

Kort & Krachtig!

Uitgave van de vereniging KMK | jaargang 10 | nr. 37 | maart 2023

Iwan Schulten
**‘Wij hebben samen
overwonnen’**



Themanummer over armen en handen / 25 jaar OEABG / Zwemfeest / Algemene ledenvergadering

Het draait om functionaliteit

Naked Prosthetics heeft zich tot doel gesteld om mensen met vinger- en gedeeltelijke handamputaties te ondersteunen. Wij willen jouw leven positief beïnvloeden met functionele vingerprothesen van hoge kwaliteit waarmee je kunt terugkeren in een werkzaam leven en weer de dingen kunt doen waarvan je houdt.



Scan de QR-code en ontdek de vier functionele vingerprothesen van hoge kwaliteit op onze website.

INHOUD!



6 ARMEN EN HANDEN!

Rik Engel over opgroeien met een korte arm



12

ARMEN EN HANDEN!

Handtherapeut Olga van der Niet



22 INTERVIEW!

Iwan Schulten: 'Ik heb geen idee hoe ik het heb volgehouden'



40

ARMEN EN HANDEN!

Merijn: grotere zelfstandigheid door iDigits

EN VERDER:

- 4 Voorwoord André Drost/ Kort
- 5 Contact / Column Hanneke Mooij
- 9 Uit de praktijk / Corry van der Sluis en Jan Geertzen
- 10 Armen en handen / Arie Rommers
- 11 Verenigingsnieuws
- 15 ProtheseAcademie
- 16 Armen en handen / Liang
- 17 Armen en handen / Nikstekort
- 18 Armen en handen / In vorige nummers van K&K
- 21 Kort / Column Karen Koller
- 27 Armen en handen / Pijnbehandeling

VAN DE REDACTIE!

Beste lezer,

Een groot deel van dit nummer van 'Kort&Krachtig!' is gewijd aan armen en handen. Een themanummer dus! Het aantal mensen in ons land dat te maken heeft met een arm- of handamputatie is klein vergeleken met het aantal mensen dat een beenamputatie heeft ondergaan, maar dat neemt niet weg dat de praktische, sociale en mentale impact daarvan minstens zo groot is.

Onze hoofdpersoon is Iwan Schulten. We kwamen hem al tegen in het septembernummer van vorig jaar, toen hij vertelde over de mooie begeleiding die hij van Peter ter Keurs had gekregen tijdens zijn revalidatie. In dit nummer vertelt Iwan zijn eigen verhaal.

We hebben Arie Rommers gevraagd hoe het de afgelopen jaren met hem is gegaan, nadat hij in juni 2019 in ons blad vertelde over zijn bionische handprothese. De zeventienjarige Liang vertelt hoe hij zich redt met één hand tijdens zijn koksopleiding. En ook Herman Koopman kan zich goed redden als secretaris van een Zonnebloemafdeling zonder een potlood vast te kunnen houden...

Olga van der Niet heeft ruim twintig jaar als handtherapeut gewerkt bij het UMC Groningen. Zij is onlangs met pensioen gegaan en vertelt over de ontwikkelingen die in die twee decennia op haar vakgebied hebben plaatsgevonden. Het protocol voor het voorschrijven van armprothesen (het PPP-Arm) is onlangs herzien. We brengen ook de website www.nikstekort.nl voor jongeren met een korte arm graag nog een keer onder de aandacht en bij Moveable zijn er het afgelopen jaar mooie nieuwe verbeteringen voor de mHand Adapt ontwikkeld.

Ik wens u veel leesplezier!

HARRY DIETZ

- 28 Zilan / Masterclass amputatiechirurgie
- 29 Column Veronique Gorter
- 31 Armen en handen / Herman Koopman
- 32 Op een ander been gezet / Rick Pouwels / Zwemfeest / Agenda / Was het een haai? / 25 jaar OEABG
- 35 Armen en handen / Speciale dag bij het UMCG / Brochure 'Een armamputatie, en dan'
- 36 Armen en handen / Prothese Protocol van de Arm
- 37 Column Caroline van den Kommer
- 38 Producten / ReSkin
- 39 Armen en handen / De mHand Adapt

KorterMaarKrachtig doet ertoe!



In 2022 ben ik toegetreten tot het bestuur van KorterMaarKrachtig als algemeen bestuurslid. Als jongetje van zes jaar kreeg ik in 1956 een auto-ongeluk waarna mijn linkerbeen moest worden geamputeerd. Sindsdien loop ik met een bovenbeenprothese. In het begin was dat een oefenprothese, een soort 'houten stok' met aan de boven-

kant een leren hoes en banden om de heup. Later kwamen er kokers gemaakt van giethars. Die waren beduidend comfortabeler in het gebruik. Ook andere onderdelen van de prothese - zoals de voet en knie - werden doorontwikkeld met gebruik van elektronica en computerisering. Deze laatste ontwikkelingen heb ik door de kwetsbaarheid ervan aan mij voorbij (moeten) laten gaan.

Niet-gehandicapt

In al die jaren heb ik mij altijd zoveel mogelijk als een 'niet-gehandicapte' bewogen en gedragen. Ik heb mij niet veel aangetrokken van wat de mensen om mij heen aan mij konden zien of over mij dachten. Ook al weet je natuurlijk dat er naar je wordt gekeken als je met één been in het zwembad hinkelt of op de tennisbaan zichtbaar anders loopt en rent. Zo deed ik jarenlang aan wedstrijdzwemmen en waterpolo, speelde ik volleybal en tenniste ik in de reguliere wedstrijdsport. Ook heb ik mij 45 jaar geleden het skiën eigen gemaakt, staand op één ski en met twee krukskietjes. Ik heb nooit de behoefte gevoeld om in de gehandicaptensport te gaan sporten, ook omdat de gehandicaptensport vroeger nog maar nauwelijks ontwikkeld of bekend was.

Rol van KMK cruciaal

De rol van KorterMaarKrachtig - als enige en goed georganiseerde vereniging van mensen die een amputatie hebben ondergaan en mensen met een reductiedefect - is zeker de laatste tijd cruciaal. De vereniging wordt steeds nadrukkelijker uitgenodigd om mee te denken en praten bij het opzetten van samenwerkingsverbanden met de zorgverzekeraars, revalidatieartsen en instrumentmakerijen. En soms wordt betrokkenheid van de gebruikers ook expliciet als subsidievoorwaarde genoemd bij de start van projecten, zoals recent ook is gebeurd bij het opzetten van de ProtheseAcademie.

Kortom, KMK doet er daadwerkelijk toe in 'protheseland' en wij behartigen daarbij uw belangen zo goed mogelijk.

ANDRÉ DROST, ALGEMEEN BESTUURSLID

In de rubriek **KORT!** vindt u berichten over onderzoek & wetenschap, nieuwe producten, symposia, lezingen en algemeen nieuws.

Flamingolunch

Op zaterdag 25 maart wordt er weer een Flamingolunch georganiseerd. De Flamingo's zijn een groep dames met één been. Zij komen één of twee keer per jaar bij elkaar om niet alleen gezellig met elkaar te praten maar ook om ervaringen en tips uit te wisselen.

De lunch vindt zoals altijd plaats van 12:00 tot 15:00 uur in Restaurant Darthuizen in Leersum, Rijkstraatweg 315, 3956 CP Leersum, telefoon 0343 453 041. Kom jij ook een keer?



Nieuwe bestuursleden SOHN

Bij de Stichting Orthopedische Hulpmiddelenzorg Nederland (SOHN) zijn onlangs twee nieuwe bestuursleden benoemd: Nicole Dekkers en Eric Lamsma. Zij zijn de opvolgers van Cock Vergeer, die in juni vorig jaar met pensioen is gegaan. Samen met Esther Mik vormen zij het dagelijks bestuur van SOHN. Revalidatiearts Bert Kap (De Hoogstraat Revalidatie) blijft als algemeen bestuurder betrokken bij SOHN.

Om aan de statutaire verplichtingen van een oneven aantal bestuurders te voldoen, blijft Cock Vergeer tijdelijk langer aan als algemeen bestuurder, maar hij zal niet actief zijn in het dagelijks bestuur van de stichting.

Nicole Dekkers is directeur-bestuurder bij Roessingh Revalidatie in Enschede. Eric Lamsma is bestuurder bij Bewegingsvisie, een groep van vijftien samenwerkende orthopedische instrumentmakers.

Verdere informatie: ▶ www.stichtingohn.nl
▶ www.bewegingsvisie.nl

Correctie

In het vorige nummer van 'Kort&Krachtig!' is in de advertentie van Protec op pagina 2 een verkeerd telefoonnummer gemeld. Het juiste telefoonnummer van Protec is: 06 2036 5508.

Contact!

Postadres:
KorterMaarKrachtig
Brinkstraat 133-8
7512 EC Enschede



Bestuur

Voorzitter: [Sepholine Loman](#)
voorzitter@kortermaarkrchtig.com

Penningmeester: [Siebe Doop](#)
penningmeester@kortermaarkrchtig.com

Secretaris: [Martin Zandt](#)
secretaris@kortermaarkrchtig.com
Bureau KMK: 06 2211 1485

Bestuursleden algemeen

[Nadine Donders](#)
nadinedonders@kortermaarkrchtig.com

[Rob Smit Duijzentkunst](#)
robsmitduijzentkunst@kortermaarkrchtig.com

[André Drost](#)
andredrost@kortermaarkrchtig.com

[Albert Velthuis](#)
albertvelthuis@kortermaarkrchtig.com

Vrijwilligerscoördinator

[Mary van Dijk](#)
maryvandijk@kortermaarkrchtig.com

Ledenadministratie

leden@kortermaarkrchtig.com

Verzendhuis KMK (brochures, folders, magazines)

[Mary Hellings](#)
06 1377 6238
folders@kortermaarkrchtig.com

Website en social media

www.kortermaarkrchtig.com
webmaster@kortermaarkrchtig.com
columnist: Hein van der Zande
www.facebook.com/Korter-Maar-Krachtig-137102523086574/
facebookbeheer@kortermaarkrchtig.com
www.linkedin.com/company/kortermaarkrchtig/
twitter.com/Kortermaak

Redactie 'Kort & Krachtig!'

[Harry Dietz](#), [Rosanne Faber](#), [Annelies van Lonkhuyzen](#) en [Hannah Jimmink](#)
redactie@kortermaarkrchtig.com
06 2211 1485

Banknummer

NL37ABNA 0433681365

COLUMN!

In Arabische sferen



We keken onze ogen uit, vriendin 'Nikki' en ik. Ja, voordat je 't weet heb je een claim aan je broek hangen met die privacywetgeving van tegenwoordig dus ik geef haar maar even een andere naam voor alle zekerheid.

Rondlopend door een prachtig gerestaureerde oude fabriekshal in onze hoofdstad genoten we volop van een expositie van

kleurige lichtprojecties en oorstrelende muziek. Alsof we een onderdeel waren van deze vorm van kunst. Voordat we de hal ingingen, hadden we onszelf getraakteerd op een heerlijk entje bij een Noord-Afrikaans restaurant op een paar minuten loopafstand. Alle risico op een valpartij vermijgend wilde ik het korte stukje per se met de auto afleggen want het was hartje winter en spiegelglad. Met twee operaties achter de rug in het kader van de osseointegratie was ik maar wat blij dat ik weer op de been was en wilde dat voorlopig ook zo houden.



Op de vloer

Nikki loopt al een paar jaar met een klikprothese maar zij is zo'n uitzonderlijke vrouw waarvan dat met geen mogelijkheid te zien is. Ze voelt zich er ook ontzettend zeker mee. Petje af hoor! Aangekomen in het restaurant konden we kiezen tussen 'gewoon' aan een tafel of heel traditioneel op de vloer bij een hele lage tafel zitten. Daar hoefden we niet lang over na te denken! 'Ik doe wel m'n prothese af hoor' zei Nikki en hoppa, daar legde ze haar pootje overdwars op een paar barkrukken. Met een minuut later die van mij ernaast. Tegen zachte kussens aan hebben we comfortabel zittend op mooie vloerkleden in Arabische sferen heerlijk gegeten. Niet traditioneel met de handen maar heel westers met bestek. Er zijn natuurlijk grenzen ;). De anderen keken hun ogen uit toen we na het eten onze pootjes weer aanklikten.

*'Ik doe
wel m'n
prothese
af hoor!'*

HANNEKE MOOIJ

Rik Engel over leven met een korte arm

‘Vindingrijkheid waar ik nog steeds van profiteer’

Rik Engel werd geboren met één hand. Tijdens de KMK-familiedag vorig jaar hield hij een presentatie met als thema ‘Leven met een korte arm’. In dit artikel vertelt hij nogmaals zijn inspirerende verhaal.

6 ‘Mijn naam is Rik Engel, ik ben 21 jaar oud en ik studeer rechten aan de Universiteit Utrecht. Ik speel hockey, kijk graag naar American football en ga graag naar de bioscoop. Ik ben geboren met één hand. Mijn linkerarm is tot en met de pols ontwikkeld. Dit was niet genetisch maar, zoals de artsen het noemden, een foutje van de natuur. Ik ben zo opgegroeid en weet dus ook niet beter.

Leven met een aangeboren afwijking

Ik heb de afwijking aan mijn linkerhand nooit als een probleem ervaren omdat ik vanaf mijn geboorte onbewust heb geleerd om dingen op een bepaalde manier te doen. Dit geldt zowel voor activiteiten die normaal met één hand gedaan worden als voor dingen die doorgaans met twee handen gedaan worden. Ik heb dus nooit hoeven te revalideren en mijn hersenen en lichaam opnieuw moeten trainen om deze activiteiten uit te voeren. Ik heb altijd zoveel mogelijk dingen eerst geprobeerd voordat ik ging twifelen of ik iets kon. Daardoor ben ik ook van nature veel handiger geworden in het uitzoeken hoe ik iets op mijn eigen manier kan doen, zoals spelen in de speeltuin, spelletjes spelen op de computer of PlayStation en hockeyen. Deze activiteiten worden normaal met twee handen gedaan maar ik doe zeker niet onder voor mensen met twee handen in deze dingen. Ik denk zelf dat hierbij het belangrijkste je eigen



Foto: eigen bezit



Foto: Rosamte Faber

*'No excuses,
no limits'*



Foto: eigen bezit

perspectief is. Heel veel problemen zijn in de praktijk slechts op te lossen door het net even anders te doen of er anders naar te kijken. Hierin mag je gerust een beetje experimenteren en kijken wat wel en niet lukt. Sommige dingen lukken geheel niet maar puur door veel dingen te proberen train je handigheden die vaak helpen. Deze aangeboren afwijking heeft mij dus een bepaalde vindingrijkheid gegeven waar ik vandaag de dag nog steeds van profiteer.

