

Resultaten van het ActivWalkS^{ci} onderzoek

verandering beweggedrag van 'de lopers' na klinische revalidatie

Karin Postma^{1,2}

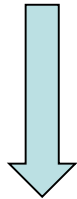
Hans Bussmann², Tijn van Diemen³, Marcel Post⁴, Jos Dekkers⁵, Rutger Osterthun^{1,2}, Ilse van Nes³, Rita van den Berg-Emons²

Mini symposium NVDG, 19 mei 2019

Beweeggedrag

Fysieke activiteit

'elke lichamelijke bewegingen door spieren waarvoor energie nodig is'

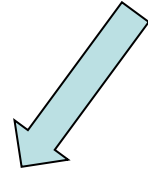
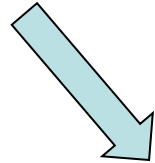


Fitheid

Functioneren

Sedentair gedrag

'activiteit in zit/licg waar weinig energie voor nodig is, tijdens wakkere uren'

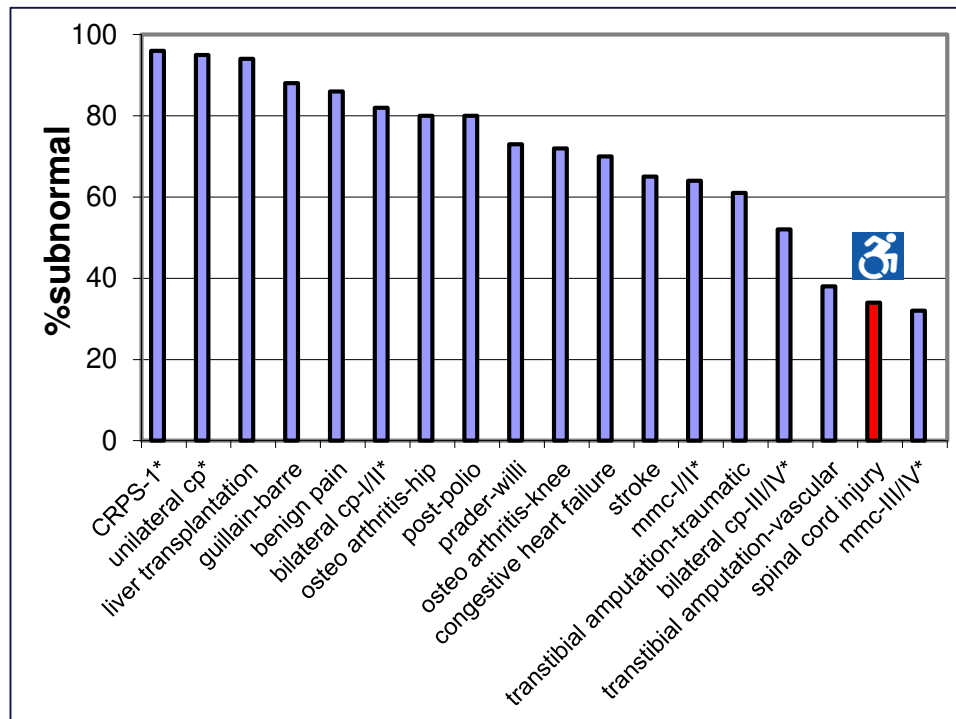


Gezondheid

Dwarslaesie

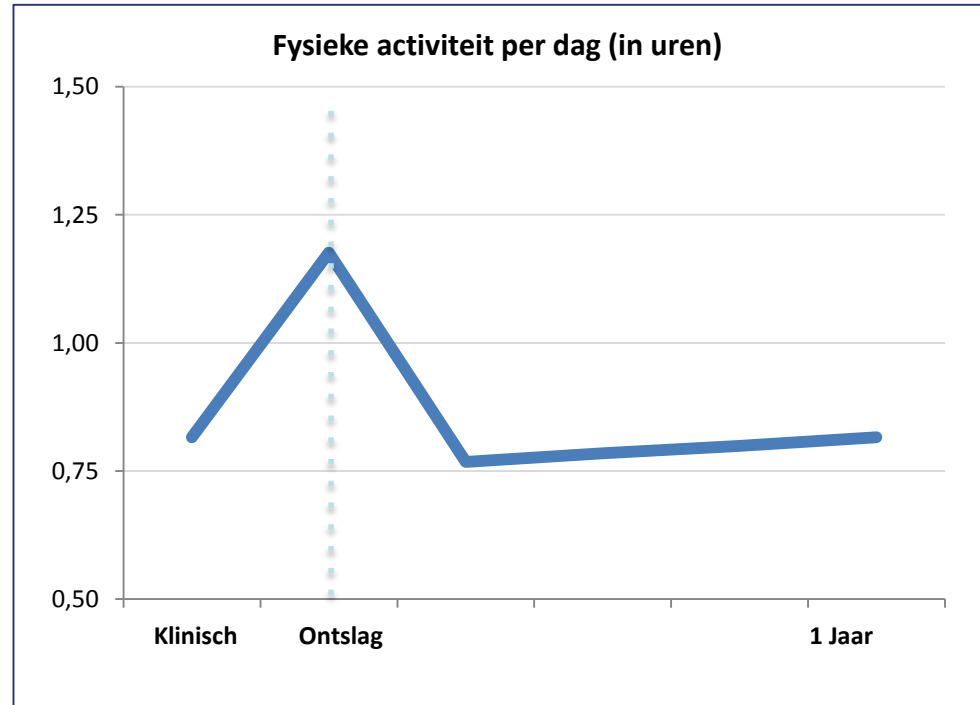
- Laag activiteiten niveau
- Afname na ontslag
- Preventie afname

