




ALLRISC-3

Laag-intensieve rolstoeltraining

Resultaten/voortgang



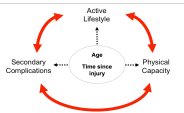

Jan van der Scheer, Sonja de Groot, Dirk-Jan Veeger, Luc van der Woude





Probleem


- Neerwaartse spiraal
- Overbelasting bovenlichaam
- Rolstoeltraining huidige trainingsrichtlijnen: te intensief

| 2

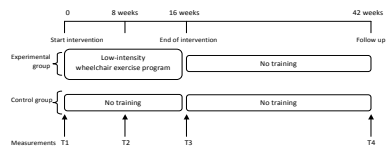
Mogelijke oplossing

- Laag-intensieve rolstoeltraining
- 30-40% HRR of BORG 1-3



| 3

Design studie



- Primair: fitness
- Secundair: overbelasting bovenlichaam en activiteitsniveau

Instroom en verloop

- Ja: N=26
 - 25% = hoge laesie
- T1-T3: N=16
 - Training: N=7
 - Controle: N=9

Controlegroep

Mediaan (range) N=9	POpeak	VO2peak
T1	34.5 (4.3-54.9)	1.14 (0.48-1.84)
T3	38.5 (4.0-66.9)	1.16 (0.41-2.05)
Verschild	+10% Leereffect?	+2%

Mediaan (range) N=9	LEO in rust
T1	3.5 (0-14.5)
T3	4.0 (0-24.0)
% verschil	+15%

LEO > 0: N=7

| 6

Trainingsgroep

- N=6 (7 minus 1)
- Effect op fitness en activiteitsniveau
 - A) Geen: N=2
 - B) Redelijk: N=2
 - C) Groot: N=2
- Overbelasting: gelijk (N=6)

Typical examples

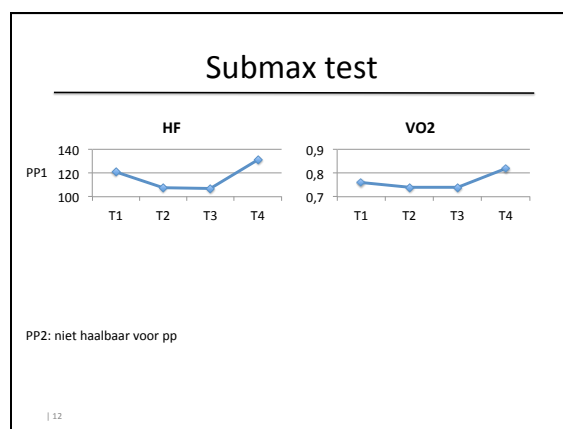
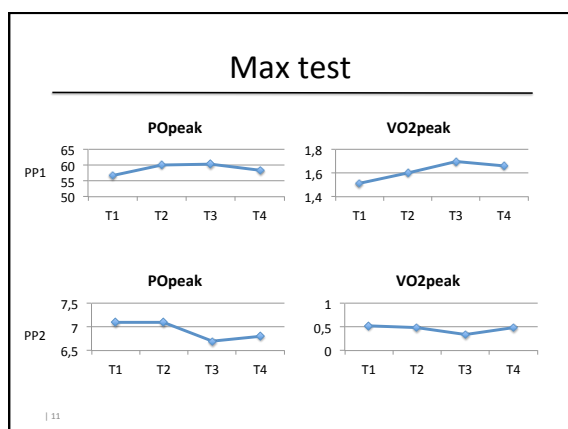
- B) PP 1
 - T3 laesie
 - 40 jaar
 - Gebruikt rolstoel voor alles in ADL
 - Volledig zelfstandig (SCIM = 66)
- C) PP 2
 - C6 incompl / C7 compleet
 - 50 jaar
 - Gebruikt alleen elro in ADL
 - Handb rolstoel wel in bezit, maar laatste 5 jr niet gebruikt
 - Veel hulp nodig (SCIM = 21)