De verwachtingen van mijn ouders

Mijn ouders kregen van de artsen al tijdens de zwangerschap te horen dat er bij mijn geboorte een afwijking aan mijn linker-

hand zou zijn. Zij waren erg opgelucht dat bij de geboorte alles normaal verliep en dat ik voor de rest volledig gezond was. Toch wisten mijn ouders niet wat voor gevolgen de afwijking op fysiek en sociaal vlak voor mij zou hebben. Dat is natuurlijk

ook logisch aangezien mijn ouders niet precies konden voorspellen hoe alles zou verlopen. Allerlei dingen die zij voor logisch aannamen, konden bij mij heel anders gaan. Ik heb naar aanleiding van dit verhaal van tevoren met mijn ouders gepraat en een paar grappige voorbeelden hiervan gehoord. Denk hier bijvoorbeeld aan: “Kan hij zomaar alleen het klimrek opklimmen?” en “Kan hij wel in een rechte lijn zwemmen met maar één hand?”. “Kan hij wel met rest van de klas normaal meegymmen op school?”. En: “Krijgt hij wel vriendjes op school en later een vriendinnetje?”. Ik kan jullie verklappen dat al deze dingen helemaal in orde zijn gekomen. Ik zal net als elk kind een paar keer gevallen zijn maar heb altijd de tijd van mijn leven gehad in de klimrekken. Zwemmen kon ik juist goed en ik heb dan ook al mijn diploma's gehaald. Het ontbreken van de hand maakte niet uit aangezien je compenseert met je benen. Met gym was ik juist één van de fanatiekste leerlingen en behalve ringzwaaien was alles voor mij goed te doen. Vriendjes maken ging altijd vanzelf en ik heb een paar superleuke vriendinnetjes gehad.

Mijn ouders lieten mij vaak eerst experimenteren. Als ik echt ergens moeite mee zou hebben, dan zou ik dat zelf ook aangeven. Van belang is hierbij voor mij altijd het motto geweest *'no excuses, no limits'*. Ik zou ouders willen adviseren om niet te snel te denken dat hun kind iets niet kan. Grensgevallen daargelaten kunnen kinderen meestal zelf aanvoelen of iets echt niet mogelijk is. Bovendien voelde ik mij ook meer op mijn gemak omdat mijn ouders mij niet anders behandelden.'

RIK ENGEL



Lekker sporten in 2023

www.oim.nl/aktief2023

Lekker in beweging zijn is leuk, gezond en geeft een goed gevoel! Dit jaar organiseerden we loopclinics en deden we mee met de Bredase Singelloop en de 4 Mijl van Groningen. “Gezellig!” “Een hele uitdaging!” en “Trots!” zeiden de deelnemers.

Ook in 2023 blijven we actief! Wil je meer weten, kijk dan op www.oim.nl/aktief2023 en laat je e-mailadres achter, dan houden wij je op de hoogte.


OIMaktief
onderdeel van OIM Orthopedie



Professor dr. Corry van der Sluis is in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) als revalidatiearts trekker voor het aandachtsgebied Arm- en Handaandoeningen. Zij is hoogleraar voor dit specifieke aandachtsgebied en stimuleert de arm- en handrevalidatie binnen de patiëntenzorg, het onderzoek, de opleiding en het onderwijs. In deze column schrijft ze over haar werk als revalidatiearts in het UMCG.

Mooi vak!

Een zeventigjarige man bezocht mijn spreekuur, hij was naar mij doorverwezen door zijn oncoloog. Mogelijk zou hij zijn linker onderarm moeten laten amputeren in verband met een tumor in zijn pols. Het is altijd weer een verrassing voor mij als revalidatiearts welke hulpvraag iemand in een dergelijke situatie heeft. Meneer kwam al snel tot de belangrijkste vragen waar het voor hem om draaide: 'Kan ik na een amputatie nog een koor dirigeren?' en 'Kan ik nog componeren?'.

Dirigeren

Als revalidatiearts ben ik van diverse markten thuis, maar een koor dirigeren en muziek componeren behoren niet tot mijn kwaliteiten. Ik vroeg daarom wat daarvoor nodig was. Door aan mij uit te leggen wat voor het dirigeren van een koor nodig is, kwam meneer al snel zelf tot de conclusie dat dirigeren met één hand en een korte arm ook wel mogelijk zou zijn. Voor componeren was het noodzakelijk om bastonen te kunnen aanslaan met zijn linkerhand. Twee bastonen, die hij met enige afstand van elkaar zou kunnen aanslaan, zou volstaan. Toen ik uitlegde dat onze instrumentmaker of adaptatietechnicus daar wel een koker met een hulpstuk of een aanpassing voor zou kunnen maken, zag ik de spanning van de schouders van meneer afglijden.

Ondersteunen en begeleiden

Vanaf dat moment stond hij open voor informatie over het revalidatietraject en prothesen, wilde hij ook graag een prothese voelen en kunnen bekijken, en nam hij ook informatie op over alle andere mogelijkheden om zo goed mogelijk eenhandig te kunnen functioneren. 'Ik probeer zo actief mogelijk te leven', vertelde hij, 'en dat wil ik zo lang mogelijk volhouden'. Ik gaf aan dat dat de kern van revalidatiegeneeskunde is en dat het leven na een amputatie niet betekent dat er niets meer kan. Het wordt nooit meer hetzelfde, het is de start van een ander leven, maar daarin behoort actieve deelname aan de maatschappij zeker tot de mogelijkheden. Het revalidatieteam is er juist voor om bij dat proces te ondersteunen en te begeleiden. Hij ging tevreden de deur uit en was minder somber gestemd over de nabije toekomst. En ik stelde voor mezelf vast dat de revalidatiegeneeskunde toch wel een heel mooi vak is!

PROF. DR. CORRY VAN DER SLUIS, REVALIDATIEARTS UMCG



Professor dr. Jan Geertzen is revalidatiearts en hoogleraar Revalidatiegeneeskunde in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG). Hij is gespecialiseerd in moeilijke problemen in de amputatie(-chirurgie) en prothesiologie van het been. Professor Geertzen is (mede)auteur van veel (inter)nationale artikelen en boeken op het gebied van amputatie en prothesiologie.

De duivel en zijn handen

De redactie van 'Kort&Krachtig!' vroeg ons, de vaste columnisten, voor het maartnummer te focussen op het thema armen en handen. Ik zat dus met een probleem, want ik 'zit in de benen'... Vlak voor de kerst toch maar aan deze column begonnen. Ik dacht: ik zoek eerst maar eens een spreekwoord met het thema hand erin dat ik nog niet ken. Uiteindelijk vond ik er rond de vijftig en eentje kende ik niet: 'Heeft de duivel het paard gegeten, dan neemt hij de toom ook nog'. Met andere woorden: als je eenmaal in de handen van slechte mensen gevallen bent, dan verlies je alles.

*'Een probleem:
ik zit in de
benen...'*

Handen voor Oekraïne

Mijn gedachten dwaalden af naar Oekraïne en naar de diepe ellende die één man daar heeft veroorzaakt. Ik realiseer me dat we de ellende niet kunnen overzien; de ellende die de mensen daar dagelijks ondervinden. En dan was er dat mooie bericht dat ik vandaag ook las: Gerwin Smit van de TU Delft heeft 3D-geprinte handen ontwikkeld en laten maken in India en daarvan zijn er in oktober vorig jaar 350 in Kiev afgeleverd. Die handen kosten ongeveer honderd dollar per stuk. Gerwin verwacht er op korte termijn nog meer te (moeten) leveren; tegelijk dus ook een zeer triest bericht.

Handen dichtknijpen

In Nederland verliezen ongeveer vijftig mensen per jaar een hand. En dan te bedenken dat er niet alleen in Oekraïne, maar ook aan Russische zijde vele mannen en vrouwen waarschijnlijk ledematen verloren hebben. We mogen onze handen dichtknijpen dat we in Nederland leven. We gaan volgens mij de aankomende tijd handen tekort komen om Oekraïne te kunnen helpen. Ik denk dat er vele orthopedisch technologen nodig zullen zijn. Hopelijk kunnen zij ijzer met handen breken!

PROF. DR. JAN H.B. GEERTZEN, REVALIDATIEARTS UMCG

Arie Rommers

‘Het is echt mijn hand’

Arie Rommers verloor als dertienjarige zijn rechterhand door een vreselijk ongeluk: hij speelde met een projectiel voor luchtafweer, gekregen van een militair die dacht dat het ging om onklaar gemaakt instructiemateriaal. Het explosief bleek toch op scherp te staan. Niet alleen fysiek maar ook mentaal had dit trauma grote invloed op zijn leven. We spraken Arie vier jaar geleden over zijn Be-bionic handprothese (zie overzicht op pagina 19). Tijd voor een update.

Arie: ‘Ik heb inmiddels een nieuwe Be-bionic met een andere koker. Heel handig is het indicatorlampje waaraan ik kan zien dat de stroom bijna op is. Voorheen stond ik wel eens ‘vast’ met mijn hand om een winkelwagentje omdat de batterij ineens leeg was... Ik heb de hand weliswaar in bruikleen van de verzekering maar het is echt mijn hand en ik ben er nog steeds heel blij mee. Als ik hem aandoe is het alsof je eerst met skischoenen aan op de piste hebt gelopen en dan je ski's aantrekt waardoor je als vanzelf naar beneden glijdt. Ik ben ook nog steeds blij dat ik geen cosmetische handschoen meer hoeft te dragen en niet meer hoeft te doen alsof ik twee ‘gewone’ handen heb.’

Niet ‘zielig’

Met veel doorzettingsvermogen, intensief sporten en een positieve instelling is Arie ver gekomen. ‘Je bent beschadigd, van binnen en van buiten, dus je mag best wel eens een baaldag hebben. Je hoeft echt niet elke dag met een stralende lach de Mount Everest te beklimmen, zoals je veel in de media ziet. Maar tegelijk wil ik niet ‘zielig’ zijn, dus ik tel ook mijn zegeningen: ik heb heel Europa doorgefietst, heb mooie relaties gehad, ik heb een prachtige zoon, een dak boven mijn hoofd en goed te eten.’

Ouder worden

‘Onlangs is er na veertig jaar een granaatscherf uit mijn arm



Foto: Dennis van den Heuvel

verwijderd omdat ik er last van kreeg. Gek genoeg besef ik nu ik ouder word steeds meer dat het ‘voor altijd’ is. Een tijd terug had ik een hernia en op de scans was te zien dat de tussenwervelschijven aan de linkerkant versleten waren, doordat ik lange tijd boodschappentassen en andere zware dingen met links getild heb. Ik heb mijn prothese dus ook om mijn rug te beschermen. Ik hoop erg dat wij handgeamputeerden in deze tijd van bezuinigingen toch dit soort prothesen kunnen blijven gebruiken. Fingers crossed..., haha, dat is het enige dat ik er níet mee kan!’

ROSANNE FABER

VERENIGINGSNIEUWS!

Algemene ledenvergadering 13 mei 2023

De Algemene ledenvergadering van KorterMaarKrachtig zal dit jaar worden gehouden op zaterdag 13 mei. Het bestuur is op het moment dat dit wordt geschreven nog op zoek naar een geschikte locatie en een mooie invulling van deze dag. Reserveert u deze datum alvast in uw agenda? Alle leden krijgen binnenkort een officiële uitnodiging.



Heb je tijd over?

Zonder vrijwilligers kan KorterMaarKrachtig niet bestaan. We zijn dan ook erg blij met de vrijwilligers die we hebben! En we kunnen altijd nieuwe mensen gebruiken.

Op dit moment is er behoefte aan de volgende vrijwilligers:

- ▶ KMK-leden die willen meehelpen met de organisatie van inloopmomenten bij revalidatiecentra en ziekenhuizen. Contact: Mary van Dijk, maryvandijk@kortermaarkrchtig.com
- ▶ Nieuwe vrijwilligers om inloopmomenten te organiseren in de provincies Zeeland, Noord-Brabant en Limburg. Contact: Mary van Dijk, maryvandijk@kortermaarkrchtig.com

Agenda

Let op: de data van de inloopmomenten worden niet meer in dit overzicht opgenomen. Dankzij het vele werk van onze vrijwilligers zijn er zóveel inloopmomenten, dat ze voortaan permanent te bekijken zijn op www.kortermaarkrchtig.com/inloopmomenten.

Zaterdag 13 mei 2023

Algemene ledenvergadering KorterMaarKrachtig. Alle leden ontvangen een uitnodiging waarin verdere informatie staat.

Zaterdag 3 juni 2023

Viering van het 25-jarig jubileum van 'Op een ander been gezet'. Bij De Hoogstraat Revalidatie in Utrecht. Alle betrokkenen ontvangen een uitnodiging. Zie ook pagina 34.

Woensdag 21 of 28 juni 2023

Regionale ledendag KMK bij Livit in Dordrecht (11:00 - 14:00 uur). Verdere informatie volgt in het juninummer.

Contributie 2023

Alle leden van KMK hebben intussen de factuur voor de 2023-contributie ontvangen. Bij de leden die ons een machtiging voor een automatische incasso hebben afgegeven, is begin februari € 25,- van de rekening afgeschreven. De andere leden hebben een factuur voor € 30,- ontvangen. Wilt u de contributie zo snel mogelijk betalen? Ieder jaar zijn er weer veel leden die hun contributie niet op tijd betalen en dat kost ons helaas onnodig veel tijd en energie...

Contactpersonen van KMK

| | | | |
|---|---|---|--|
| Onderbeenamputatie | Herman Ferguson John van de Pas Ronald Gerrits Mary van Dijk-Jabaaij | Rotterdam Nieuwerkerk aan den IJssel Nijmegen Epe | 06 5354 3856 06 5138 5347 06 5069 6369 06 1315 8381 |
| Omkeerplastiek | Erwin Oostrom | Kronenberg (Limburg) | 06 4098 0592 |
| Knie-exarticulatie | Angelina Windsant Akkie Emmaneel | Burum (Friesland) Emmen | 06 4658 5572 06 3632 1561 |
| Bovenbeenamputatie | Reinoud Liefing Aad Tander-Hendriks Jacqueline van Brakel Symen Sybrandy Marian Goutziers | Amsterdam Baarn Mookhoek (Z-H) Beetsterzwaag (Friesland) Roosendaal | 06 5200 1668 06 1040 7381 06 1365 7876 06 5325 4895 06 4032 5091 |
| Dubbele onderbeenamputatie | Marcel Zonjee | Velserbroek (N-H) | 06 4150 1353 |
| Osseointegratie onderbeen | Karin Oud-Faas | Den Haag | 06 2527 9578 |
| Osseointegratie bovenbeen | Richard Kusters Reinoud Liefing | Leiderdorp Amsterdam | 06 2933 6380 06 5200 1668 |
| Hand-/armamputatie | Erica de Graaf | Drachten (Friesland) | 06 5179 1419 |
| Ouders van een kind met een amputatie of een reductiedefect | Nicolaas Bessels San Vermaas | Eefde Zevenbergen | 06 1101 8300 06 4649 5866 |

Handtherapeut Olga van der Niet

‘Een klein beetje extra functie kan een groot verschil maken’

Onlangs ging handtherapeut Olga van der Niet met pensioen. Ze kijkt met veel plezier terug op haar werk bij het UMCG in Groningen: ‘Als handtherapeut kun je een belangrijke bijdrage leveren.’

Olga van der Niet: ‘Toen ik in 2000 als ergotherapeut begon bij het UMCG, deden we ook de nabehandeling van bijvoorbeeld handoperaties. Zo maakten we handspalken ter ondersteuning van het herstel. Want na een operatie moet een hand weer gaan bewegen, maar wél op een verantwoorde manier. Als je dat bijvoorbeeld na een peesoperatie niet doet, komt alles vast te zitten. Dan heeft de operatie dus eigenlijk geen zin gehad.’ Olga vond het mooi werk en deed de extra cursussen die nodig zijn om als fysio- of ergotherapeut handproblemen te kunnen behandelen.