Activiteiten niveau vergeleken met gezonde referentie groep



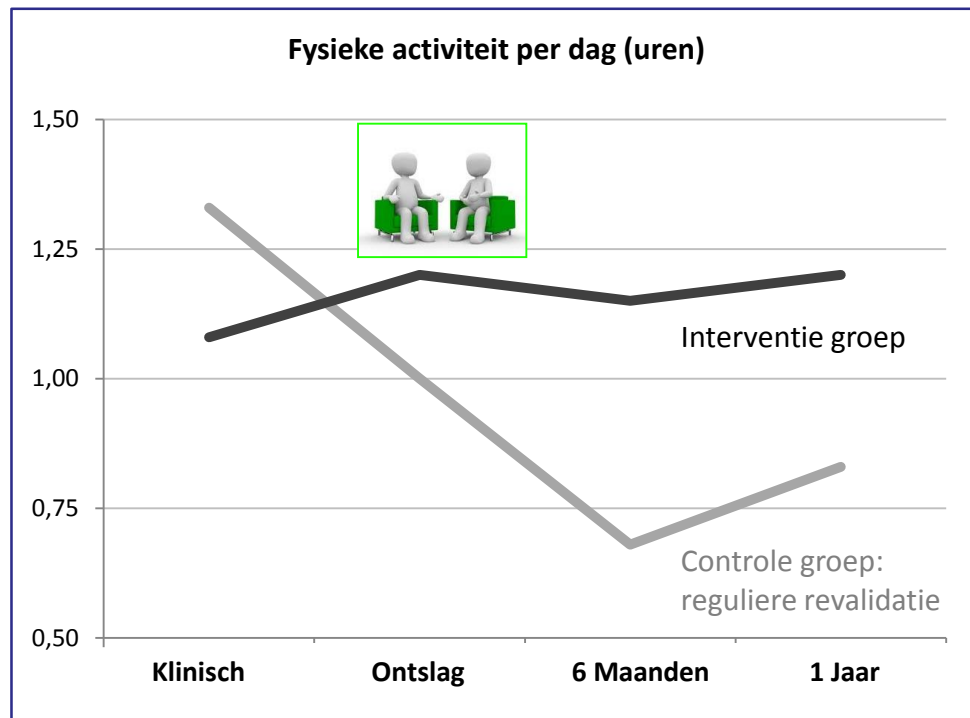
Dwarslaesie

- Laag activiteiten niveau
- Afname na ontslag
- Preventie afname



Dwarslaesie

- Laag activiteiten niveau
- Afname na ontslag
- Preventie afname



de lopers.....

- Een groeiende groep
- Risico op inactiviteit?



- < 5000 stappen/dag (Saraf et al. 2010)
- Lopers minder actief dan rolstoel-gebruikers (Ginis et al. 2010)



ActivWalkSci

Doel: (verandering in) dagelijks beweeggedrag in het jaar na klinische revalidatie bij mensen met een dwarslaesie die kunnen lopen beschrijven

- Fysieke activiteit
- Sedentair gedrag
- Associaties

- Gekoppeld aan ‘ZELF DOEN’
- Prospectief cohort onderzoek
- Meetmomenten:
 - vlak voor ontslag
 - 6 maanden na ontslag
 - 1 jaar na ontslag

[JMIR Res Protoc](#). 2018 Feb; 7(2): e68.

