek geeft aanwijzingen voor een gestructureerde anamnese of intake. De zorgverlener moet aandacht hebben voor het multisysteemkarakter van de ziekte en het herkennen van verschillende fenotypen. Veelvoorkomende klachten zijn onder andere post-exertionele malaise, afgekort PEM, ernstige vermoeidheid, niet-verkwikkende slaap en cognitieve stoornissen. Daarnaast komt orthostatische intolerantie en dysautonomie veel voor, waaronder het Posturaal Orthostatisch Tachycardie Syndroom, afgekort POTS. Geen van de afzonderlijke klachten of fenotypen is op zichzelf bepalend. Juist het samenspel en het patroon van klachten geeft inzicht in het klinisch beeld. Dat maakt een gestructureerde anamnese belangrijk. Hierbij hoort ook het uitvragen van het ziektebeloop, het expliciet stilstaan bij het dagelijks functioneren, de psychosociale impact, medicatie, eerdere behandelingen en voeding.

De handreiking verwijst naar diverse post-COVID specifieke vragenlijsten voor de intake, diagnostiek en monitoring. Ook bevat de handreiking aanbevelingen om de anamnese af te stemmen op de ernst van de ziekte.

### Handreiking

[kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid](https://kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid)

## Behandeling

Het hoofdstuk Paramedische en medische behandeling begint met een toelichting op het geven van veilige en verantwoorde zorg bij kwetsbare patiënten met post-COVID. Dit is belangrijk om het risico op iatrogene schade te minimaliseren. Veilig werken betekent bijvoorbeeld dat de behandeling niet mag leiden tot structurele overbelasting of verergering van klachten. Dit betekent ook het vermijden van activerende interventies bij patiënten met PEM. Ook geeft de handreiking andere praktische tips over bijvoorbeeld pacing, functioneel herstel, zelfredzaamheid en kwaliteit van leven.

Het hoofdstuk behandeling is verder ingedeeld op basis van de meest voorkomende klachtenpatronen waarbij een integrale behandeling nodig is. Aan bod komen het signaleren van de klachten, het uitsluiten van pathologie, de behandeling, samenwerking en evaluatie. Al beschikbaar zijn de hoofdstukken over ademhaling-, stem- en slikproblemen en energiebeperking. Later volgen onder andere cognitieve klachten en overprikkeling, slaap, pijn en hormonale dysregulatie. tijdens de pandemie.

### Handreiking

[kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid](https://kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid)

## Ademhalings-, stem- en slikproblemen

Ademhalings-, stem- en slikproblemen komen vaak voor bij post-COVID. De handreiking beschrijft deze symptomen en biedt hulp bij het in kaart brengen en blijven monitoren. De klachten kunnen samenhangen met autonome dysfunctie, spierzwakte, neurogene ontregeling, stress en vermoeidheid. Voor patiënten zijn deze klachten vaak beangstigend en invaliderend. Een consistente heldere uitleg, rustige behandeling en continuïteit van zorg zijn daarom belangrijk. Voor goede zorg is afstemming tussen disciplines nodig. Zo kunnen logopedisten en KNO-artsen ondersteunen bij diagnostiek en behandeling. Bij een disfunctioneel adempatroon kan longfysiotherapie een mogelijkheid zijn.

### Handreiking

[kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid](https://kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid)

### Psychosociale begeleiding

Post-COVID raakt niet alleen het lichaam. De aandoening heeft vaak ook ingrijpende gevolgen voor zingeving, relaties en financiële zekerheid. Daarom is naast medische behandeling vaak ook aanvullende psychosociale en praktische begeleiding nodig. Dit kan samen met hulpverleners uit het sociaal domein. De huidige handreiking biedt handvatten voor de begeleiding bij rouw en zingeving. Het rouwproces bij post-COVID is complex. Er is sprake van levend verlies of chronische rouw, afwisseling tussen rouw en hoop, en een gebrek aan erkenning van de ziekte. De handreiking geeft aan hoe je als zorgverlener rouw kunt herkennen en bespreken, en hoe je patiënten erin kunt begeleiden. De handreiking biedt directe strategieën, hulpmiddelen en ondersteunende interventies.