Observeren en informeren

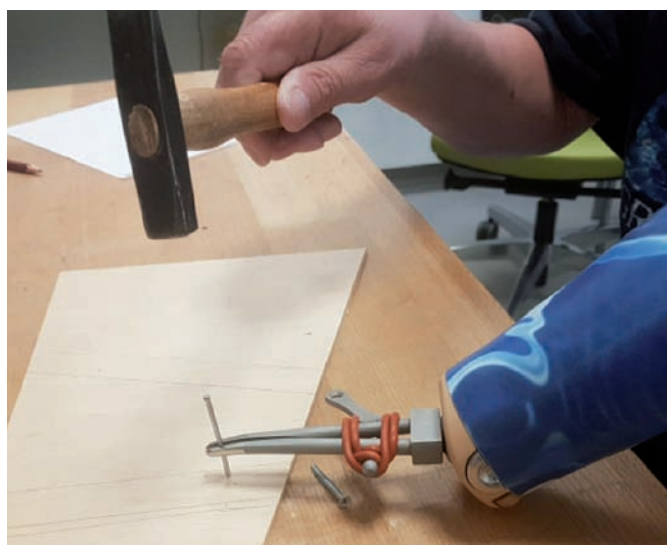
Handtherapie is heel breed, vertelt ze: ‘Er zijn kinderen met aangeboren handafwijkingen, mensen komen met hun hand in



een machine of raken betrokken bij een ander ongeluk, de handfunctie kan worden beperkt door ziekte, zoals artrose of reuma, of door chronische pijnklachten. De oorzaken kunnen heel divers zijn, maar altijd is het bijzonder ingrijpend als je hand of handen niet goed functioneren. Handen gebruik je de hele dag, bij alles wat je doet. Zelfs als we iemand maar een klein beetje handfunctie kunnen teruggeven, kan dat in het dagelijks leven een groot verschil maken.’ Observeren, oefenen en informeren zijn belangrijke onderdelen van het werk. ‘We kijken hoe mensen hun handen gebruiken. Dan maken we bijvoorbeeld filmpjes terwijl iemand koffie zet of een boterham smeert. Dat geeft ons behandelinformatie en we kunnen ook aan de patiënt laten zien: als je het anders doet lukt het wellicht beter. We gebruiken onze kennis en ervaring om mensen meer inzicht te geven, zodat ze weten wat ze kunnen doen om overbelasting - een veel voorkomend probleem - te voorkomen.’

Verbeteringen

In de loop der jaren heeft Olga de handtherapie zich zien ontwikkelen tot een volwaardig specialisme. Ook de begeleiding na een - gedeeltelijke - armamputatie is sterk verbeterd. ‘Een belangrijke ontwikkeling was de oprichting in 2002 van de landelijke Werkgroep Amputatie en Prothesiologie van de



Arm (WAPA), een samenwerking van revalidatieartsen, instrumentmakers en therapeuten. Op initiatief van die werkgroep is een landelijk protocol gemaakt, het Prothese Prescriptie Protocol van de Arm (PPP-Arm). In de praktijk betekent dit dat armprothesen alleen nog in gespecialiseerde centra kunnen worden aangevraagd en dat de aanvraag op uniforme wijze moet gebeuren. Dat is een grote verbetering, want vóór die tijd was er nogal wat willekeur. Een grote verbetering is ook de keuzehulp voor armprothesen, die veel informatie bevat voor patiënten. Die informatie kun je thuis doornemen en dat geeft al veel meer inzicht in de mogelijkheden en in wat bij jou zou kunnen passen.'

In de kast

Die verbeteringen in de zorg waren ook hard nodig, aldus Olga. 'In het verleden kwamen veel armprothesen in de kast terecht. Mensen droegen ze niet of nauwelijks. Armprothesen zijn ook gewoon lastig. Ze zitten niet lekker, ze zijn zwaar, je mist gevoel, ze bewegen trager en je kunt er van alles níet mee doen. Want handen zijn zo ongelooflijk complex, die kun je niet zomaar nabootsen in een prothese. Prothesen zijn natuurlijk wel beter geworden en je hebt tegenwoordig ook de multi-articulare prothesehanden met beweegbare vingers, die meer soorten grepen mogelijk maken. Vaak is de eerste gedachte van mensen: ik wil zo'n geavanceerde prothese, want die is het beste en ziet er cool uit. Logisch, want op internet zien ze in mooie filmpjes wat je er allemaal mee kunt doen. Maar de praktijk is weerbarstiger. Door de motoren die erin zitten zijn elektrische prothesen zwaarder dan de eenvoudiger prothesen en ze zijn veel kwetsbaarder. Ook moet je veel energie steken in het trainen. Onderzoek laat dan ook zien dat gebruikers van geavanceerde prothesen en de wat simpeler prothesen eigenlijk allemaal even tevreden zijn. Het is niet zo dat het één veel beter bevalt dan het ander. Er zijn mensen die ervoor kiezen om zonder prothese te functioneren, mensen die hem alleen buitenshuis dragen en mensen die hem de hele dag dragen. Het gaat erom wat voor déze persoon werkt, wat hem of haar het beste kan helpen.'

Eerst éénhandig

Eigenlijk zou ze het verstandig vinden, zegt Olga, als mensen de eerste periode na een amputatie nog geen prothese dragen. 'Als je een deel van je arm kwijt bent, is dat heftig. Je hebt tijd nodig om te herstellen en om te wennen aan het feit dat je een deel van je lichaam mist. Je ziet dat mensen in de loop van het eerste jaar hun korte arm leren gebruiken, handig worden, waar nodig met hulpmiddelen. Daar kunnen we als handtherapeuten ook zeker bij helpen. Het is een goede basis als je je weer kunt redden met één hand. Want een prothese kan nooit je hand vervangen en als je prothese kapot is, moet je het ook zonder doen.' Wat Olga ook graag zou zien, is dat de eerste prothese na een amputatie verstrekt kan worden voor een veel kortere periode dan vijf jaar. 'Vooraf weet je niet hoe het is om elke dag een prothese te dragen. Ik zou daarom ook standaard beginnen met een eenvoudige prothese en niet met zo'n dure geavanceerde. Het gaat erom dat je gelegenheid krijgt om te ervaren hoe het is om te functioneren met een prothese. Dan weet je daarna beter waar je voor kiest.'



13

'Ook de keuzehulp is een grote verbetering'

Verworvenheid

Het streven is altijd om als professionals met de patiënt op één lijn te komen, maar bij prothesen lukt dat soms niet. Olga: 'Het gebeurt wel eens dat iemand verwachtingen houdt die naar ons idee niet realistisch zijn. Dat wij denken dat die persoon net zo goed of beter is geholpen met een eenvoudiger prothese, maar hij of zij zegt: "Ik wil toch die duurdere oplossing." Dat is een dilemma.' Om die reden is ze blij dat er nu een proeftraject kan worden aangevraagd. 'Dat is een mooie verworvenheid. Mensen kunnen verschillende prothesen twee weken uitproberen en zelf ervaren hoe dat is in hun dagelijks leven. Door middel van testen kijken we welke prothese de functionele problemen van de patiënt het beste oplost. Die informatie kunnen wij weer gebruiken om de aanvraag te onderbouwen.' Meer onderzoek zou de zojuist gepensioneerd handtherapeut ook toejuichen. 'Ik hoop dat de recent opgerichte ProtheseAcademie daaraan kan bijdragen. Met elkaar moeten we echt blijven kijken hoe we de hulp na een armamputatie of bij een korte arm nog beter en doelmatiger kunnen maken.'

ANNELIES VAN LONKHUYZEN

300% vooruit gegaan!

Op 16-jarige leeftijd raakte Marcel Schelberg betrokken bij een brommerongeluk. Zijn linkerbeen raakte ernstig beschadigd en zijn knie moest vervangen worden door een kunstknie. Hij bleef heftige pijn houden in het been, wat resulteerde in operatie na operatie. 30 jaar later werd alsnog besloten dat het beter was om het onderbeen te amputeren.

Marcel kreeg een kokerprothese aangemeten, maar het lopen met de koker was voor hem heel ongemakkelijk. 'Het was als lopen op veel te kleine schoenen', zegt hij. Hij kreeg drukplekken, wonden en blaren aan zijn stomp. Daarom zette hij zijn prothese in de kast en verplaatste zich liever op een scootmobiel.

Na vier jaar aanmodderen met de koker wees zijn behandelend arts hem op de mogelijkheid van botverankering van de prothese. Met zijn kunstknie was dat een uitdaging, maar door een speciaal voor Marcel op maat gemaakt implantaat kon dat toch.

Na zijn revalidatie liep hij, naar eigen zeggen, fluitend naar buiten.

Inmiddels is hij 54 jaar oud en 4 jaar verder. Marcel is actiever dan ooit! Zijn scootmobiel ruilde hij in voor een mountainbike en begon aan een intensieve training. Hij leerde beetje bij beetje te vertrouwen op zijn implantaat en durfde na een tijdje zelfs wielrenschuilen met clips aan. Wekelijks fietst hij nu zo'n 100 kilometer op zijn racefiets en stelt zich elk jaar een nieuw doel met daarin een grote voorliefde voor hoge bergen. Hij beklom al de Col du Galibier, de Mont-Ventoux, de Alpe d'Huez en de Etna.



Een grote bonus van zijn herwonnen mobiliteit is voor deze echte Limburger dat hij elke carnaval weer volwaardig mee kan vieren!

Zijn enthousiasme over BADAL X steekt hij niet onder stoelen of banken: 'Mijn kwaliteit van leven is er 300% op vooruit gegaan!'

Meer informatie over BADAL X vindt u op de website van OTN Implants: www.otnimplants.nl



BADAL[×]

OTN Implants

Ready... Set... Go!

Het is nu ongeveer een half jaar geleden dat de ProtheseAcademie van start is gegaan. Ik vertel u graag meer over wat we de afgelopen maanden hebben gedaan om de ProtheseAcademie vorm te geven. Ik kan alvast verklappen: er is een hoop gebeurd!

Nieuwe projecten gestart

Op dit moment zijn we druk bezig met het opzetten van verschillende projecten. Deze projecten zijn allemaal gericht op het verbeteren van prothesegebruik in de thuissituatie. Zo gaan we ons bij één project richten op het verbeteren van het comfort van prothesen en bij een ander project is het doel om (online) hulpmiddelen voor het kiezen van een arm- of beenprothese te maken of te verbeteren. Daarnaast schrijven we op dit moment ook subsidieaanvragen, zodat we (hopelijk) meer geld krijgen om onderzoeken uit te voeren.

Gebruikerspanel opgericht

Prothesegebruik kunnen wij natuurlijk niet verbeteren zonder de hulp van ervaringsdeskundigen. Daarom deden Corry van der Sluis en ik in het vorige nummer en tijdens de KMK-familiedag vorig jaar een oproep om mee te doen aan ons gebruikerspanel. Wij willen dit panel gaan raadplegen voor onderzoeksonderwerpen, feedback over de resultaten van onderzoeken en het toepassen van deze resultaten in de praktijk. Velen van jullie reageerden enthousiast op onze oproep. In november 2022 hebben we kennis gemaakt met alle geïnteresseerden en is het gebruikerspanel opgericht. De leden



van het panel gaan ons ondersteunen bij de projecten die we gaan uitvoeren. Mocht u interesse hebben om in de toekomst ook mee te denken, laat het ons weten!

Website & social media

Ik zal u natuurlijk zoveel mogelijk over onze ontwikkelingen vertellen in deze (inmiddels vaste) rubriek, maar ik zal hier lang niet alles kwijt kunnen. Op dit moment werken we aan onze website (www.protheseacademie.nl) zodat u

Een aantal vertegenwoordigers van de Kernpartijen van de ProtheseAcademie.

V.l.n.r. Ivo Balk (DHA), Aad Lagerberg (Haagse Hogeschool), Sepholine Loman (KMK), Gerwin Smit (TU Delft), Corry van der Sluis (UMCG), Esther Mik (SOHN), Han Houdijk (UMCG), Verena Schuurmans (ProtheseAcademie) en Jeroen Olsman (OIM).

daar in de toekomst uitgebreide beschrijvingen van alle resultaten zult kunnen lezen. Daarnaast zult u daar straks ook de mogelijkheid hebben om gemakkelijk vragen te stellen over prothesegebruik. Totdat dit allemaal goed werkt, kunt u ons bereiken via ons emailadres prothese-academie@rev.umcg.nl.

Als u op de hoogte wilt blijven van het nieuws van de ProtheseAcademie, volg ons dan op onze socialemediakanalen (@protheseacademie)! Regelmatig zullen wij daarop berichten plaatsen over waar we mee bezig zijn en welke resultaten we hebben gevonden.

VERENA SCHUURMANS



Liang

‘Met de prothese kan ik goed en snel meedraaien in de keuken’

Liang (17 jaar) is geboren met één hand, zijn linkerhand.

Hij doet er alles mee: fietsen, afwassen, schoonmaken

en nog veel meer. Maar het mag van hem allemaal best

wat sneller.

‘Ik ben nooit onzeker geweest over mijn verkorte arm, ik leg graag aan mensen uit dat ik ermee geboren ben. Maar toen ik op het vmbo meer over mijn toekomst nadacht, ging ik op zoek naar een goede prothese. Ik wil graag kok worden en met één hand eten snijden gaat véél te langzaam.’

Zoektocht naar prothese

Tijdens zijn middelbareschooltijd start Liang samen met zijn ouders de zoektocht naar een prothese. Ze bekijken veel filmpjes van prothesen. ‘Via een filmpje konden we niet goed zien welke prothese bij mij zou passen. Dus we gingen in de buurt op zoek naar een organisatie die prothesen maakt.’ Dit bleek geen goede match. ‘De eerste prothesen die ik uitprobeerde pasten niet, waren zwaar of deden pijn. En de aanpassingen die werden gedaan, werkten niet.’

Via social media raken de ouders van Liang in contact met een ander gezin dat ervaring heeft met prothesen. En zo komen ze bij De Hoogstraat Revalidatie terecht. ‘Ik had geen hoge verwachtingen meer, het was al een paar keer niets geworden en ik wilde niet weer teleurgesteld worden. Ik vond het spannend om erheen te gaan, want ik kende deze mensen nog helemaal niet. Ik dacht: straks vinden ze mijn vragen raar.’

Productieve eerste dag

Martin en Harriët, de ouders van Liang, zitten bij het gesprek. Martin vertelt: ‘De eerste dag zagen we Iris van Wijk (revalidatiearts) en Marie-Louise (ergotherapeut). We kregen gelijk een koffer vol met prothesen te zien. Er waren zoveel mogelijkheden. In die ene middag hebben we meer gezien en is ons meer uitgelegd dan het hele jaar daarvoor. Alles werd meteen aangepakt, wat een productieve dag was dat.’ Harriët vult aan: ‘Ze wekten ook gelijk vertrouwen bij Liang, dat vond ik zo belangrijk. Het wantrouwen haalden ze die eerste dag helemaal weg.’ Liang: ‘Ik had die eerste dag al een keuze gemaakt. Een elektrische, met vijf vingers die automatisch konden bewegen. Vet cool! Maar deze werd het toch niet, want hij is minder sterk en kan niet goed tegen water en warmte; dat is niet handig in de keuken. Toen koos ik voor een koker met een beugel achter de elleboog. Het is praktisch, ik kan hem snel op en af doen. Dat is belangrijk in de keuken, want sommige dingen doe ik liever zonder prothese, zoals eten uit de koeling halen.’