Published online 2018 Feb 26. doi: [\[10.2196/resprot.8054\]](#)

PMCID: PMC5847820

PMID: [29483066](#)

Self-Management and Self-Efficacy in Patients With Acute Spinal Cord Injuries: Protocol for a Longitudinal Cohort Study

Monitoring Editor: Gunther Eysenbach

Reviewed by Jennifer Piatt, Ntsikelelo Pefile, and Julia Amann

[Tijn van Diemen](#), MSc,^{1,2,3} [Eline WM Scholten](#), MSc,² [Ilse JW van Nes](#), MD, PhD,¹ SELF-SCI Group,[#] [Jan HB Geertzen](#), MD, PhD,³ and [Marcel WM Post](#), PhD^{2,3}



Sint Maartenskliniek



De Hoogstraat
Revalidatie



Rijndam
Revalidatie

Inclusie criteria

- Deelname aan ‘ZELF DOEN’
 - recente dwarslaesie
 - ≥ 18 jaar,
 - opname ≥ 4 weken
 - Exclusie: beperkte levensverwachting, taal, cognitie

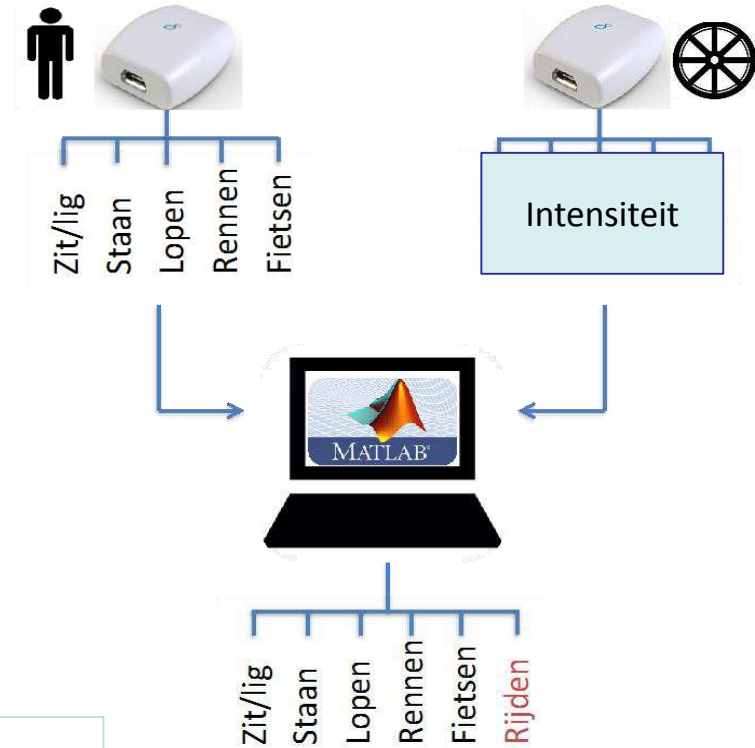
- Thuis (deels) lopen

Meting

- Activ8[©]
 - been
 - been & wiel
- 7 dagen
- Dagboek: slaaptijden en bijzonderheden



- Activ8[©]
 - 3 assige accelerometer
 - hoek en beweeg-intensiteit
 - 5 beweegcategoriën
 - + wiel > rolstoel rijden



