

Kort & Krachtig!

Uitgave van de vereniging KMK | jaargang 12 | nr. 47 | september 2025

*Miranda, Machiel en
Elijah van Lieshout*
**‘Voor ons is het
heel normaal’**



Een perfect deel van mij

Pas je liner aan jouw
levensstijl aan

De juiste liner kiezen verbetert niet alleen je mobiliteit, maar ook je kwaliteit van leven. Ons intuïtieve selectietool begeleidt je stap voor stap naar een nauwkeurige, persoonlijke pasvorm. Met de juiste liner kun je voluit leven – van dagelijkse bezigheden tot het najagen van je passies.



Bekijk de Liner
Selectietool op
onze website



INHOUD!

VAN DE REDACTIE!



12 VERENIGING!

Levendige ledenvergadering



SPORT!
Paralympische
Talentdag
NOC*NSF

14



20 INTERVIEW!

Miranda, Machiel en Elijah van Lieshout: 'Net als ieder ander kind'



34

INTERNATIONAAL!

Stichting BFF werkt nu ook in Kenia

EN VERDER:

- 5 Contact / Voorwoord Albert Velthuis
- 6 Rondom armen: Revalideren na amputatie van beide armen en beide benen
- 7 Kort: Boek Stap in je leven 2.0 / Prijsuitreiking ISPO
- 8 Verenigingsnieuws: Contactpersonen / Contributieverhoging / Schenken / Voorstellen: Caroline van Daatselaar / Digitaal abonnement / Agenda en inloophmomenten
- 11 Uit de praktijk: Corry van der Sluis / Jan Geertzen
- 16 Producten: Kniestep en kniekruk
- 17 Column Hanneke Mooij
- 19 Afscheid Bert Voskuil
- 25 Kort: Flamingolunch / Nieuwe voorzitter IC2A /

Beste lezer,

Tijdens de algemene ledenvergadering van KorterMaarKrachtig werd weer eens duidelijk dat het in de Nederlandse wereld van de amputaties en prothesen bruist van de activiteiten en ontwikkelingen. Het KMK-bestuur gaf een overzicht van al het werk dat door de KMK-vrijwilligers wordt gedaan en we konden naar twee interessante lezingen luisteren. Bijzonder inspirerend!

In uw lijfblad proberen we al die ontwikkelingen zo goed mogelijk bij te houden. Ook dit nummer zit weer boordevol nieuws.

Onze hoofdpersonen zijn Miranda en Machiel van Lieshout, de ouders van de zesjarige Elijah. Elijah mist een hand en een onderbeen en we vroegen hen wat dit betekent voor de opvoeding van hun zoon.

Zoals in het vorige nummer beloofd, hadden we een vervolggesprek met Andrei Sydorenko, de Oekraïense soldaat die een tijd in het Militair Revalidatiecentrum in Doorn verbleef om te herstellen van zijn oorlogswonden. Intussen is hij terug in Oekraïne. Er zit ook veel ander internationaal nieuws in dit nummer: een verslag van de reis van Victor Landman naar Kenia, een nieuw verhaal over de Stichting BFF en nieuws over het ISPO-wereldcongres.

We gingen langs bij de producent van de kniestep en kniekruk, er zijn nieuwe ontwikkelingen rond het Eftelingproject en we kregen een aantal goede 'Tips & Tricks' van onze lezers.

En ook in dit nummer nemen we weer afscheid van een aantal 'oudgedienden'. Bert Voskuil, onder (veel) meer de initiatiefnemer van de werkgroep 'Op een ander been gezet' (nu: LedeMaatjes) ging met pensioen en Jan Geertzen schreef zijn 47^e en laatste column voor 'Kort&Krachtig!'.

Veel leesplezier!

HARRY DIETZ

- Revalidatiecheck.nl / Column Veronique Gorter
- 26 Internationaal: *Disability is not inability*
- 27 LedeMaatjes: Voorstellen: Miranda van Lieshout
- 28 Producten: Huidanalyse vooraf / Rijbewijs Yolanda Lippens
- 29 Ervaringen: Het magische Efteling project - deel 5
- 30 Ervaringen: Andrei is terug in zijn geliefde Oekraïne - deel 2
- 32 Onderzoek: Operatietechniek bovenbeenamputatie
- 33 Column Caroline van den Kommer
- 35 Tips & Tricks: Lopen op zand en strand / Stomaspoeien
- 37 ProtheseAcademie
- 38 Voor elkaar / Colofon



ottobock.

speedhand oplossing. Duurzame kracht met realtime controle.