En zo kreeg Liang al snel een prothese die goed zat. Er ging een wereld voor hem open. ‘Met fietsen was het zo cool. Ineens kon ik recht achter het stuur zitten met twee handen aan het stuur. Dat voelde heel erg goed. Ik was zo blij!’





*'Ik laat zien
wat ik wél kan'*

Goed en snel meedraaien

Liang wist van jongs af aan al dat hij kok wilde worden. Hij kreeg een bijbaan als afwasser en schoonmaker in een restaurant. 'Ik was altijd snel klaar en kon daarom in de keuken kijken hoe ze alles deden. Daarna liep ik stage bij hetzelfde restaurant en toen wist ik alles al. Met de prothese erbij kon ik goed en snel meedraaien. Ik heb een prothese waarin ik allerlei koppelstukken kan klikken. Met een V-vormig koppelstuk kan ik tomaten, komkommers en andere etenswaren vasthouden tijdens het snijden, maar ik heb ook een koppelstuk waar een mes op zit. Dan kan ik ook met mijn rechterhand snijden. Het is fijn dat ik met de prothese sneller kan werken en de hele tijd recht kan staan. Zonder prothese stond ik altijd met mijn rug gebogen.'

Zonder prothese redt Liang zich gelukkig ook in de keuken: 'Ik bedenk overal oplossingen voor en ik laat zien wat ik wél kan, al gaat het wat langzamer. Hierdoor laten de koks

me gewoon mijn ding doen. Dat geeft zelfvertrouwen.'

Autorijden en schakelen met prothese

De volgende stap voor Liang is autorijden. Tijdens een recent bezoek aan De Hoogstraat kwamen het gezin, ergotherapeut Marie-Louise en revalidatietechnicus Ellen bij elkaar. Ze evalueerden wat er goed gaat, wat er beter kan en waar nieuwe behoeftes liggen. Tijdens zo'n sessie oefenen ze ter plekke en past Ellen zo mogelijk direct de hulpmiddelen aan naar wens. Zo zal Liang binnenkort praktijklessen voor een rijbewijs gaan volgen. Daar moest iets op verzonnen worden, want met één hand kan hij niet in een schakelauto rijden. Wat Ellen daarop verzonnen heeft? Dat zie je op de foto! En op YouTube staat een filmpje waarin Liang oefent om de versnellingspook te bedienen (www.youtube.com/watch?v=uu3A2HevKoU).

JACQUELINE VAN KULER, DE HOOGSTRAAT REVALIDATIE

Nikstekort.nl

Inspiratie voor jongeren met een korte arm!

De website www.nikstekort.nl is het resultaat van het project 'Bereikbaar in Transitie' voor jongeren met een korte arm en geeft informatie over de onderwerpen opleiding, werk en het halen van een rijbewijs. Er staan veel filmpjes op

NIKSTEKORT
INFORMATIE VOOR JONGEREN MET EEN KORTE ARM

de website met ervaringen van jongeren, maar ook van een werkgever, opleider

en rijinstructeur. Dat de website in een behoefte voorziet, blijkt wel uit de bezoekcijfers: iedere maand meer dan 1000 bezoekers! (Lees meer over dit project in vorige nummers van 'Kort&Krachtig!', zie het overzicht op pagina 18 en 19).

Uit het archief

‘Armen en handen’ in vorige nummers van K&K!

In vrijwel alle vorige nummers van ‘Kort&Krachtig!’ is aandacht besteed aan ‘armen en handen’. Veel van die artikelen zijn nog steeds actueel. Daarom geven we hier een overzicht. Ook de columns van prof. dr. Corry van der Sluis zijn mooi om na te lezen.

Alle oude afleveringen van ‘Kort&Krachtig!’ zijn integraal te lezen op www.kortermaarkrchtig.com/kortenkrchtig.

Onderzoek naar het functioneren van jongeren met een korte arm.

Nummer 3, september 2014, pagina 15.

De bionische arm ‘Luke’ en de bionische man van Minnesota.

Nummer 3, september 2014, pagina 21.

Dubbele modulaire prothese.

Nummer 5, maart 2015, pagina 29.

De eerste bovenarm-osseointegratie in Nederland.

Nummer 6, juni 2015, pagina 12.

Osseointegratie na een armamputatie / Johan Baggerman.

Nummer 6, juni 2015, pagina 13.

Prothese Prescriptie Protocol van de Arm (PPP-Arm).

Nummer 7, september 2015, pagina 7.

Een armprothese uitproberen.

Nummer 8, december 2015, pagina 7.

‘Perfectly Imperfect’ / topmodel Rebekah Marine.

Nummer 8, december 2015, pagina 21.

Comfortabele prothese bij Fore Quarter Amputatie.

Nummer 9, maart 2016, pagina 5.

Patroonherkenning.

Nummer 10, juni 2016, pagina 5.

Nieuwe prothesekokers.

Nummer 11, september 2016, pagina 5 en

Nummer 12, december 2016, pagina 5.

Aan het werk met een korte arm?!

Nummer 12, december 2016, pagina 5.

Web-based revalidatiezorg.

Nummer 13, maart 2017, pagina 5.

Lotgenotendag armprothesen in het UMCG.

Nummer 13, maart 2017, pagina 5.

Guido heeft een nieuwe linkerhand / e-NABLE Nederland.

Nummer 13, maart 2017, pagina 23.

De VINCENT-Hand.

Nummer 13, maart 2017, pagina 27.

De Hoogstraat Xperience Prothese.

Nummer 14, juni 2017, pagina 6-7.

Jongeren en jongvolwassenen op zoek naar werk.

Nummer 15, september 2017, pagina 7.

Fantoompijn / Onderzoek naar virtual en augmented reality.

Nummer 16, december 2017, pagina 7.



Johan Baggerman

Innovatieve prothesen van de TU Delft.

Nummer 17, maart 2018, pagina 6-7.

Vingerprothesen uitgelicht: van sier naar functie.

Nummer 18, juni 2018, pagina 6-7.

I-digits (speciale myo-elektrische handprothese).

Nummer 19, september 2018, pagina 6-7.

'Kan een mens té zelfstandig zijn?' / Overwegingen van een ergotherapeut.

Nummer 20, december 2018, pagina 6-7.

Robotarm met gevoel.

Nummer 20, december 2018, pagina 25.

Ipsenjaarprijs voor jongeren met een korte arm.

Nummer 21, maart 2019, pagina 6-7.

De zorg rond handprothesen kan doelmatiger.

Nummer 21, maart 2019, pagina 13.

Training op maat...?

Nummer 22, juni 2019, pagina 7.

'Kijk, daar heb je Robocop!' / Arie Rommers.

Nummer 22, juni 2019, pagina 22-25.

De Hoogstraat Xperience Prothese.

Nummer 22, juni 2019, pagina 32-33.

De zorg rond handprothesen kan doelmatiger, vervolg.

Nummer 23, september 2019, pagina 6-7.

Bijeenkomst over beroepskeuze, solliciteren en werken met een arm- of handamputatie.

Nummer 23, september 2019, pagina 7 en

Nummer 24, december 2019, pagina 31.

Brainstormsessie 'Ontwerp van een prothesehandschoen met tastzin'.

Nummer 23, september 2019, pagina 35.

Partiële handamputaties en dubbelzijdige amputaties ten gevolge van sepsis.

Nummer 24, december 2019, pagina 6-7.

Nieuwe ('oude') bovenarmfitting.

Nummer 25, maart 2020, pagina 6-7.

www.nikstekort.nl, voor jongeren met een korte arm.

Nummer 25, maart 2020, pagina 18-19.

Hoe is het nu met... Johan Baggerman.

Nummer 25, maart 2020, pagina 33.

Patroonherkenning voor myo-elektrische onderarmprothesen.

Nummer 26, juni 2020, pagina 6-7.

Gezond ouder worden met een kortere arm: overbelasting.

Nummer 26, juni 2020, pagina 30-31.

Loth Fabenim levert functionele en elegante vingerprothesen.

Nummer 26, juni 2020, pagina 38-39.

De Hero Arm.

Nummer 27, september 2020, pagina 6-7.

Je rijbewijs halen als je een korte arm hebt.

Nummer 27, september 2020, pagina 10-11.

'Lekker dat ik nu veel meer zelf kan' / Tim Porsius over zijn Hero Arm.

Nummer 27, september 2020, pagina 23.



Innovatieve prothesen van de TU Delft.

De zorg rond handprothesen kan doelmatiger, vervolg-2.

Nummer 27, september 2020, pagina 30-31.

Videoconsulten als start van de revalidatie bij patiënten uit het buitenland.

Nummer 28, december 2020, pagina 6-7.

Siliconen vingerprothesen geven zelfvertrouwen.

Nummer 28, december 2020, pagina 24-25.

Osseointegratie en TMR in het UMCG.

Nummer 29, maart 2021, pagina 6-7.

'Ik voel me zelfverzekerder' / Pinar Ozad.

Nummer 29, maart 2021, pagina 18-21.

Herkennen en voorkomen van overbelastingsklachten.

Nummer 30, juni 2021, pagina 6-7.

Transpiratie in de prothesekoker.

Nummer 30, juni 2021, pagina 35.

Patroonherkenning in het dagelijks leven.

Nummer 31, september 2021, pagina 6-7.

'Het komt wel goed met mij' / Kim van Rooij.

Nummer 31, september 2021, pagina 21-24.

Keuzehulp voor prothesehanden, -haken en -hulpstukken.

Nummer 31, september 2021, pagina 32-33.

Interview met vertrekkend revalidatiearts Michael Brouwers.

Nummer 32, december 2021, pagina 6-7.

Maartje Bijl, eerste Nederlander met een dubbele handtransplantatie.

Nummer 32, december 2021, pagina 10.

Meld onbruikbare situaties!

Nummer 33, maart 2022, pagina 6-7.

Keuzehulp voor prothesehanden, -haken en -hulpstukken, vervolg.

Nummer 34, juni 2022, pagina 6-7.

Herstel van handfunctie bij een gedeeltelijke handamputatie.

Nummer 34, juni 2022, pagina 30-31.

De Self Grasping Hand.

Nummer 35, september 2022, pagina 6-7.

'Ik besloot de kans te pakken' / Peter ter Keurs.

Nummer 35, september 2022, pagina 22-26.

COVVI Hand

De hand voor
dagelijks gebruik



COVVI
Partners in Prosthetics

- Intuïtieve besturing dankzij smart switching
- Natuurlijker door passief flecterende vingers en duim
- Geïntegreerde flexibele pols voor natuurlijke bewegingen
- Eenvoudig in te stellen met tablet of smartphone

 **ortho**
europe®
innovation that moves you.

Ortho Europe BV
www.ortho-europe.nl | info@ortho-europe.nl
+31 (0)30 634 1681



In de rubriek **KORT!** vindt u berichten over onderzoek & wetenschap, nieuwe producten, symposia, lezingen en algemeen nieuws.

De toekomst van de orthopedische hulpmiddelenbranche



Op 2 december 2022 organiseerde NVOS-Orthobanda het symposium 'De toekomst van de orthopedische hulpmiddelenbranche'. Binnen de orthopedische hulpmiddelenbranche bestaan er veel vraagstukken op het gebied van onderwijs en onderzoek. Hoe gaan we ervoor zorgen dat we de juiste stappen maken? Het symposium was het vervolg op het succesvolle symposium van april vorig jaar en richtte zich op het ophalen van kennis en ervaring en het zoeken van verbinding door het gesprek aan te gaan met de deelnemers. Verschillende aspecten kwamen aan bod, van onderzoek en onderwijs tot trends en ontwikkelingen in het vakgebied en communicatie met klanten. Het symposium had een interactieve opzet en er waren diverse workshops en lezingen.

Kennisagenda

Als afsluiter werd de allereerste Kennisagenda Orthopedische Schoentechniek gepresenteerd. Deze kennisagenda beschrijft de relevante onderzoeksvragen voor de orthopedisch schoentechnische branche om te komen tot een onderzoeksagenda voor NVOS-Orthobanda. Het is een belangrijke stap om de kwaliteit van orthopedisch schoeisel te bevorderen en borgen. En dat is hard nodig in een vakgebied dat volop in beweging is.

Verdere informatie: ▶ www.nvos-orthobanda.nl
▶ www.ofom.nl

Stichting De Benen Nemen opgeheven

Op 1 januari 2023 is de Stichting De Benen Nemen na meer dan twintig jaar opgeheven. Er waren te weinig gemotiveerde mensen om de activiteiten van de stichting voort te zetten. Stichting De Benen Nemen bood vooral actief hulp aan kinderen met een beenamputatie in ontwikkelingslanden. Dit werk wordt voortgezet door het Liliane Fonds.



Karen Koller, Mr. Msc. Mba, jurist gezondheidsrecht, werkzaam als consultant in het veld van medische hulpmiddelen en als ondersteuner van individuele patiënten vanuit haar eigen praktijk KollerVision

Terugblik en vooruitblik

Het afgelopen jaar mocht ik mijn mouwen weer opstropen voor enkele bijzondere hulpvragen. Zo kwam er een afwijzing van een badprothese voorbij, een afwijzing van een osseointegratie van een schouder-/armprothese en ook - buiten de vereniging om - een afwijzing voor een communicatiesysteem voor iemand met ernstige spasmen.

Meekijken met de aanvraag

Helaas merk ik dat er nog steeds hetzelfde riedeltje van afwijzen plaatsvindt door zorgverzekeraars. Daarom ben ik blij met de oproep van een gebruiker om bij de aanvraag voor een badprothese op voorhand alvast mee te kijken naar de aanvraag. Zo kunnen we 'aan de voorkant' zorgen voor een complete en volledige aanvraag, dat scheelt een slag. Want in bezwaar je punt maken is nog steeds ingewikkeld. Als er maar iets niet klopt in de aanvraag, stuurt de zorgverzekeraar de verzekerde opnieuw met een afwijzing het bos in. En de gang naar de Geschillencommissie is lang en onduidelijk, en de wachttijden zijn enorm. Dat zegt iets over ons zorgsysteem en ook over het ontmoedigingsbeleid om bezwaar te maken.

*'Wachten op
een voorziening*

Lang traject

Er loopt nu een zaak voor opname in het vergoedingspakket van een ingreep als voorbode voor het aanmeten van een hulpmiddel.

*komt het
herstel nooit
ten goede'*

Dat is een lang traject, waarbij de gebruiker in de wachtstand staat. En wachten op een voorziening heeft allerlei negatieve gevolgen. Dat is een punt wat ik keer op keer onder de aandacht wil brengen. De nood is dan al hoog en er zijn pijnklachten en een zware belasting op het gewrichtstelsel. Wachten op een voorziening komt het herstel nooit ten goede.

Als u deze column leest dan gaan we alweer richting voorjaar. Ik hoop dan dat ik weinig casuïstiek heb gezien en dat er toch wat licht gloort met het uitkomen van de bloesem.