Uitkomstmaten

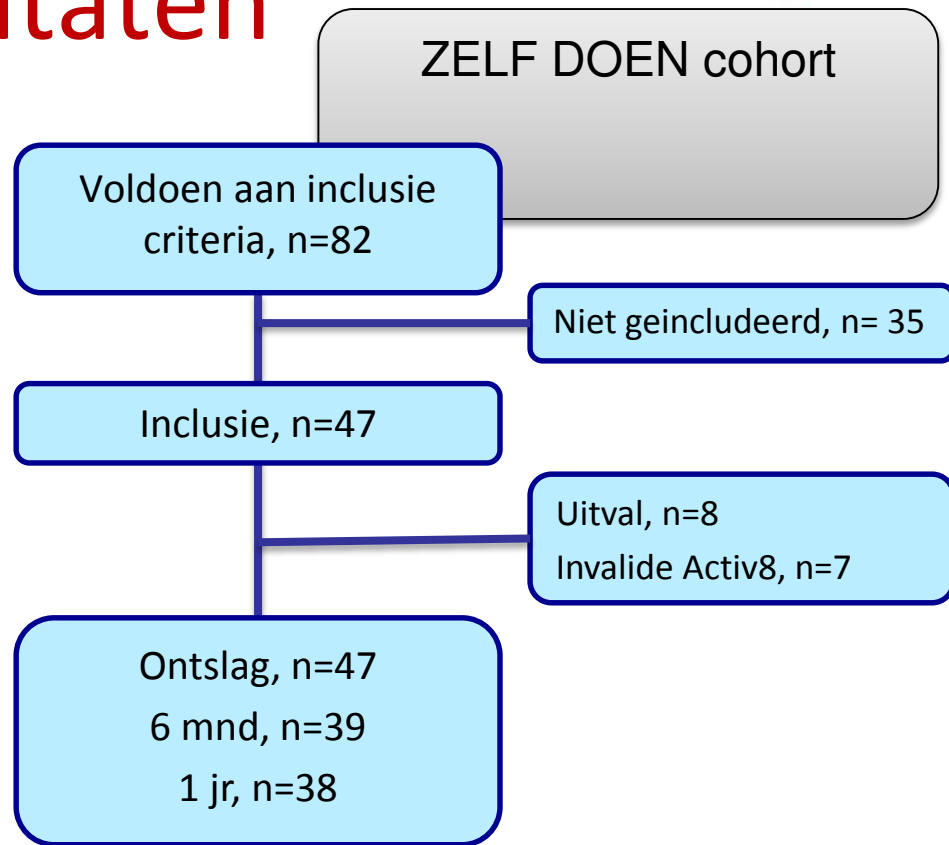
- Duur fysieke activiteit (min/dag)
= lopen + fietsen + rennen + rolstoel rijden
- Duur sedentair gedrag (min/dag)
= zitten + liggen

Tijdens 'wakkere uren'

Resultaten

47 personen:

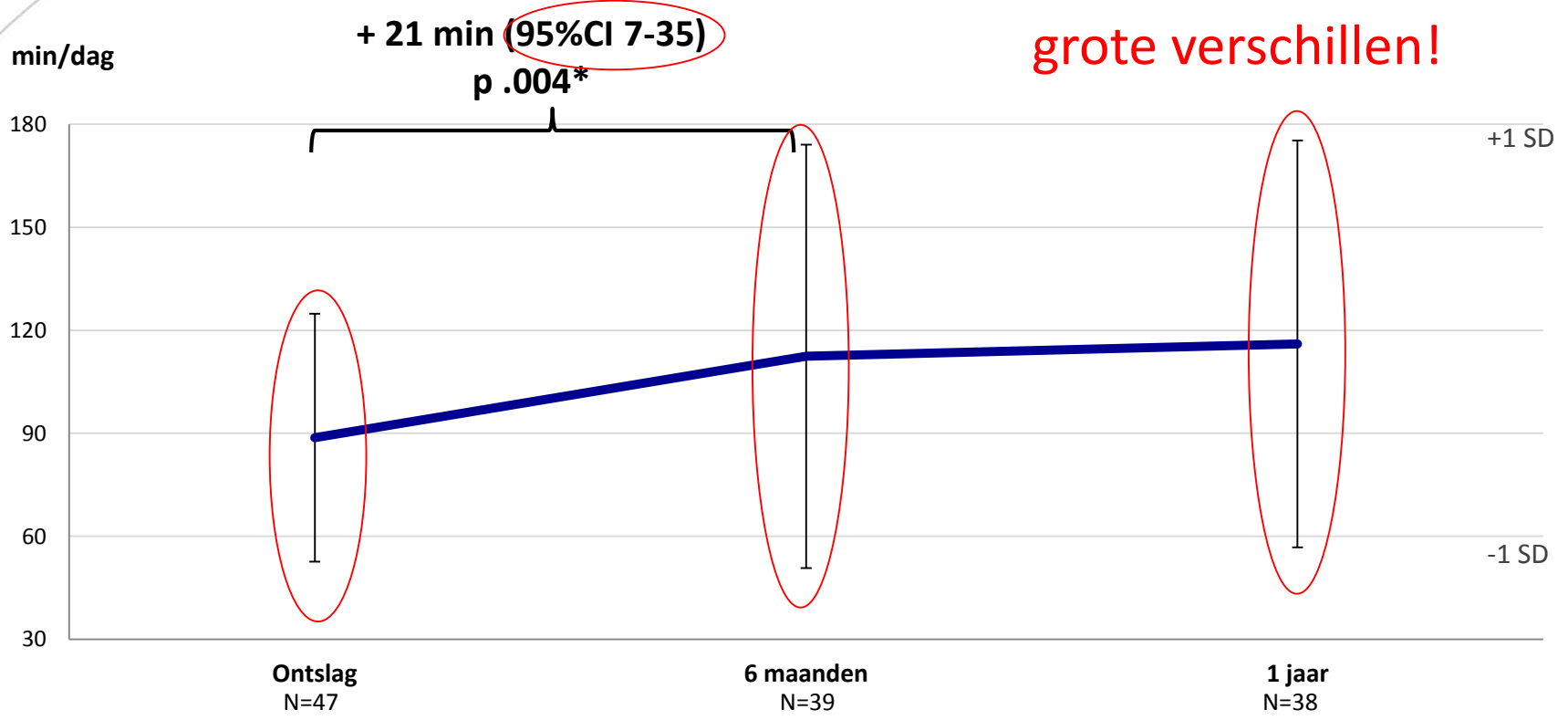
- 54,1 jaar (SD 12,9)
- 25 man / 22 vrouw
- 22 trauma / 25 niet-traumatisch
- 23 tetraplegie / 24 paraplegie
- AIS: 4 C / 42 D / 1 E