De nieuwe ***speedhand*** van Ottobock beweegt soepel met je mee en past zich aan jouw leven aan.

Dankzij de ***connectgrip app*** kan je orthopedisch adviseur gemakkelijk je specifieke wensen instellen.

Vraag je instrumentmaker naar een proefpassing of scan de QR-code voor meer informatie.



Contact!

Postadres:

KorterMaarKrachtig

Postbus 9

3800 AA Nijkerk

Telefoon: 085 666 21 22



Bestuur

Voorzitter: **Albert Velthuis**

voorzitter@kortermaakrchtig.com

Penningmeester: **Maaïke Vogels**

penningmeester@kortermaakrchtig.com

Secretaris: **George Borgman**

secretaris@kortermaakrchtig.com

Bestuursleden algemeen

Sepholine Loman

sepholineloman@kortermaakrchtig.com

Siebe Doop

siebedoop@kortermaakrchtig.com

Rob Smit Duijzentkunst

robsmitduijzentkunst@kortermaakrchtig.com

André Drost

andredrost@kortermaakrchtig.com

Nicolaas Bessels

nicolaasbessels@kortermaakrchtig.com

Ben Messelink

benmesselink@kortermaakrchtig.com

Vrijwilligerscoördinatoren

Aart Piet Box (Noord-Nederland)

aartpietbox@kortermaakrchtig.com

Ben Messelink (Zuid-Nederland)

benmesselink@kortermaakrchtig.com

Erica de Graaf (armen en handen)

ericadegraaf@kortermaakrchtig.com

Communicatie

Caroline van Daatselaar

carolinevandaatselaar@kortermaakrchtig.com

Ledenadministratie

secretariaat@kortermaakrchtig.com

Verzendhuis KMK (brochures, folders, magazines)

Heleen van Daalen

085 666 21 22

folders@kortermaakrchtig.com

Website en social media

► www.kortermaakrchtig.com

► www.nadeamputatie.nl

► columnist: [Hein van der Zande](#)

► Facebook: <https://www.facebook.com/p/Korter-Maar-Krachtig-100057684608512>

► facebookbeheer@kortermaakrchtig.com

► @LedeMaatjes (Instagram)

► www.linkedin.com/in/vereniging-kortermaakrchtig-2651a2204/

► X.com/Kortermaakrchtig (Twitter)

Redactie 'Kort & Krchtig!'

Harry Dietz, Rosanne Faber, Caroline van den Kommer,

Annelies van Lonkhuyzen, Christiaan Bruil en Hannah Jimmink

redactie@kortermaakrchtig.com

06 2211 1485

Banknummer (IBAN)

NL37 ABNA 0433 6813 65

VOORWOORD!



3 Juni 2025 zal de boeken ingaan als de dag waarop het kabinet Schoof viel. Opnieuw gaan we een onrustige periode tegemoet waarin de politieke partijen ons dagelijks gaan vertellen hoe goed ze zijn en hoe het allemaal beter kan. Ik wens u succes volgende maand met het maken van uw keuze in het stembokje.

Beweging

In het juninummer schreef Jan Geertzen een mooie terugblik op de tijd dat hij samen met

Marcel Conradi KMK oprichtte. Beide heren hebben in de achterliggende jaren goede bijdragen geleverd aan onze vereniging. En het is fijn om te lezen dat zij trots zijn op onze stabiele KMK. En toch is er binnen de vereniging veel in beweging. Tijdens de algemene ledenvergadering in mei is bekendgemaakt dat binnen het bestuur verschillende wisselingen hebben plaatsgevonden. Sepholine Loman en Siebe Doop hebben een stapje terug gedaan, George Borgman is onze nieuwe secretaris geworden, Maaïke Vogels is verkozen tot penningmeester en ikzelf mag sinds kort de voorzittershamer hanteren.