KAREN KOLLER

INTERVIEW !



22

Foto's: Wilco van Dijen

Iwan Schulten

‘Ik heb zoveel vrijheid teruggekregen’

Iwan Schulten krijgt in 2013 zijn arm tussen de walsen van een drukpers. Wat volgt is een lange lijdensweg, tot uiteindelijk - acht jaar later - een amputatie hem verlost van 24 uur per dag pijn. Iwan, zijn vrouw Manon en hun dochters Amber en Fajèn vertellen hoe ze hier ondanks alles sterker uitgekomen zijn.

‘Ik heb geen idee hoe ik het volgehouden heb’

Hoe begon het allemaal Iwan?

‘Ik werkte in de grafische industrie en door een fout in het schoonmaakprotocol kwam mijn arm een minuut lang vast te zitten tussen twee walsen. Net uit de pers zagen mijn vingers eruit als servetjes en later werd mijn hand heel dik waardoor mijn vingers openscheurden. Ik was in shock en had veel pijn. In het ziekenhuis leek het in eerste instantie wel mee te vallen. Er werd wat hecht- en plakwerk gedaan en de volgende dag kon ik al naar huis met een tas vol pijnstillers.’

Hoe ging het verder?

‘Een paar weken later kon ik mijn duim nog steeds 90° rond bewegen. Ik werd van de ene naar de andere chirurg gestuurd. Uiteindelijk bleek het gewricht verbrijzeld en werd mijn duim gereconstrueerd. Maar ik bleef veel pijn houden, ook na allerlei therapieën. Pas drie jaar later kwam ik bij een privé-kliniek terecht waar ze één voor één mijn duim, vingers, pols en elleboog aanpakten. Maar ook daar kwamen ze na een aantal operaties op een punt dat ze niet verder konden. Ik heb toen nog wel een revalidatietraject gedaan, maar eigenlijk kwam ik ook daar niet verder mee.’

Hoe heb je die jaren ervaren?

‘Ik heb geen idee hoe ik het heb volgehouden. Ik slikte onverantwoord veel pijnstillers, maar ik bleef die vreselijke pijn houden. Ik had ook steeds het gevoel dat ik me moest verantwoorden. Je denkt toch: het zal wel aan mij liggen, de dokters zullen het wel weten... Ik werd zwaar ongelukkig en depressief van de hele situatie. Je kringetje wordt ook steeds kleiner, ik lag de hele dag op de bank en haalde alleen nog de kinderen van school. Ik leefde volledig in een cocon, was alleen maar met mezelf bezig. Ik was ook boos en gefrustreerd door wat er allemaal gebeurd was. En ik had geen benul van wat ik mijn omgeving met dit alles aandeed.’

Manon, hoe was deze tijd voor jou?

Manon: ‘Ik voelde veel onmacht. Je ziet dat het niet goed gaat, maar je kunt niks doen. Ik bleef tegen mijzelf zeggen dat de situatie tijdelijk was, net zolang totdat ik het zelf ging geloven. Maar tijdelijk duurde zo lang... Mijn leven draaide volledig om

Iwan. Ik heb me in die tijd vaak alleen gevoeld en onbegrepen. Een moeder op het schoolplein vroeg mij een keer: “Hoe gaat het met je?”. Ik vertelde haar over de situatie thuis en hoe het met Iwan ging en ze zei: “Dat vroeg ik niet, ik vroeg hoe het met jôu gaat.” Ik had daar niet direct een antwoord op, daar had ik niet eerder over nagedacht. De vraag zette mij wel aan het denken. Mijn belangrijkste advies aan anderen is dan ook: vraag aan alle partners in een soortgelijke situatie: “Hoe gaat het met jôu?”!’

Wanneer kwam de echte diagnose?

‘Ik kwam terecht bij het pijncentrum in het Radboudumc. Daar werd in 2019 - zes jaar na het ongeluk - zenuw schade én dystrofie vastgesteld: ontregeling van de zenuwen. Er viel een enorme last van mijn schouders, ik was dus toch niet gek... Maar ook de nieuwe pijnbehandelingen werkten niet en het voelde nog steeds 24 uur per dag alsof ik mijn hand in een pan met kokend water hield. In die tijd begon de gedachte aan amputatie te spelen. Ik voelde me al zoveel jaren een ‘project’, bijna twintig operaties, zóveel behandelingen en niets hielp... Ik heb het eerst aan Manon verteld.’ Manon: ‘Je zei: “Hij moet eraf”. Ik hoorde gelijk aan je stem dat je het meende en zei: ‘Als dit is wat je wilt, zal ik achter je staan.’

Ging het toen psychisch nog steeds zo slecht?

‘Ja, maar gelukkig kwam ik via de arbeidsdeskundige in mijn letselschadetraject terecht bij een trainingscentrum specifiek voor mensen met pijn. Daar hebben ze me letterlijk uit de stront getrokken. Ik werd begeleid door een gedragsdeskundige coach en een psycholoog en kon eindelijk alles zeggen wat mij bezighield. Ik leerde beter naar de signalen van mijn lichaam te luisteren en er ook naar te handelen. En ze hielden mij een spiegel voor: eindelijk zag ik in hoe verkeerd ik bezig was. Ik begon het heft in eigen handen te nemen en er begon een proces van zelfreflectie. Ik ben hen ontzettend dankbaar.’

Vond je gelijk een arts die je wilde helpen?

‘De arts die mij toen behandelde weigerde op een nogal botte manier. Ik zocht verder en kwam terecht bij revalidatiearts Corry van der Sluis. En het was ongelooflijk: zij snapte gewoon wat ik bedoelde! Zij bracht ons ook in contact met Peter en Esther die hetzelfde hadden meegemaakt (zie interview met Peter ter Keurs in ‘Kort&Krachtig!’ nummer 35). Dat gaf ons allebei veel herkenning en dat was zo fijn na al die jaren strijd! Na een screening bleek ik in aanmerking te komen voor amputatie maar ik moest wel eerst iets aan mijn conditie doen, want ik had de rechterkant van mijn lichaam jarenlang verwaarloosd. Een half jaar later volgde een laatste gesprek met een heel gezelschap artsen om echt zeker te zijn dat amputatie de beste oplossing was.

Paspoort Iwan Schulten

- ▶ Leeftijd: 44 jaar
- ▶ Woont in: Apeldoorn
- ▶ Woont met: Manon (41), Amber (12) en Fajèn (9)
- ▶ Werk Iwan: afgekeurd drukker in grafische sector
- ▶ Werk Manon: assistent-bedrijfsleider schoenenwinkel

De chirurg hoorde mij aan, knikte een keer en zei: "Ik ga je helpen". Er viel een enorme last van mijn schouder. We hebben elkaar vastgepakt en samen gehuild.' Manon: 'Dat waren de eerste tranen van blijdschap in acht jaar tijd.'

En wat was het resultaat?

'Op 19 februari 2021 was ik aan de beurt. Mijn mooiste moment was vlak na de operatie. Ik kwam bij en ik had geen pijn... De chirurg aaide over mijn hoofd en zei: "Jongen, je hebt de juiste keus gemaakt". Dat was voor mij dé bevestiging, mijn gevoel had me het juiste aangegeven. Mijn doel was bereikt. Deze operatie heeft letterlijk mijn leven gered. Ik heb zoveel vrijheid teruggekregen, en niet alleen in bewegen maar ook in denken.' Manon: 'Een paar weken na de operatie stond Iwan te dansen in de keuken en de meiden dansten met hem mee en zeiden: "Pappa, wat ben je gek!" Toen dacht ik: ja, mijn man is terug.'

Is jullie vader anders dan andere vaders? (Beide dochters zijn erbij komen zitten.)

Fajèn: 'Ja, hij heeft één arm, maar voor de rest merk je het niet. Ik heb de liefste en gekste pappa van de hele wereld.' Amber: 'Ik vond het eerst heel raar maar toen werd het gewoner en nu zie ik het eigenlijk niet meer.' Manon vertelt dat ze hun dochters er bewust van het begin af aan bij betrokken hebben, ze hebben alles immers meegemaakt. Ze vraagt aan Amber wat er anders aan pappa is ná de amputatie. Amber: 'Dat pappa veel gekker is. En zijn ging van heel weinig kunnen naar bijna alles kunnen. Maar verder is mijn pappa niet anders dan andere vaders.'

Hoe is het nu, een jaar later?

'Ik ben nog twee keer geopereerd en heb nog steeds wat pijnklachten, waardoor ik nog geen



Foto: Wilco van Dijen

'Ik heb er veel power door gekregen'

prothese kan dragen, maar dat is nog geen 15% van de pijn van daarvoor. Ik ben meer gaan lezen over pijn en over psychologie en wat je kunt doen om mentaal sterker te worden, dat fascineert mij enorm. Ik heb geleerd dat het belangrijk is om te blijven praten. Als je gevoel opkropt komt het er wel op een andere manier uit.' Manon: 'Jouw wilskracht en doorzettingsvermogen zijn zo groot, dat heeft jou gebracht waar je nu bent.' Iwan: 'Ik ben gaan zien wat echt belangrijk is in het leven en ik heb er veel power door gekregen. Wat wij samen hebben meegemaakt en hebben overwonnen, vanuit dat punt gaan wij nu verder!'

*'Vraag degene die ernaast staat: "hoe is het met jou?!"'
(Manon)*

“ Ik heb een arm gekregen waar ik trots op kan zijn. Ik voel me weer compleet!



Wij brengen je in beweging!

Pinar is geboren met een korte arm, die ze tot haar 30e verborg. In 2020 besloot ze een speciale prothese aan te vragen en haar arm weer te laten zien. Deze prothese geeft haar haar zelfvertrouwen terug. Ze voelt zich weer trots en compleet en kan weer dingen met twee handen doen.

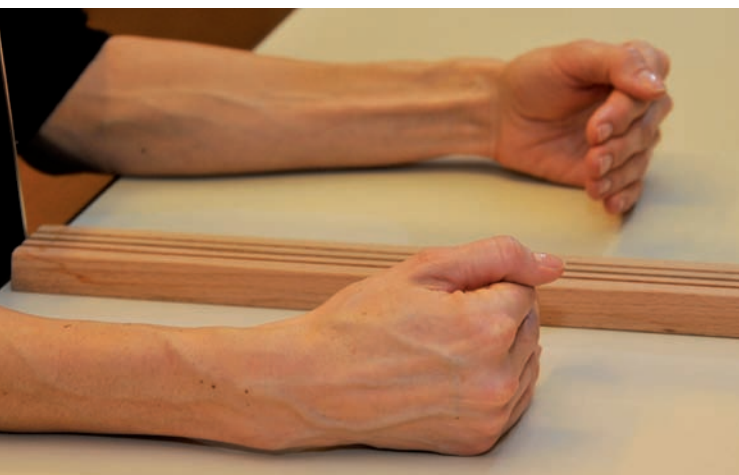
Zoektocht naar de beste behandeling voor fantoompijn

Ongeveer 40% van de volwassen patiënten met een arm- of handamputatie ervaart fantoompijn. 25 tot 50% voelt zich hierdoor ernstig beperkt. Het heeft een grote invloed op de kwaliteit van leven. We weten helaas nog niet hoe we fantoompijn kunnen voorkomen maar er zijn wel verschillende behandelingen die kunnen worden geprobeerd.

Behandeling

Er zijn diverse behandelingen van fantoompijn die goed onderzocht zijn. Uit de wetenschappelijke literatuur blijkt vooral dat een multidisciplinaire aanpak nodig is waarbij (indien nodig) de fysiotherapeut, ergotherapeut, maatschappelijk werkende, psycholoog, revalidatiearts en orthopedisch instrumentmaker betrokken worden¹. De onderzochte behandelingen kunnen de volgende zes verschillende invalshoeken hebben.

1. **Herstel van het lichaamsbesef.** Het brein moet leren omgaan met het gebrek aan prikkels vanuit het geamputeerde lichaamsdeel. Voor het herstel van het lichaamsbesef kan bijvoorbeeld spiegeltherapie of VR-therapie (*virtual reality*) worden ingezet.
2. **Prothetisering.** Van het aanmeten van een prothese - vooral een myo-elektrische prothese - is bewezen dat het kan leiden tot een afname van fantoompijn.
3. **(Secundaire) targeted muscle reinnervation (TMR).** De TMR-procedure is een relatief nieuwe behandeling. De procedure kan zowel primair (op het moment van de amputatie), als secundair (op een later moment) worden gedaan.



Bij TMR worden zenuwuiteinden vanuit de stomp aangesloten op een andere spier in de buurt, bijvoorbeeld de borstspier. Dit heeft vaak een goed effect op het optreden van fantoompijn en heeft als bijkomend voordeel dat een nauwkeurigere aansturing van een myo-elektrische prothese mogelijk is bij intensieve oefening. Lang niet elke plastisch chirurg heeft ervaring met deze procedure en het is nog geen standaardbehandeling in Nederland.

4. **Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR).** Dit is een therapie die ontwikkeld is voor traumaverwerking en wordt uitgevoerd door psychologen. In onderzoek is aangetoond dat EMDR-behandeling ook effect kan hebben op fantoompijn².
5. **Medicatie.** Er is veel onderzoek gedaan naar het effect van pijnmedicatie op fantoompijn³. Helaas zijn de resultaten van de meeste onderzoeken niet eenduidig. Onder andere morfinepreparaten en gabapentine lijken effectief.
6. **Neuromodulatie.** Deze vormen van therapie zijn gericht op het beïnvloeden van de werking van het zenuwstelsel. Hieronder vallen verschillende behandelingen zoals TENS (transcutane elektrische neurostimulatie), repetitieve transcraniële magnetische stimulatie (rTMS), diepe hersenstimulatie (DBS) en stimulatie van zenuwwortels die uit het ruggenmerg komen (dorsale wortel ganglia stimulatie, DRG). TENS is de minst ingrijpende en best bewezen behandeling die mogelijk effect heeft op fantoompijn. Voor de meer ingrijpende opties is minder sterk bewijs, maar deze kunnen wel effectief zijn. Deze behandelingen zijn echter alleen aan te raden voor patiënten met zeer moeilijk te behandelen fantoompijn die niet reageren op andere vormen van therapie.

De behandeling van fantoompijn is ingewikkeld. Het is een zoektocht per individuele patiënt wat het beste effect heeft. Hierbij blijkt regelmatig een combinatie van therapieën het beste te werken. Het revalidatieteam kan deze opties met u bespreken.

J.J. BERKHOUT, AIOS REVALIDATIEGENEESKUNDE

M. LANGE, REVALIDATIEARTS DE HOOGSTRAAT REVALIDATIE, ARM-HANDTEAM

1. Erlenwein J, Diers M, Ernst J, Schulz F, Petzke F. Clinical updates on phantom limb pain. *Pain Rep.* 2021;6(1):e888
2. Schneider, J., Hofmann, A., Rost, C., & Shapiro, F. EMDR in the treatment of chronic phantom limb pain. *Pain Medicine.* 2008;9(1), 76-82.
3. Culp CJ, Abdi S. Current Understanding of Phantom Pain and its Treatment. *Pain Physician.* 2022;25(7):E941-E957

Zilan

op weg naar Milaan 2026

Sinds mijn laatste update is er veel gebeurd. Helaas is para-snowboarden uit het focusprogramma gehaald bij NOC*NSF. Dit betekent voor mij dat er geen financiële ondersteuning is om mij volledig te trainen. We zijn dus aan het kijken hoe we dit jaar en aankomende jaren een goede training kunnen realiseren. Waarschijnlijk ga ik een crowdfunding opstarten om zo aan de financiële middelen te komen voor vervoer, materiaal, training, coaching en wedstrijden.