### Handreiking

[kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid](https://kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid)

### Feedback

Tot slot: u bent van harte uitgenodigd om feedback te geven op de integrale handreiking. Ook kunt u de bijeenkomsten van de klankbordgroep bijwonen. Deze worden 4 keer per jaar georganiseerd. Meer informatie en mogelijkheid tot aanmelden vindt u op de website van C-Support.

### Meer informatie en aanmelden

[kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid](https://kennis.c-support.nu/eerste-publicatie-integrale-handreiking-post-covid)

[pcnn-handreiking@radboudumc.nl](mailto:pcnn-handreiking@radboudumc.nl)

### Lidocaïne

In december verscheen een Nederlandse observationele studie naar het gebruik van lidocaïne bij post-COVID. Dit onderzoek heeft veel aandacht gekregen in de media. Het onderzoek is een belangrijke eerste stap in de mogelijke toepasbaarheid van lidocaïne bij post-COVID. Er is echter nog onvoldoende bekend over bij wie de behandeling werkt, in welke mate en met welk risico. In het Geneesmiddelenbulletin is een artikel verschenen met meer duiding over lidocaïne bij post-COVID. Het Geneesmiddelenbulletin wijst op de zwaarwegende methodologische beperkingen van de studie. Daarom levert het te weinig informatie op om deze behandeling in de praktijk toe te passen.

### Publicaties

[www.vu.nl/nl/nieuws/2025/observationele-studie-naar-lidocainebehandeling-tegen-long-covid](https://www.vu.nl/nl/nieuws/2025/observationele-studie-naar-lidocainebehandeling-tegen-long-covid)

[www.ge-bu.nl/artikel/subcutaan-lidocaine-hydroxypropyl-b-cyclodextrine-bij-post-covid](https://www.ge-bu.nl/artikel/subcutaan-lidocaine-hydroxypropyl-b-cyclodextrine-bij-post-covid)

### Debat

Donderdag 29 januari vond in de Tweede Kamer een debat plaats over PAIS en post-COVID. De discussie ging onder andere over de juiste plaats van zorg en de rol van de expertisecentra. Er zijn diverse moties ingediend

waarover op 4 februari gestemd is. De uitslag hiervan was ten tijde van het opnemen van dit journaal nog niet bekend.

#### **Verslag debat**

[www.postcovidnl.nl/nieuws/verslag-debat-post-covid-en-pais-tweede-kamer](http://www.postcovidnl.nl/nieuws/verslag-debat-post-covid-en-pais-tweede-kamer)

#### **Herbruikbaarheid data**

De post-COVID en ME/ CVS consortia werken samen aan de herbruikbaarheid van onderzoeksgegevens. Patiënten met post-COVID en ME/ CVS kunnen dezelfde symptomen ervaren. Hierdoor is het belangrijk dat onderzoekers kijken naar verbanden en leren van elkaar. Als eerste stap hebben de consortia een codeboek ontwikkeld. Dit codeboek bevat informatie over welke gegevens binnen de consortia worden gebruikt en hoe deze worden weergegeven, gecodeerd en gestructureerd. Meer informatie staat op de website van PCNN.