Vrijwilligers

Ik ben als nieuwe voorzitter erg blij met alle activiteiten die door onze vrijwilligers worden georganiseerd. Er werken ook vrijwilligers mee aan veel projecten van de ProtheseAcademie. En de LedeMaatjes en LedeMaten krijgen steeds meer een duidelijke plek binnen de vereniging en binnen het bestuur. Het is erg fijn dat we meer aandacht kunnen geven aan de kinderen, jongvolwassenen en hun ouders. Ook naar de jeugd zeg ik graag: 'Ga door met jullie projecten en breng ze tot een succes'.

Samen!

Tijdens het wereldcongres van de ISPO in Zweden was Nederland goed vertegenwoordigd. Vanuit het KMK-bestuur was Ben Messelink aanwezig. Het bestuur van KMK werkt momenteel onder meer aan het verbeteren van onze website, dus aan het informeren van onze leden en onze relaties. KMK wil nog beter zichtbaar zijn en iedereen nog beter aan zich binden. We willen doorgroeien naar meer dan 1000 leden. Help jij mee? Ja, jij als vrijwilliger tijdens de lotgenotencontactdagen, jij als arts, jij als instrumentmaker en jij als lezer van ons magazine. Samen maken wij immers KMK!

Gelijkwaardig

Verbinden en samenwerken zijn essentiële thema's voor het bestuur. Alleen samen met jullie kunnen we op alle fronten betere resultaten boeken. En een gezonde, grote, stabiele vereniging als KMK zal ook door de zorgverzekeraars en de politiek als gelijkwaardige gesprekspartner erkend worden, vandaag, morgen en in de toekomst.

Dit jaar bestaat KMK 12 ½ jaar. Een goede reden om volgend jaar een mooi congres te organiseren. We zien u dan graag!

Een hartelijke groet,

ALBERT VELTHUIS, VOORZITTER KORTERMAARKRCHTIG

Revalideren na amputatie van beide armen en beide benen

Ervaringen en behoeftes

De afgelopen jaren zien we bij De Hoogstraat

Revalidatie in Utrecht een toename van het aantal

patiënten met amputaties aan beide armen en beide

benen. De oorzaak is meestal een bloedvergiftiging.

Deze mensen hebben vaak lange tijd in het ziekenhuis gelegen en zijn erg verzwakt. In het ziekenhuis worden zowel de revalidatiearts als de fysiotherapeut al bij de behandeling betrokken. De fysiotherapeut is enorm belangrijk om te zorgen dat iemand weer in beweging komt en alle gewrichten goed kan bewegen. De revalidatiearts denkt mee over het niveau van de amputaties en welk revalidatiecentrum geschikt is, en probeert een toekomstbeeld te schetsen van het functioneren met amputaties aan beide armen en benen.

Zelfstandig

Het is voor deze mensen en hun familie vaak moeilijk om voor zich te zien hoe een toekomst zonder handen en voeten eruitziet. Het helpt om in een vroege fase al contact te hebben met iemand die hetzelfde proces heeft doorgeemaakt. In het revalidatiecentrum proberen we mensen zo zelfstandig mogelijk te maken op het gebied van zelfzorg (douchen, aankleden, eten, toiletgang) en zich verplaatsen. Vaak kan iemand zich binnen een week al

'We proberen mensen zo zelfstandig mogelijk te maken'

Simone Stek bij de posterpresentatie tijdens het ISPO-wereldcongres in Stockholm.



aties aan e benen

zelfstandig verplaatsen en bijvoorbeeld zijn of haar mobiel al bedienen. De medewerkers van de afdeling revalidatietechniek spelen daarin een belangrijke rol door het maken van hulpmiddelen op maat. Ook wordt er gestart met prothesevoorlichting, -selectie en -training. Deze groep mensen gaat veelal met vier prothesen functioneren, dus goede voorlichting en hulp bij het kiezen is belangrijk.