Cruyff Foundation

In oktober hebben we met de NSKiV, de Mentelity Foundation en de Johan Cruyff Foundation een promofilmje gemaakt voor de Cruyff Foundation om sporten voor alle kinderen toegankelijk te maken. Ik heb toen samen met een aantal andere para-sporters mogen laten zien wat we doen. Humberto Tan was er ook bij. Dit was weer een leuke ervaring.



Europacup

In november heb ik mijn eerste Europacupwedstrijd van dit seizoen gehad. Ik was best wel zenuwachtig voor deze race

Masterclass amputatiechirurgie



Op 24 en 25 november vorig jaar werd de eerste masterclass amputatiechirurgie gehouden in het Radboudumc in Nijmegen. Het doel van deze dagen was om (aankomende) chirurgen nieuwe amputatietechnieken te laten zien en zelf te laten uitvoeren op overledenen die hun lichaam aan de wetenschap hebben geschonken, onder leiding van deskundige chirurgen. Er waren daarnaast enkele instrumentmakers aanwezig omdat het voor hen belangrijk is om te zien hoe de stompen 'gemaakt' worden. En om te overleggen hoe dit beter kan zodat de patiënt later niet alleen een mooie stomp heeft maar ook een functionele. Ook waren er revalidatieartsen aanwezig, die leiding geven aan het multidisciplinaire revalidatieteam.

Snijzaal

Ook KorterMaarKrachtig was van harte uitgenodigd om bij deze masterclass aanwezig te zijn. Na een paar interessante voordrachten mochten wij zelfs mee naar de snijzaal. We werden in OK-pakken gehesen en mochten overal meekijken. De overledenen hadden tijdens deze dagen al een aantal amputaties ondergaan. Van teen, voet en enkel naar onderbeen. Daarna werden een knie-exarticulatie en een bovenbeenamputatie geoefend. Toen wij aanschoven stonden de heup-exarticulatie en de osseointegratie op het programma.

| LANDGRAAF PARA SNOWBOARD EC M BANKED SLALOM LL1 1 | | | | |
|--|----|--|------------|---------|
| RESULTS | | | | |
| 1 | 59 | | GIJSEN Z | 44.65 |
| 2 | 62 | | BOHNET S | 47.63 |
| 3 | 63 | | SCUCCHIA R | 55.03 |
| 4 | 61 | | MCNEICE S | 1:02.24 |
| 5 | 60 | | HERDEIRO P | 1:14.56 |

omdat ik weinig getraind had voor de wedstrijd. Het was leuk om nieuwe mensen te ontmoeten in mijn eigen categorie en in andere categorieën. Tijdens de training ben ik heel hard gevallen op mijn zij en hoofd waardoor ik sowieso al pijn zou hebben tijdens de wedstrijd. Tijdens het warm rijden voor de wedstrijd ben ik ook nog een keer gevallen. Mijn handschoen bleef ergens achter haken waardoor ik mijn arm omdraaide en een stekende pijn kreeg. Uiteindelijk is dat wel goed gekomen: ik heb twee gouden medailles weten te behalen! Ik heb weer sneller gereden dan het vorige seizoen. Hier ben ik heel blij mee.

Wachten

Terwijl ik dit schrijf, zit ik thuis te wachten voor de volgende wedstrijden in januari en februari. Voorlopig train ik eens in de twee weken in SnowWorld Zoetermeer. Op school gaat het helaas niet helemaal lekker. Ik moet nog flink wat bijspijkeren dus dat is ook iets waar ik hard aan werk.

ZILAN GIJSEN



Leerzaam

Het was een bijzonder leerzame ervaring. Vooral de techniek van osseointegratie die door dokter Frölke werd gedemonstreerd, was voor veel mensen nieuw. Laten we hopen dat deze techniek steeds vaker uitgevoerd kan worden zodat de lange wachtlijsten verdwijnen!

Volgend jaar willen we zeker weer van de partij zijn, om KMK te presenteren én om de ontwikkelingen van het samenwerken van de verschillende disciplines toe te juichen.

ANDRÉ DROST EN NADINE DONDEERS, BESTUURSLEDEN KMK

COLUMN!



Veronique Gorter is moeder van Jesslyn (14), Christina (12) en Benjamin (6) en partner van Bas. Benjamin is geboren met fibula aplasie. In deze column vertelt zij over haar belevenissen met Benjamin.

Een sportprothese!

Het is weer een nieuw jaar, met nieuwe kansen om nieuwe dingen te proberen. Voor Benjamin begon het jaar met een flinke griep. Net als een groot deel van de andere Nederlanders lag ook hij proestend en hoestend in bed. We merken altijd aan zijn stomp dat hij ziek wordt. Hij krijgt dan pijn in zijn been met lopen, zijn stomp wordt rood en hij krijgt 's avonds koorts. Voor Benjamin is het dan een bevrijding om zijn prothese uit te kunnen doen. Best bijzonder eigenlijk hoe een stomp daarop reageert! Ook met oudjaar lag Benjamin al ziek in bed, dus van het vuurwerk heeft hij helaas niets gezien. Terwijl hij zich daar enorm op had verheugd...

'Een nieuwe sportprothese vindt hij ook wel erg spannend'

Voetbal

Intussen zit hij weer lekker op school. Het voetbal is weer begonnen en het is bijna tijd om zijn nieuw aangemeten sportprothese te gaan passen! Hij heeft daar erg veel zin in, vind het ook wel erg spannend, want het is toch een heel ander hulpmiddel dan zijn gewone prothese. Voor Benjamin voelt het alsof hij straks kan rennen als Sonic en sneller dan het licht over het voetbalveld vliegt. We laten hem nog maar even in die waan, want ook bij nieuwe schoenen kan hij ineens honderd keer sneller rennen. Volgens hemzelf. We zijn heel erg benieuwd naar de sportprothese en hoe hij dit zal ervaren. De volgende keer kan ik dit met jullie delen!

VERONIQUE GORTER

Klaar voor de lente met de mHand Adapt

- Ultralicht en comfortabel
- Unieke en intuïtieve grijpfunctie
- Ideale prothesehand voor tuinieren, fietsen en sporten



kijk op <https://www.facebook.com/moveableEU/> voor meer informatie

 +31 6 485 728 05

 info@moveable.nl

 www.moveable.nl



Roessingh

Revalidatie Techniek

***“Peter hielp mij aan
de perfecte prothese!”***

Karin Keeler - Huls
Klant van RRT

Peter Vlaanderen
Orthopedisch adviseur

www.rrt.nl

Telefoon 088 999 0 777

Herman Koopman

‘De enige secretaris die geen potlood kan vasthouden’

Een secretaris zonder handfunctie? Dat lijkt lastig, maar voor Zonnebloem-vrijwilliger Herman Koopman is het geen enkel probleem. Hij zet zich met volle overtuiging in voor anderen met een lichamelijke beperking. ‘Ik ben de enige secretaris in Nederland die geen potlood vast kan houden’, zegt hij met enige zelfspot.

Ook al heeft Herman geen handfunctie, hij werkt toch alle notulen van de vergadering van zijn Zonnebloemafdeling Borculo-Haarlo uit. Dat doet hij met een digitaal spraakherkenningsprogramma dat hij gebruikt om zijn teksten in te spreken. ‘Vervolgens wordt dat in een keurig tekstbestand omgezet. Hoe meer ik het programma gebruik, hoe beter het mijn stem en intonatie leert kennen’, legt Herman uit. Om daar tevreden aan toe te voegen: ‘De teksten zijn inmiddels aardig foutloos.’

Actieve vrijwilliger

‘Na jaren donateur van de Zonnebloem te zijn geweest, werd ik vijf jaar geleden gevraagd om secretaris te worden bij onze afdeling’, vertelt Herman, die zeer actief is als vrijwilliger. ‘Zo’n rol vervulde ik al voor de humanitaire kringloop in Borculo, naast mijn voorlichtingswerk op basisscholen vanuit Gehandicapten Platform Berkelland. Ik maak opnames van de bijeenkomsten en werk ze vervolgens uit door ze met een koptelefoon terug te luisteren en dan de tekst in te spreken in het spraakherkenningsprogramma. Fijn dat ik op deze manier iets bij kan dragen aan onze prachtige, zeer actieve afdeling.’

‘Zo belangrijk dat we dit doen’

Herman gaat graag mee met de activiteiten van zijn afdeling. ‘Bij de jaarlijkse boottocht ben ik altijd present’, zegt hij met een glimlach. ‘En elke laatste zondag van de maand organiseren we een drukbezochte brunch. Daar laat ik me ook zien als vertegenwoordiger van het bestuur.’ De persoonlijke aandacht



die de vrijwilligers van afdeling Borculo-Haarlo aan de Zonnebloemdeelnemers geven, raakt Herman telkens weer. ‘De dankbare reacties die je krijgt na een activiteit doen je telkens weer beseffen: het is zo belangrijk dat we dit doen. Of het nu een middag is met live pianomuziek, een boottocht met 120 mensen of een prachtige toneelvoorstelling; we hebben een prachtig activiteitenboekje!’

Steun van de Zonnebloem

Zijn vrijwilligerswerk als secretaris bij de Zonnebloem hoopt Herman nog wel even voort te kunnen zetten. Ondanks zijn auto-immuunziekte. ‘Mijn eigen lichaam maakt me ziek’, verklaart hij. ‘Maar geen enkele professor kan me precies vertellen waarom. Stress kan een reden zijn, maar waarschijnlijk at ik verkeerde zalm in Ierland.’ Gelukkig voor Herman vindt hij veel steun bij zijn vrouw en de mensen die hem verzorgen. ‘En natuurlijk bij de deelnemers en medevrijwilligers van de Zonnebloem!’, voegt hij daar meteen aan toe.

OP EEN ANDER BEEN GEZET!

In deze rubriek komen kinderen met een verkorting of amputatie van arm of been aan het woord. Soms schrijven zij zelf over hun leven, meestal doen hun ouders of hulpverleners dat.



Nieuw werkgroep lid

Er is een nieuw lid van de werkgroep 'Op een ander been gezet', en dat ben ik. En wie ik ben? Ik ben Rick Pouwels. Ik ben getrouwd met Claudia en we hebben een zoon (Jip) en een dochter (Pleun). Pleun heeft een onderbeenprothese aan haar rechterbeen. Ze is geboren met een zwikvoet met vier stralen. Toen ze dertien maanden oud was en aanstalten begon te maken om te lopen, hebben we het besluit genomen om haar voetje te laten amputeren om zo het zelfstandig lopen beter te laten ontwikkelen.

Crossen

In het dagelijks leven werk ik als IT-consultant en help dan anderen om IT-systemen voor hen op de juiste manier te laten werken. Wat ik ook graag doe, is met de mountainbike door het bos crossen of een bikepark bezoeken. Ik zet me graag in voor anderen en help graag bij het onderhoud aan andermans sportfiets. Als vrijwilliger werk ik in een hobby-werkplaats om technische workshops in fietsonderhoud te geven. En om fietsen klaar te maken voor gezinnen die deze zelf niet kunnen aanschaffen. Als lid van 'Op een ander been gezet' hoop ik met mijn enthousiasme en energie te helpen bij het organiseren van de verschillende activiteiten.

Jubileum

De eerste activiteit waar ik aan ga meehelpen is het organiseren van het 25-jarig jubileum op 3 juni. Dit wordt echt een hele gave dag. Leuk om jullie binnenkort te zien en een praatje te maken!

RICK POWELS

Zwemfeestje op 22 maart



De werkgroep 'Op een ander been gezet' organiseert dit jaar weer een spetterend zwemfeest voor kinderen tot en met 10 jaar, hun ouders, broertjes en zusjes (dus geen vriendjes...).

Woensdag 22 maart
van 13:00 tot 20:00 uur
in Aqua Mondo op de Eemhof in Zeewolde.

Deze dag wordt mogelijk gemaakt door sponsoring van Center Parcs. Daardoor zijn entree en parkeren ook dit jaar weer gratis! Informatie over het zwembad: www.dagjeemhof.nl.

Aanmelden vóór 8 maart met vermelding van het aantal personen bij Bert Voskuil: 030 258 1811 of b.voskuil@dehoogstraat.nl. Na aanmelding krijgen jullie een week van tevoren een toegangsbewijs toegestuurd.

Tot 22 maart!

Wist u dat...

de werkgroep 'Op een ander been gezet' óók bestemd is voor ouders van kinderen met een armreductie of kinderen die een armamputatie hebben ondergaan?

Deel 1

Was het een haai?



'Was het een haai?' Een vraag die veel ouders van een kind met een been- of armprothese zullen herkennen. Een ander kind komt naar jullie toe en stelt deze vraag of een variant daarop, met een leeuw of een krokodil... We maken het allemaal mee, die momenten waarop de prothese aanleiding is voor grappige, irritante of ontroerende ervaringen. 'Kort&Krachtig!' is nieuwsgierig en vroeg de leden van 'Op een ander been gezet' naar hún ervaringen. In de komende nummers vertellen zij hun verhaal. In deel 1 het verhaal van San, de moeder van Li Qing.

Het is de zomer van 2019, Li Qing is 11 jaar. In ons dorp wordt een Obstakel Run georganiseerd en Li Qing wil graag meedoen. We schrijven ons in voor de Kidsrun, net geen kilometer en met water en modder, dat wordt leuk. Aan het begin van de run blijkt al snel dat het toch best pittig is en we besluiten een aantal obstakels over te slaan. Desondanks raakt Li Qing achterop, maar we zetten door. Als Li Qing als laatste deelnemer de finish nadert, wordt er door alle aanwezigen - misschien wel achthonderd mensen - voor haar geapplaudiseerd en onder aanmoedigend geklap en gejuich gaat ze over de streep. En ik pink even een traantje weg...!

SAN, MOEDER VAN LI QING

*Heb jij ook een leuk of ontroerend verhaal?
Stuur het op naar redactie@kortermaarkrchtig.com!*



Agenda

Woensdag 22 maart 2023

Zwemfeest tot en met 10 jaar
Zie pagina 32.

Zaterdag 3 juni 2023

Jubileumfeest 25-jarig bestaan
'Op een ander been gezet'
Zie pagina 34.

Van 1 tot en met 3 september 2023

Zeilkamp 10+
Loosdrechtse Plassen
Informatie volgt later.

Zaterdag 23 september 2023

Buitenbeentjesdag 2023
Informatie volgt later.