#### **Meer informatie codeboek**

[www.zonmw.nl/nl/nieuws/post-covid-en-mecvs-consortia-werken-samen-aan-herbruikbaarheid-van-data](http://www.zonmw.nl/nl/nieuws/post-covid-en-mecvs-consortia-werken-samen-aan-herbruikbaarheid-van-data)

[www.postcovidnet.nl/codeboek](http://www.postcovidnet.nl/codeboek)

#### **Expertisecentra kinderen**

Het post-COVID expertisecentrum van het Maastricht UMC+ stopt met de zorg voor kinderen. Vanwege het kleine aantal aanmeldingen is besloten de zorg voor kinderen te concentreren in het Amsterdam UMC en UMC Utrecht. Zo kunnen kennis, ervaring en onderzoek beter worden gebundeld en blijft de kwaliteit van zorg hoog. Kinderen die al in zorg zijn in Maastricht, blijven hun behandeling volgens het landelijke zorgpad gewoon vervolgen. Kinderen met aanhoudende klachten na COVID-19 kunnen zich blijven melden via huisarts of kinderarts. Zij worden voortaan verwezen naar Amsterdam of Utrecht.

#### **Maastricht UMC+ expertisecentrum**

[mosakids.mumc.nl/onze-expertises/post-covid-expertisecentrum](http://mosakids.mumc.nl/onze-expertises/post-covid-expertisecentrum)

#### **Factsheet Post-COVID bij kinderen**

PostCovidNL heeft een nieuwe factsheet Post-COVID bij kinderen gepubliceerd. Deze praktische en beknopte handreiking helpt ouders op school uit te leggen wat post-COVID bij kinderen inhoudt en welke aanpassingen nodig zijn. De factsheet geeft ook informatie over de mogelijkheden binnen wet- en regelgeving. Zo kunnen ouders samen met professionals sneller en beter onderbouwd komen tot passend onderwijs.

#### **Factsheet Post-COVID bij kinderen**

[www.postcovidnl.nl/nieuws/nieuwe-factsheet-post-covid-bij-kinderen](http://www.postcovidnl.nl/nieuws/nieuwe-factsheet-post-covid-bij-kinderen)

#### **Factsheet MCAS**

Support heeft een nieuwe factsheet ontwikkeld over het mestcelactivatiesyndroom, afgekort MCAS. MCAS komt regelmatig voor bij volwassenen en kinderen als er sprake is van langdurige klachten na een infectieziekte, zoals COVID-19. Deze factsheet is bedoeld voor zowel zorgverleners als patiënten. Aan bod komen onder andere wat

MCAS is, hoe het ontstaat en welke kenmerken en klachten erbij horen. Ook geeft de factsheet adviezen en behandelopties, zoals het vermijden van triggers en het gebruik van bijvoorbeeld antihistaminica of mestcelstabilisatoren.

#### **Factsheet MCSA**

[www.c-support.nu/nieuwe-factsheet-mestcelactivatiesyndroom-mcas](http://www.c-support.nu/nieuwe-factsheet-mestcelactivatiesyndroom-mcas)

#### **Long COVID dag**

Op 24 april vindt de derde Nederlandse Long COVID dag plaats. De dag is primair bedoeld voor zorgverleners en onderzoekers. Deelname is fysiek of online mogelijk. Patiënten en andere belanghebbenden kunnen alleen via een livestream deelnemen. U krijgt onder andere updates vanuit de expertisecentra en het wetenschappelijk onderzoek. Ook zijn er workshops over praktische zorgthema's en een presentatie over MCAS. Aanmelden kan op de website onder in beeld.

#### **Aanmelden**

[www.academicmedicaleducation.com/programs/3e-nederlandse-long-covid-dag-2026/program](http://www.academicmedicaleducation.com/programs/3e-nederlandse-long-covid-dag-2026/program)

We hebben u weer bijgepraat over de ontwikkelingen op het gebied van post-COVID. Het volgende post-COVID journaal verschijnt in april. Hebt u opmerkingen, tips of aanvullingen naar aanleiding van het post-COVID journaal? Laat het ons weten. En abonneer u op ons YouTube-kanaal of de journaalupdate om geen aflevering te missen.

#### **Informatie en abonneren**

[info@ivm.nl](mailto:info@ivm.nl)

[www.medicijngebruik.nl/nieuwsbrief](http://www.medicijngebruik.nl/nieuwsbrief)