- Loopfunctie (mHoffer):
 - 1p: rolstoel afhankelijk functioneren
 - 8 p: tijdens therapie
 - 14 p: binnenshuis

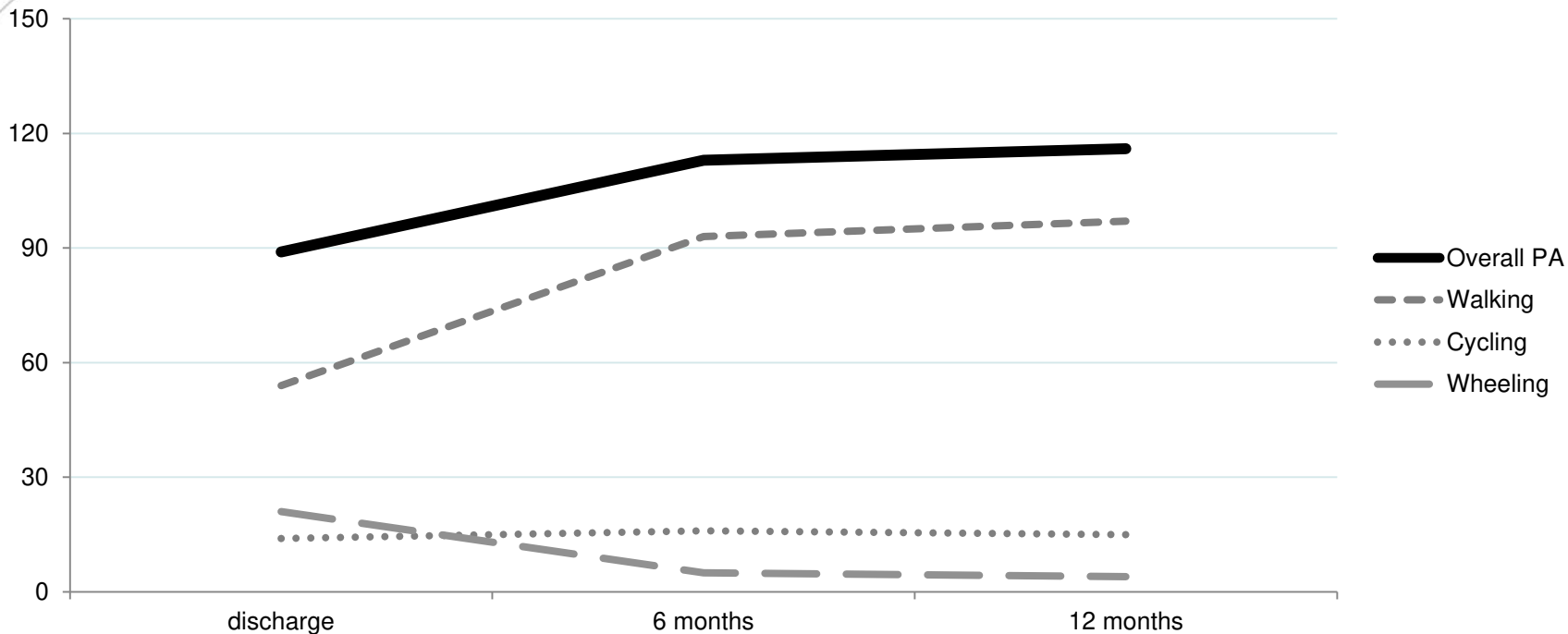
 - 18 p: buitenshuis, lange afstand rolstoel
 - 6 p: buitenshuis, geen rolstoel