Save the date

25-jarig bestaan 'Op een ander been gezet' Zaterdag 3 juni 2023 van 14.00 tot 19.00 uur

Voor leden en oud-leden van OEABG, neem gezellig je ouders en broertjes/zusjes mee.
In en rondom De Hoogstraat Orthopedietechniek, Rembrandtkade 10, 3583 TM Utrecht



*Doe mee met de muzikale spelshow van Theater Troef / Probeer eens een andere sport uit /
Neem een kijkje in de prothesewerkplaats / Kom langs in het Reünie - café /
Fiets je eigen smoothie bij elkaar / Geniet van een hapje en een drankje / En nog veel meer!*

Alle leden en oud-leden van 'Op een ander been gezet' ontvangen binnenkort een persoonlijke uitnodiging!
Verdere informatie en aanmelden: jubileum@opeenanderbeengezet.nl

UMC Groningen organiseerde speciale dag voor kinderen en ouders

Eind oktober vorig jaar organiseerde het UMC Groningen een speciale dag voor kinderen met een arm-/handreductie en hun ouders. Ik mocht daar namens KMK bij zijn, samen met vrijwilligster Erica de Graaf. De stands bij de arm-/handpoli stonden al opgesteld in de centrale ruimte en de medewerkers van de poli waren druk bezig met de laatste voorbereidingen om de gasten te kunnen begroeten. Erica en ik kleeften onze eigen KMK-stand aan met folders, pennen, aanmeldbrochures voor KMK en enkele nummers van 'Kort&Krachtig!'.

'Dat kan ik zelf!'

Rond tien uur waren veel kinderen en hun ouders aanwezig bij de centrale opening die werd verzorgd door Olga van der Niet, handergotherapeut van het UMCG (zie ook pagina 12). Na de opening zwierven de kinderen uit over de verschillende activiteiten: een gipsafdruk maken van je hand, cupcakes maken, sport en spel, schminken. Na een poosje zag je dat ook de ouders mee gingen doen. Wat ik zelf ook weer zag was hoe goed kinderen met hun beperking kunnen omgaan. Eigenlijk hebben ze op deze leeftijd nog niet zo heel veel hulp nodig.

Een heel herkenbare reactie hoorde ik deze ochtend heel vaak: 'Dat kan ik zelf wel hoor!'

Gelijk in verscheidenheid

Halverwege de ochtend kregen de ouders ook veel aandacht voor de standhouders. KMK kreeg ook veel vragen. Enkele ouders kenden KMK al. Na uitleg wat KMK voor ouders en kinderen kan betekenen, gingen ze met een aanmeldformulier naar huis.

Uit de gesprekken met de ouders is mij bijgebleven dat het bijwonen van deze ochtenden iets is als: 'We zijn gelijk aan elkaar, ook al is de beperking verschillend'. Vaak werd uitgesproken dat de kinderen zich op school prima kunnen redden, maar... dat ze toch alleen zijn met hun hand-/armreductie.

Het was een zeer geslaagde ochtend waar kinderen en ouders samen konden praten en creatief zijn onder elkaar. Als vrijwilliger van KMK is het een voorrecht om op deze manier met kinderen en hun ouders in gesprek te zijn.

ALBERT VELTHUIS, BESTUURSLID KMK

Brochure

'Een armamputatie, en dan?'

In april verschijnt bij Kort(er)MaarKrachtig een uitgebreide brochure over armamputaties en armprothesen. Daarin wordt ingegaan op de gevolgen van het verlies van (een deel van) de arm, het revalidatieproces, de expertisecentra, de soorten prothesen en het keuzeproces.

De brochure zal na verschijnen aangekondigd worden op de website van KMK (www.kortermaarkrchtig.com) en kan daarna aangevraagd worden via folders@kortermaarkrchtig.com. De brochure is, net als alle andere KMK-publicaties, dan ook te downloaden via de website.



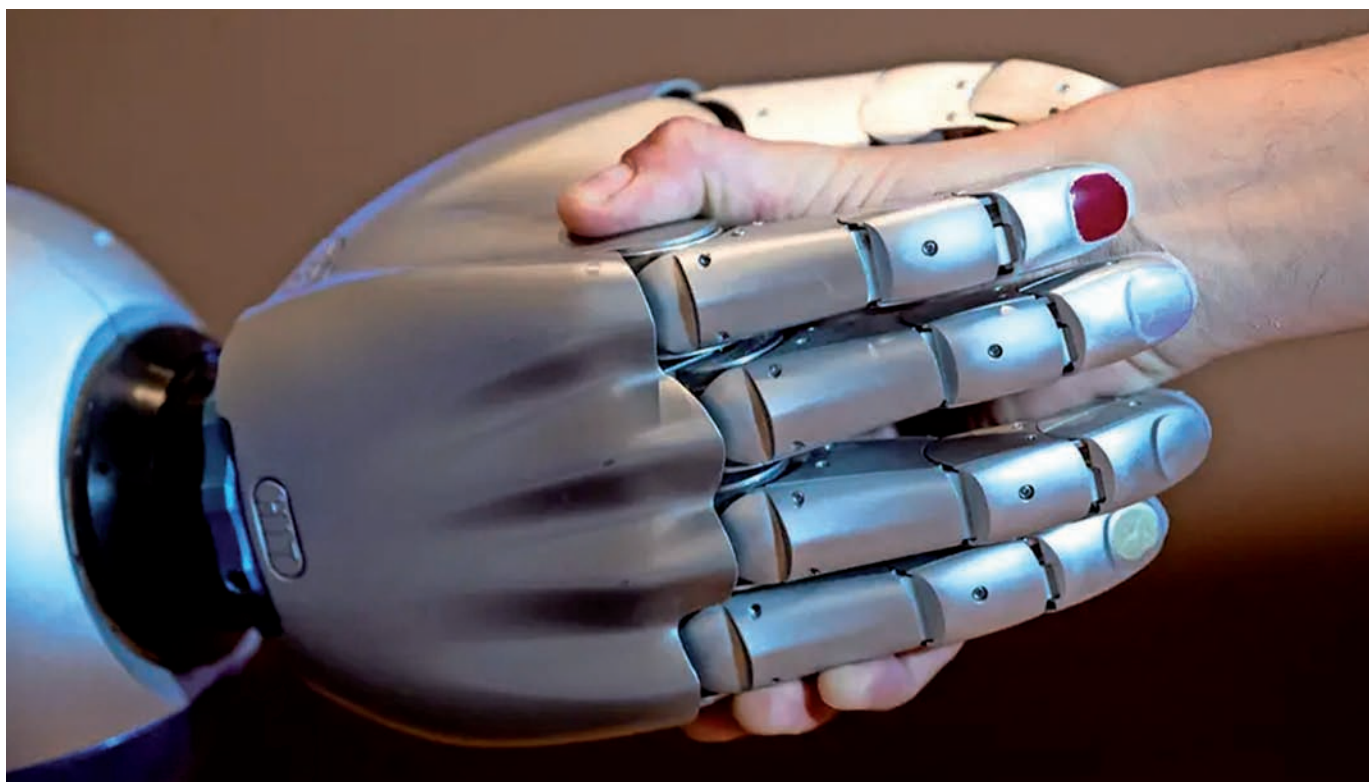
Verbeteringen in het Prothese Prescriptie Protocol van de Arm

Als u een armprothese hebt, dan kent u het vast wel: het Prothese Prescriptie Protocol van de Arm ofwel het PPP-Arm. Dit is een digitaal protocol voor behandelteam en prothesegebruiker om het proces rond keuze en aanvraag van een armprothese te structureren, onderbouwen en evalueren. Dit protocol heeft een uitgebreide update ondergaan, waar we u graag over vertellen.

De afgelopen periode is er binnen een landelijk project gewerkt aan diverse aanpassingen aan het PPP-Arm met als doel om het protocol efficiënter te kunnen gebruiken. Het protocol is gebruiksvriendelijker gemaakt, zowel voor het behandelteam als voor de prothesegebruiker. Ook sluit het protocol nu goed aan op de terminologie van de in 2021 gepubliceerde kwaliteitsstandaard Module Prothesezorg: arm- en beenprothesen.

De belangrijkste aanpassingen

- ▶ Toevoeging van een 'Patient Hub' Dit is een digitale omgeving voor de prothesegebruiker. Hier staan de algemene gegevens en kan de prothesegebruiker een digitale handtekening zetten. Verder kun je via de Patient Hub de Keuzehulp en andere digitaal ingevulde vragenlijsten uitwisselen met het behandelteam.



Een wereldwonder!



Afgelopen november reisden we rond in Jordanië. En natuurlijk bezochten we daar het wereldwonder Petra. Vooraf zoek ik altijd uit hoe ver de wandelingen zijn. De kloof naar Petra was 1,2 kilometer. Dat moest lukken. Ik wist dat ik daarna nog zeker een aardig stuk moest lopen, maar had gehoord dat er golfkarretjes rondreden. Voor noodgevallen, dacht ik!

Boven budget

De dag startte anders dan verwacht. We parkeerden de auto en bleken zeker één kilometer te moeten lopen naar de ingang. Ik rekende even uit: 1 plus 1,2 en dan nog wat, dat moest lukken. Vol goede moed startte onze tocht. Na enkele minuten viel me iets op. We startten niet in de kloof, maar een flink eind daarvoor. Dat was dus 1 plus 1,2 plus 1,5. Help! Dat was 'boven budget'. Maar natuurlijk liep ik dit pad! Niet het einddoel maar de reis ernaartoe is waar het om gaat, was mijn mantra.

Kameel

De ingang van de kloof kwam in zicht, en dat gaf moed. Eenmaal in de kloof kwam ik ogen en oren tekort. Petra was werkelijk een wereldwonder! We liepen over grote keien en door zand in totaal 8,5 kilometer. En net toen mijn tong op mijn schoenen hing, hoorde ik vreemde geluiden achter me. Daar zag ik mijn vriend staan. Naast hem prijkte een beauty!

Een kameel welteverstaan. Dan kon ik het laatste stukje lekker zitten, zo zei hij lief. Twee bedoeïenen hesen me op de kameel. Vriend riep nog: 'She has an artificial leg, maybe it falls out.' De bedoeïenen keken verwilderd naar mijn been en slingerden toen de kameel aan. Lekker gezeten heb ik niet, want wat heb je weinig houvast als je je been niet om een kameel kunt klemmen. Gelukkig is het been wél blijven hangen. Wat een wereldwonder!



37

- ▶ Mogelijkheid om een digitale handtekening te zetten voor zowel de prothesegebruiker als de leden van het behandelteam, zodat de protheseaanvraag door iedereen kan worden ondertekend nadat er digitaal akkoord is gegeven.
- ▶ Integratie van de digitale vragenlijst D-QUEST. Deze vragenlijst meet de tevredenheid van de gebruiker met de prothese (of het hulpmiddel) en de verleende service. De gebruiker kan de vragenlijst thuis digitaal invullen en terugsturen naar een behandelaar.
- ▶ Mogelijkheid om foto's toe te voegen aan de protheseaanvraag om de motivatie voor de aanvraag te ondersteunen.
- ▶ Structurering van het stapsgewijze zorgproces en verbetering van de keuzemogelijkheden bij de motivatie van de protheseaanvraag.
- ▶ Integratie van de Keuzehulp. Dit is een online tool waarmee cliënten en revalidatieteam samen kunnen beslissen welke prothesehand/-haak/-hulpstuk het meest geschikt is. De Keuzehulp is ontwikkeld in een apart project (zie ook Kort&Krachtig nummer 34, Rubriek 'Rondom Armen- Keuzehulp voor prothesehanden, -haken en -hulpstukken').

Getest door tien behandelteams

De aanpassingen aan het protocol zijn uitgeprobeerd en geëvalueerd door de tien behandelteams in Nederland die het protocol gebruiken. Na de eerste evaluatie zijn er nog een paar verbeteringen doorgevoerd, zoals het vereenvoudigen van het proces rond het zetten van de digitale handtekening en het goedkeuren van het rapport, de toevoeging van een kopieerfunctie van tekst op bepaalde plekken in het protocol en verbetering van de lay-out van het rapport voor de zorgverzekeraar.

Na deze aanpassingen is het protocol opnieuw getest en geëvalueerd door zowel behandelaars als prothesegebruikers.

Op dit moment worden nog de laatste puntjes op de i gezet. Er zijn ook nog enkele verbeterpunten die we niet binnen het huidige project kunnen verwerken, zoals het zetten van een digitale handtekening door ouders van een minderjarige prothesegebruiker en enkele aanpassingen specifiek voor vingeramputaties; deze zullen op een later moment worden uitgevoerd.

Efficiënter en gebruiksvriendelijker

Nu we bijna aan het einde zijn van het project kunnen we stellen dat er zeker een kwaliteitsverbetering heeft plaatsgevonden. Het protocol is gemoderniseerd, gestructureerd, efficiënter in te vullen en gebruiksvriendelijker voor behandelers en prothesegebruiker. Het protocol betreft de gebruiker bij het hele keuzeprocess en sluit aan bij de Module Prothesezorg.

PAULA A. WIJDENES, ERGOTHERAPEUT/HANDTHERAPEUT UMCG
MICHAEL A.H. BROUWERS, OUD-REVALIDATIEARTS DE HOOGSTRAAT
CORRY K. VAN DER SLUIS, REVALIDATIEARTS UMCG

CAROLINE VAN DEN KOMMER



‘Hoe doen die Olympische sporters dat dan?’, vraag ik

Als ik boven de twintig graden een goeie wandeling met de honden wil maken, kom ik met blaren thuis. In de loop der jaren ben ik een kei geworden in wondverzorging. Maar toch komt het nog wel voor, dat ik een dag of twee moet zitten zonder prothese aan, om de boel te laten helen. Dan had ik dus geen zin om voortijdig te stoppen en zijn de drukkplekken blaren en de blaren wonden geworden. ‘Nou, dat doen zij dus ook’, antwoordt mijn Livit-adviseur. Die sporters. ‘Ze klagen niet over een blaar als ze bijna bij de finish zijn. Zelfs niet als ze nog aan een wedstrijd moeten beginnen met blaren. Zwaargehavend halen ze vaak de eindstreep. Dat heet sportmentaliteit.’

Hobby

Oké, ik voel me meteen een loser. Een loser met wondverzorging als hobby. Ook het voorkómen van wonden. Ik gebruik vooral natuurlijke middelen die ik als fytotherapeut zelf heb leren maken en op mezelf uitprobeer. Daarnaast zit mijn grootste winst in de pleisters van ReSkin. En dat zeg ik in volle overtuiging. Ik krijg hier niet voor betaald. Ja misschien een

stukje gratis pleister. En daar ben ik heel blij mee.

Ook preventief

Alle blarenpleisters heb ik geprobeerd. Meestal werd de kwaal erger dan voorheen. Door de hitte smelt de gel, daar doe je een tapeje omheen, dat krult weer op. Nou, je voelt hem al aankomen. Blaar op blaar. ReSkin gebruik ik over bestaande blaren maar ook graag preventief. Als ik een lange wandeling ga maken en ik weet welke plekken kwetsbaar zijn, plak ik op voorhand een stuk op de stomp. Krult niet, smelt niet, ademt door de gaatjes en heelt. Ik kan het de Olympische sporters van harte aanbevelen!

Wil je mijn ervaringen horen, neem gerust contact met mij op (m.van.staveren@ztap.nl). Wil je de pleisters proberen, bel of mail eens met ReSkin-XL (www.reskin-xl.nl). Je krijgt vast wel een proefstukje. (Er zit ook een monster in dit magazine). Succes en een fijne zomer met lekker veel wandelingen!