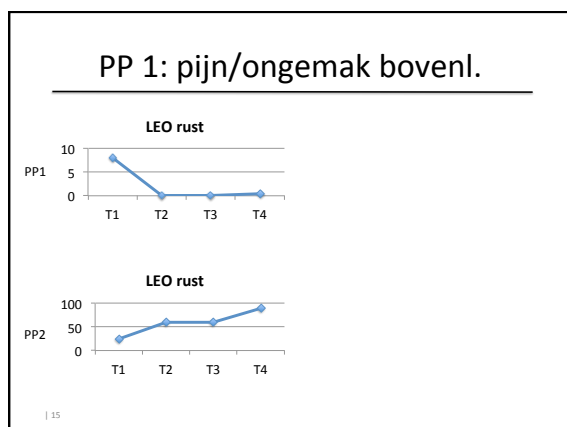
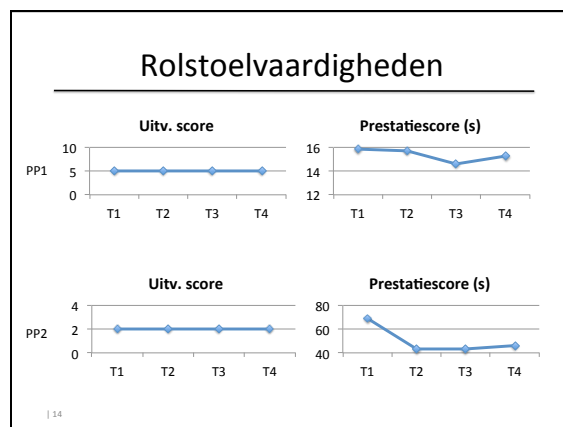
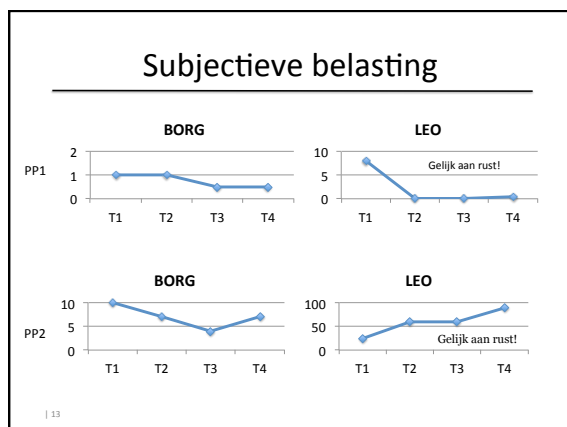
PP 1: training

- 32x in 16 weken
- Resultaten tijdens training
 - Discontinuu 30 min op 3 km/u → Continu 30 min op 4 km/u
 - PO: 10 → 13W
 - Geen toename LEO
- Evaluatie pp

PP 2: training

- 32x in 17 weken
- Trainen icm koorts
- Resultaten tijdens training
 - 6x1 min op 1.2 km/u → 10x1:40 min op 1.5 km/u
 - PO: 4.2W → 4.8W
 - Toename LEO, maar niet gerelateerd aan training
- Evaluatie pp





- ### Voorlopige conclusies
- Effect training
 - Overbelasting
 - Therapietrouw

Overig

RESEARCH PAPER
 Design of a randomized-controlled trial on low-intensity aerobic wheelchair exercise for inactive persons with chronic spinal cord injury

Jan W. van der Scheer¹, Senja de Groot¹, Klaus Postema¹, Daklan H. E. J. Verger¹ & Lucie N. van der Woude¹

rijksuniversiteit groningen | Universitair Medisch Centrum Groningen

Vragen/discussie

j.w.van.der.scheer@umcg.nl
www.scionn.nl

Centrum voor Validatie, Locatie Raamwerk | heliomare | ZonMw | Fonds NutsOtra