Fysieke activiteit

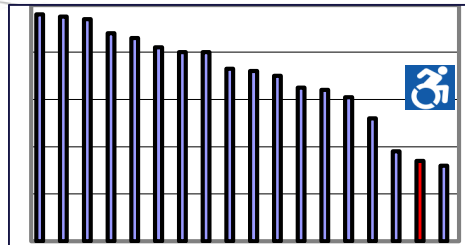


* Generalized estimating equation analysis

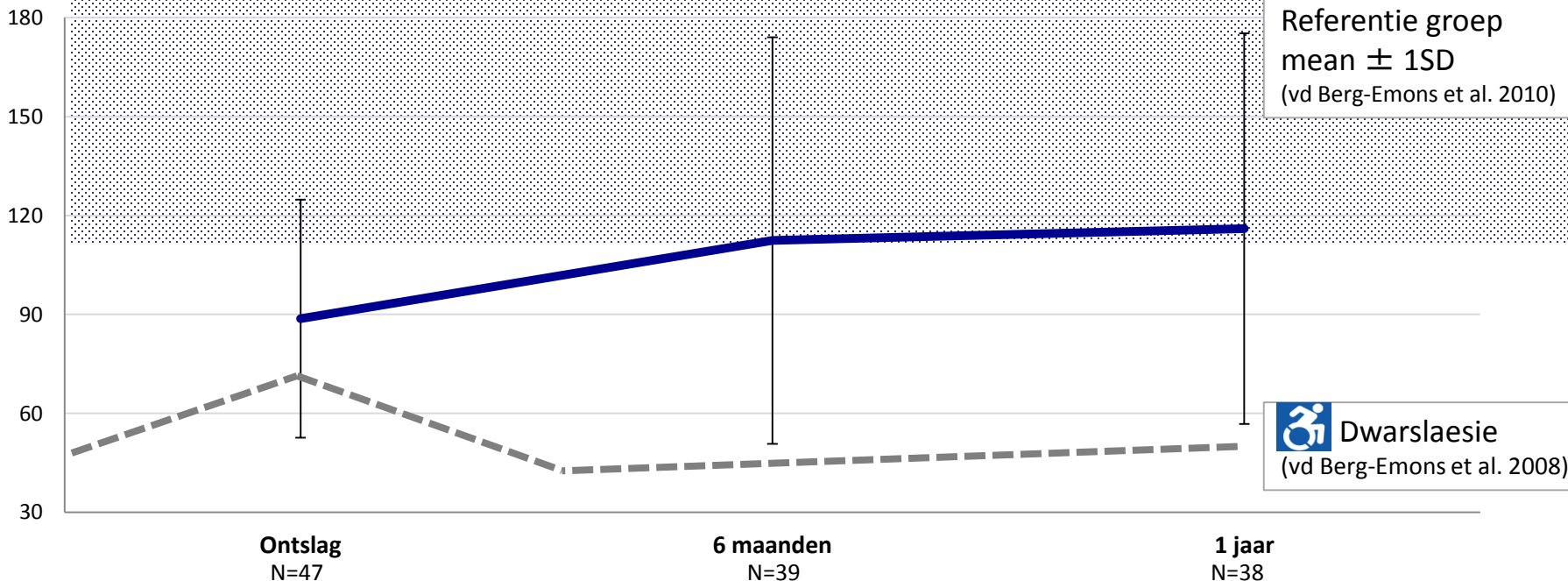
Soort Activiteit



Fysieke activiteit

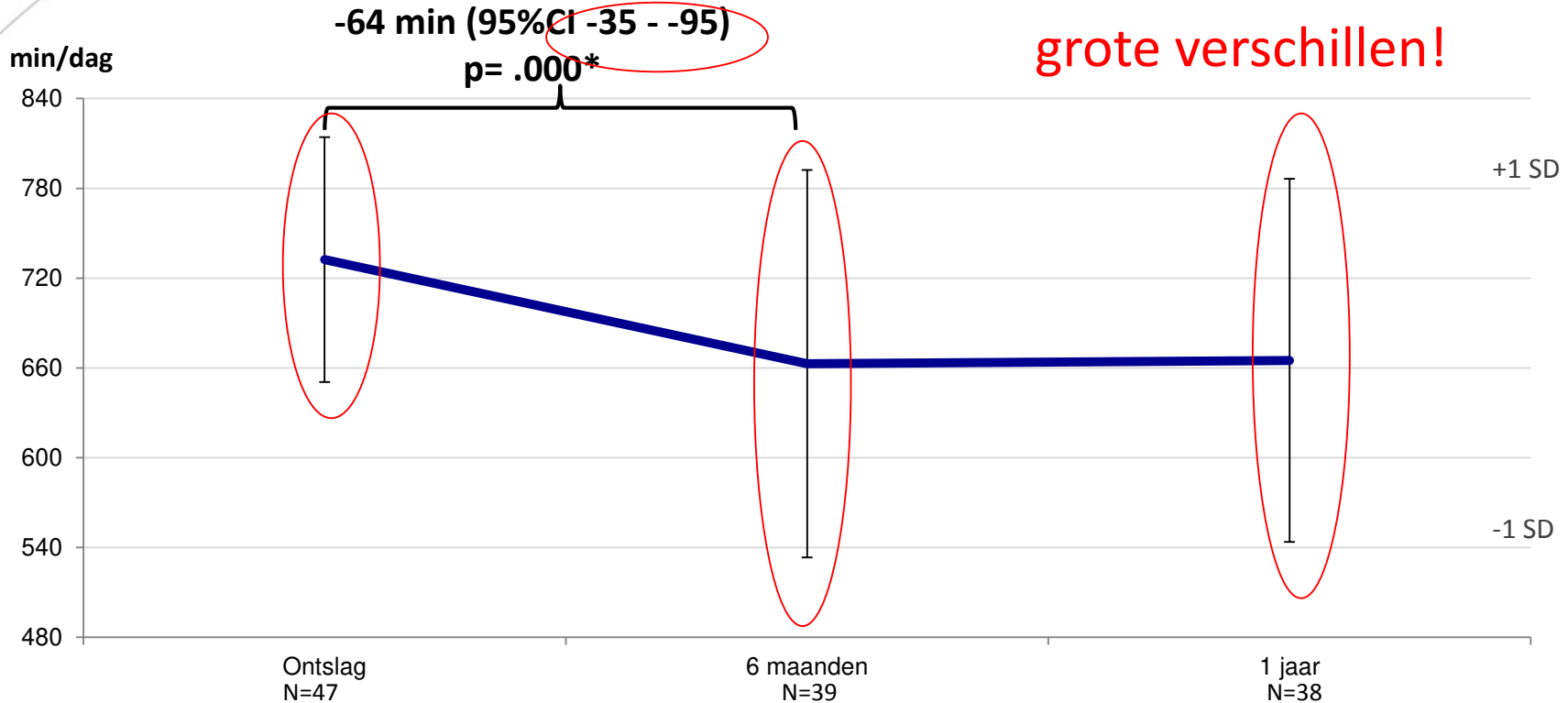


min/dag



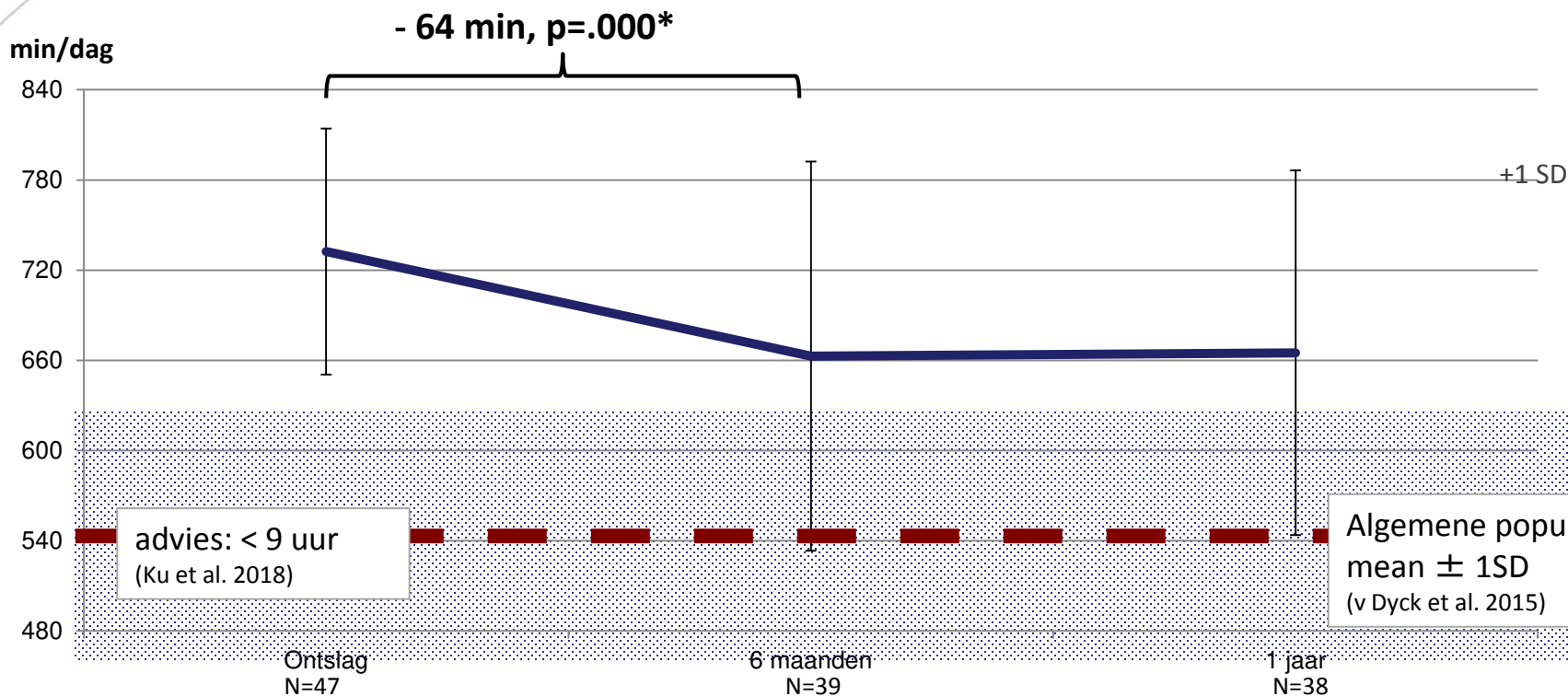
* Generalized estimating equation analysis

Sedentair gedrag



* Generalized estimating equation analysis

Sedentair gedrag



Associaties

	Fysieke activiteit			Sedentair gedrag		
	Beta	95% CI	p	Beta	95% CI	p
Loopfunctie (buitenshuis)	38.2	12.4 - 53.9	.002	-108.5	-155.6 – -61.3	.000