MARLEEN VAN STAVEREN

Bewegingsvisie in heel Nederland

Als het om je gezondheid gaat, wil je verzekerd zijn van de beste zorg. Bij Bewegingsvisie ben je in goede handen. Letterlijk. Onze specialisten zijn niet alleen uitstekend opgeleide vakmensen die het échte ambacht in de vingers hebben. Bevolgen als zij zijn, worden de nieuwste inzichten en innovaties omarmd en geïntegreerd in de zorgoplossingen.

Bewegingsvisie heeft in totaal 743 aanmeetlocaties in Nederland. Kijk welke specialist bij jou in de buurt zit.

bewegingsvisie

085 40 19 551
info@bewegingsvisie.nl
www.bewegingsvisie.nl

Cosmetisch prothesehand

De mHand Adapt

Moveable is een Nederlands bedrijf dat orthopedische hulpmiddelen ontwikkelt, speciaal voor groepen prothesegebruikers die met het huidige aanbod niet goed geholpen worden.

Zo ontwikkelde Moveable de mHand Adapt, de lichtste cosmetische prothesehand op de markt. Sinds de introductie anderhalf jaar geleden kunnen mensen in Nederland deze hand gebruiken. Het bijzondere aan de mHand Adapt is dat je zonder elektronica of schouderbandage voorwerpen kunt grijpen door ertegenaan te duwen. Dit is ideaal voor veel tweehandige activiteiten, zoals fietsen, dingen tillen, je haar föhnen, een winkelwagen duwen, tuinieren, kanoën of suppen, en heel veel meer. De hand wordt bijvoorbeeld gebruikt door mensen die een myo-hand te zwaar vinden of niet goed kunnen aansturen. Of mensen die na lange tijd zonder prothese toch graag weer een prothese willen om hun andere arm te ontzien of mensen die gewoon een lichtere prothese willen. Ook wordt de hand wel naast een myo-hand gebruikt als lichte en robuuste tweede hand.



39

Ontwikkelingen

Door nauw contact met de gebruikers van de hand kon Moveable het afgelopen jaar veel verbeteren. Door investeringen in de productie kunnen nu meer handen met een betere kwaliteit geproduceerd worden. De mHand Adapt heeft nu vijftien grijpposities in plaats van de oorspronkelijke zes. Hierdoor is het gemakkelijker om voorwerpen van verschillend formaat vast te pakken. Iedere mHand Adapt wordt afgewerkt met een cosmetische handschoen. Er zijn drie verschillende handschoenmodellen, van eenvoudig tot individueel ingekleurd (let op: niet iedere variant wordt door elke verzekeraar vergoed).

Nieuwe plannen

De feedback van gebruikers van de mHand Adapt wordt meegenomen in de plannen voor 2023. Zo wordt er vaak gevraagd naar meer verstelmogelijkheden van de duim, zodat aankleden gemakkelijker wordt en het mogelijk wordt om grotere objecten vast te houden. Ook vragen mensen of er een versie komt die ook zonder handschoen kan worden gebruikt. En hoe zit het met een hand voor kinderen? En wat als de stomp zo lang is dat er geen ruimte meer is voor de mHand Adapt? Als u zelf vragen hebt over de mogelijkheden of wilt meewerken aan de ontwikkeling van nieuwe producten, aarzel dan niet om via www.moveable.nl contact op te nemen. De ontwikkelingen van Moveable zijn ook te volgen via Facebook, Instagram en YouTube.



TIM KIEFTE

Merijn krijgt

iDigits Quantum

Op een dinsdagochtend is het druk in een van de spreekkamers bij ProReva in Zwolle. Het gebeurt ook niet iedere dag dat iemand een myo-elektrische deel-handprothese krijgt.

De zorgverzekeraar van Merijn (17 jaar) heeft de verstrekking van een iDigits Quantum goedgekeurd. En die ochtend wordt de geavanceerde handprothese afgeleverd. En dat trekt bekijks! Te midden van het behandelteam, specialisten en overige geïnteresseerden legt Marcel Waltman, clinical specialist bij Össur, uit hoe de prothese werkt. 'Het is heel slim dat Merijn zo jong begint met het dragen van een prothese. Mensen realiseren zich vaak niet dat je, door het missen van een hand of arm, de goede arm en hand twee keer zo intensief belast, met alle gevolgen van dien.'

Ontbreken deel linkerhand

Bij zijn geboorte bleek dat Merijns linkerhand in aanleg niet goed ontwikkeld was. Hij miste al zijn vingers en een deel van de palm van zijn hand. Moeder Bianca vertelt: 'Ik had gedurende mijn zwangerschap een voorgevoel dat er iets met ons kindje zou zijn. Toen Merijn geboren was, schrokken we natuurlijk best even dat er bij hem een handje ontbrak, maar het bevestigde ook mijn intuïtie. Hij is er voor ons uiteraard niet anders door. We hebben het meteen geaccepteerd.'

Gelukkig heeft Merijn een goede polsfunctie, wat een pre is bij het aanmeten van een dergelijke prothese. In het siliconen manchet zitten namelijk elektrodes, die in het geval van Merijn op de onderarmspierspleet geplaatst worden. Die spieren moeten goede signalen afgeven, waarmee je de vingers kunt aansturen. Hoe geavanceerd de techniek inmiddels ook is, een prothese vervangt natuurlijk nooit de functionaliteit van een echte hand. Het leren aansturen vergt veel oefening. De expertise van een erkend armenteam, zoals dat van Vogellanden en ProReva in Zwolle, is daarbij onmisbaar. Robert Jan Beishuizen, instrumentmaker bij ProReva: 'Cases zoals die van Merijn zijn vrij uniek. Dergelijke prothesen worden niet vaak aangevraagd. Ook voor ons is dit een spannend traject en het vervaardigen en afstellen van de handprothese is een precisieklus.'

Leren omgaan met de iDigits

Merijn bewees tijdens het oefentraject bij Vogellanden bij ergotherapeut Linda Landweer al dat hij het aansturen van de prothese snel doorhad. Ook deze ochtend gaat het heel goed! Ingespannen luistert Merijn naar de instructies van Marcel, die de instellingen van de handprothese op de iPad bedient en afstelt op de spiersignalen van Merijn. Merijn heeft ondertussen amper oog voor zijn omgeving en het lukt al snel om de gewenste bewegingen te maken.

Marcel vertelt: 'Het is echt intensief om alle mogelijkheden van de iDigits aan te leren. Dat hebben we gezien bij Sabine Vranckx, ambassadeur bij Össur en gebruiker van de iDigits. De basis leer je vrij snel, maar zij heeft na vijf jaar gebruik pas echt alle geavanceerde mogelijkheden onder de knie. Je moet goed gemotiveerd zijn en veel oefenen!' Robert Jan bevestigt dat: 'Het is net als piano leren spelen; je speelt ook geen



Mozart vanaf dag één, dat vergt oefening en motivatie.’ Merijn is zeker gemotiveerd. Zijn moeder weet het zeker: hij gaat trouw zijn oefeningen doen. ‘En al is het zo dat we straks twee keer in de week naar het revalidatiecentrum moeten, dan heb ik dat er graag voor over!’

Hobby, werk en studie

Merijn volgt de vakopleiding Sign. Hij leert reclameproducten maken, zoals borden en bestickering. Hij doet hiervoor grafisch werk achter de computer, maar vooral tijdens zijn praktijkopdrachten miste hij zijn linkerhand steeds vaker. Robert Jan van ProReva keek tijdens een praktijkles van Merijn mee om te beoordelen bij welke handelingen hij zijn ontbrekende hand miste. ‘Het lukte Merijn vooral niet om tegelijkertijd de föhn en de plakfolie vast te houden en te geleiden bij het bestickeren. Daar miste hij echt een grijpfunctie van zijn linkerhand. Maar ook andere handelingen vroegen om een hulpmiddel. Zijn hulpvraag bleek zo divers, daarvoor zou hij een koffer vol hulpstukken nodig hebben. De iDigits waren voor Merijn de beste en enige optie. Gelukkig konden we samen met Merijn en Raoul Winter, de revalidatiearts van het armexpertiseteam, een goede motivatie naar de zorgverzekeraar sturen en werd de verstrekking goedgekeurd!’

Weerbaar en gemotiveerd

Het ontbreken van zijn hand heeft Merijn nooit weerhouden om net als leeftijdsgenoten normale dagelijkse dingen te doen. Hij heeft hobby’s en werkt als vakkenvuller. Het optillen van kratten en dozen is een uitdaging zonder hand. Het lukt hem meestal wel. En als het niet lukt, vraagt hij om hulp. Daar heeft hij geen moeite mee. Hij wordt er niet mee gepest en krijgt zelden opmerkingen over zijn stomp. ‘Ja, vroeger was er wel een pestkop, die scheldnamen voor me verzon. Maar zo zijn kinderen’, zegt Merijn laconiek. Hij weet niet eens meer welke scheldnamen er gebruikt werden, zo weinig indruk heeft het op hem gemaakt.

‘Merijn staat heel stevig in zijn schoenen’, vertelt Bianca trots. ‘Ik maak me eigenlijk nooit zorgen om hem. Het lijkt wel of mensen die iets hebben dat afwijkt van het normale, weerbaarder zijn. Zeker als je ermee geboren wordt. Dat is bij Merijn zeker het geval!’

Trotse eigenaar handprothese

Aan het eind van het spreekuur loopt een stralende Merijn trots met zijn handprothese de deur uit. We grappen nog dat hij zorgvuldig met zijn nieuwe hulpmiddel om moet gaan en het niet ergens moet laten slingeren. Merijn is zich terdege bewust wat dit geavanceerde meesterwerkje kost. Hij demonstreert wat hij al met zijn handprothese kan, door de koffer zorgvuldig naar de auto te tillen. Daarbij bedenkt hij zelf met welke greep hij dit het beste kan doen. Zo verzint hij ter plekke dat het uitschakelen van de hand voorkomt dat hij per ongeluk een beweging maakt, waardoor de vingers zich openen en de

*‘Dit mooie hulpmiddel
vergroot mijn
zelfstandigheid’*



koffer uit zijn hand kan vallen. Merijn is een meer dan geschikte kandidaat en dik tevreden met zijn nieuwe prothese. Dit mooie hulpmiddel vergroot zijn zelfstandigheid nu en in de toekomst, daarvan is hij zeker!

HANNEKE VAN DER VELDE, PROREVA



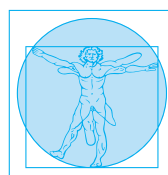
Beenprothese-expertisecentrum

- + High-tec (elektronische) beenprothesen
- + Snel resultaat
- + Extra service met videobeelden en metingen
- + Extra looptraining
- + Inclusief personal beweegcoach
- + Aangemeten in een bijzondere omgeving
- + Second opinions



030 258 1811
www.protec.amsterdam
info@protec.amsterdam

VOOR ELKAAR



KORTER MAAR KRACHTIG

Colofon

'Kort&Krachtig!' is een uitgave van de vereniging KortMaarKrachtig, dé landelijke vereniging van en voor mensen met een amputatie en/of een reductiedefect. Het blad verschijnt vier maal per jaar en is gratis voor leden en donateurs.

Lid worden?

KortMaarKrachtig is de landelijke vereniging voor mensen met een amputatie en/of aangeboren reductiedefect. Belangrijke speerpunten van de vereniging zijn lotgenotencontact en sociale activiteiten organiseren, voorlichting geven en informatie verstrekken over onderwerpen waar mensen mee te maken krijgen als ze een amputatie hebben ondergaan en/of gebruik maken van een prothese. Daarnaast staat de vereniging garant voor de belangenbehartiging van de leden bij verzekeraars, behandelaars en de overheid. Het lidmaatschap bedraagt € 30,- per jaar. Als u een machtiging voor automatische incasso afgeeft, betaalt u slechts € 25,-. U ontvangt dan vier keer per jaar dit ledenblad en u kunt deelnemen aan alle georganiseerde activiteiten en lotgenotencontacten.

Lidmaatschap van een patiëntenvereniging wordt door de meeste zorgverzekeraars vergoed via het aanvullend pakket. Vraag er naar bij uw zorgverzekeraar.

Aanmelding lidmaatschap!

Stuur een e-mail met uw volledige adres, telefoonnummer, geboortedatum en e-mailadres naar: leden@kortermaarkrchtig.com of stuur uw gegevens per post op naar: KortMaarKrachtig, Brinkstraat 133-8, 7512 EC Enschede. Aanmelden via de website kan ook. Ga naar: www.kortermaarkrchtig.com.

Donateur worden?

Draagt u de vereniging KortMaarKrachtig en haar doelstellingen een warm hart toe, dan kunt u ons steunen. Voor € 20,- per jaar bent u al donateur van KortMaarKrachtig. Hiervoor ontvangt u vier keer per jaar het ledenblad en bent u van harte welkom op de door de vereniging georganiseerde activiteiten. Uw bijdrage komt geheel ten goede aan al het fantastische werk dat onze vrijwilligers leveren. Uw bijdrage maakt het verschil!

Aanmelden als donateur is mogelijk via de website van de vereniging (www.kortermaarkrchtig.com) of u stuurt een e-mail met al uw gegevens naar: leden@kortermaarkrchtig.com.

Hoofdredactie:

Harry Dietz, redactie@kortermaarkrchtig.com

Redacteuren:

Rosanne Faber (eindredactie),

Hannah Jimmink, Annelies van Lonkhuyzen

Columnisten:

Jan Geertzen, Veronique Gorter,

Karen Koller, Caroline van den Kommer,

Hanneke Mooij, Corry van der Sluis

Vormgeving:

John de Vries, Vriedesign

Druk:

Grafisch Bedrijf Vanderperk Groep BV

Medewerkers aan dit nummer:

Joris Berkhout, Michael

Brouwers, Nadine Donders, André Drost, Rik Engel,

Zilan Gijsen, Tim Kieft, Jacqueline van Kuler, Maaike

Lange, Mathilde van Osnabrugge, Rick Pouwels,

Verena Schuurmans, Marleen van Staveren, Hanneke

van der Velde, Paula Wijdenes

Foto cover en interview:

Wilco van Dijen

Aanleveren kopij:

voor 30 maart bij redactie@kortermaarkrchtig.com

Adverteren:

vragen over mogelijkheden en tarieven kunt u sturen naar: redactie@kortermaarkrchtig.com

Wilt u ook dit ledenblad 'Kort&Krachtig!' ontvangen? Stuur een e-mail naar: bureau@kortermaarkrchtig.com

ALLUX

De Allux, een knie waarop u kunt vertrouwen!

Obstakels een probleem? Het 4-assige geometrische design zorgt voor een grotere toe clearance en meer stabiliteit.

's werelds eerste polycentrische microprocessor gestuurde knie welke geometrische en algoritmische eigenschappen combineert!

De knie is op afstand te bedienen met een app op de smartphone en niet meer via een losse afstandsbediening.

Bezoek onze website voor meer informatie www.lothfabenim.nl



LOTH fabenim
ORTHOPAEDIC AND REHAB SUPPLIES

De Liesbosch 14-G 3439 LC Nieuwegein-Holland Tel. +31 (0)30 2732506

movao move as one

Een platform voor en door mensen met een amputatie.



Sluit je aan bij onze community en deel jouw ervaringen met anderen!



movao.community

powered by **ottobock.**