Leeftijd (j)	-1.2	-2.1 – -0.3	.006	1.8	-0.1 – 3.6	.059
Geslacht (vrouw)	-17.9	-43.4 – 7.6	.169	17.6	-38.1 – 73.4	.536
Duur sinds ontstaan (d)	-0.3	-0.6 – 0.0	.075	0.6	-0.1 – 1.3	.092

60 jarige met 'beperkte' loopfunctie - 30 jarige met 'goede' loopfunctie
 68 min minder actief en 108 min meer sedentair gedrag

Groot deel niet verklaard > andere factoren?

Discussie

- Beweegrichtlijn: “bewegen is goed, meer is beter”
 - Risico op overbelasting
 - Aanmoedigen rolstoel gebruik?
- Meer aandacht sedentair gedrag nodig?

Conclusies

- Gemiddeld: gunstig beloop in eerste half jaar
 - Fysieke activiteit ↑ & Sedentair gedrag ↓
 - Optimaal?
- Grote verschillen tussen personen
 - Risico inactiviteit: ‘beperkte’ lopers en ouderen

Klinische boodschap

Aandacht voor gezond beweggedrag
bij lopers

- Dagelijks bewegen
- Andere manieren van actief zijn



ActivWalkS^{ci}

Met dank aan:

- Deelnemers ActivWalkS^{ci}
- Inge Arts, Ellen Moons, Anne-Claire Nuijens, Esther Groenewegen, Eline Scholten, Chantal Hillebregt
- Suzanne van den Oever, Maxine de Jonge, Tachel Latour
- Herwin Horemans, Hans Bussmann
- Carla Nooijen, Tebbe Sluis, Dorine Spijkerman, Henk Stam
- Projectgroep ZELF DOEN