Ervaringen delen

Het contact met iemand die hetzelfde heeft meegemaakt is ook tijdens de opname in het revalidatiecentrum belangrijk: het delen van ervaringen, elkaar helpen bij de juiste keuzes en emotionele steun aan elkaar hebben. Dit geldt niet alleen voor de persoon zelf maar ook voor zijn of haar familie, voor wie de verandering ook groot is. Gedurende het verblijf in het revalidatiecentrum worden de weekenden thuis opgebouwd. Dit is vaak een grote stap. Mensen zijn meestal maandenlang niet thuis geweest en komen nu opeens thuis zonder handen en voeten. Zodra het huis geschikt is, de juiste hulpmiddelen aanwezig zijn, de weekenden goed zijn opgebouwd en iedereen er vertrouwen in heeft dat iemand zich thuis kan redden, volgt het ontslag naar huis. De revalidatie is op dat moment nog lang niet klaar en wordt vanuit huis (poliklinisch) voortgezet. Er wordt gekeken hoe iemand steeds meer activiteiten thuis en buitenshuis zelfstandig kan gaan uitvoeren. Ook zonder handen en voeten is er veel mogelijk en samen met verschillende behandelaars kan hij of zij gaan uitzoeken hoe dit te realiseren om weer een leuk en waardevol leven te leiden.

Onderzoek

Vanuit De Hoogstraat gaan we starten met een landelijk onderzoek naar de ervaringen van mensen met amputaties aan vier ledematen met de revalidatiezorg in Nederland. Door te onderzoeken wat zij gemist hebben, waardevol vonden en bereikt hebben, kunnen we de revalidatiezorg verder verbeteren en nog beter op hun wensen afstemmen. We zullen jullie op de hoogte houden van de uitkomsten van dit onderzoek!

SIMONE STEK, AIOS REVALIDATIEGENEESKUNDE
MAAIKE LANGE, REVALIDATIEARTS
IRIS VAN WIJK, REVALIDATIEARTS/ONDERZOEKER

NIEUW boek 'Stap in je leven 2.0'

Wie geconfronteerd wordt met iets ingrijpends als een amputatie staat voor grote veranderingen in het hele leven. Dat is echt niet altijd gemakkelijk, niet alleen fysiek maar ook mentaal en sociaal. Het boek 'Stap in je leven 2.0' biedt inspiratie, herkenning en praktische tips van mensen die je voor gingen en ondanks fysieke tegenslagen hun eigen weg hebben gevonden.



Wat dit boek zo mooi maakt, is dat het is opgebouwd rond drie eenvoudige inzichten: aandacht voor de leuke dingen van het leven is belangrijk, hoe je naar jezelf en je situatie kijkt heeft invloed, en je moet wel zelf in actie komen. Vooral het eerste inzicht is verrassend. Want als je dan eindelijk weer wat energie hebt, heb je vaak toch de neiging om eerst de nuttige dingen weer op te pakken. Terwijl leuke dingen doen ervoor zorgt dat je je prettiger voelt, waardoor alle andere dingen ook weer beter gaan.

Auteurs Carin Schröder en Mia Willems combineerden tientallen persoonlijke verhalen met wetenschappelijke kennis en professionele expertise. Zij startten zeven jaar geleden het regionale platform 'Mijn Leven 2.0' dat inmiddels is uitgegroeid tot een grote, landelijke website over prettig leven met een ziekte of beperking. Trouwens ook erg de moeite waard om hier eens rond te kijken!

mijnleventweepunt.nl

mijnleventweepunt.nl/boek-stap-in-je-leven-2-0/

Prijs voor Nederlands artikel

Tijdens het ISPO-wereldcongres, dat in juni in Stockholm plaatsvond, ontving Behrouz Fard de prestigieuze Forchheimerprijs. Deze prijs wordt elke twee jaar uitgereikt voor het beste wetenschappelijke artikel dat in de twee jaar voorafgaand aan het ISPO-congres is gepubliceerd. Fard maakte deel uit van het auteursteam (onder leiding van Jan Geertzen) achter het baanbrekende werk 'Amputation and prosthetics of the lower extremity: The 2020 Dutch evidence-based multidisciplinary guideline'. Dit artikel was de vertaling van de Nederlandse richtlijn 'Amputatie en prothesiologie onderste extremiteit.' Ook Kort & Krachtig was in 2020 intensief betrokken bij het schrijven van deze richtlijn.



* Zie: <https://richtlijnen database.nl/>

Contactpersonen van KMK

Onderbeenamputatie	Herman Ferguson	Rotterdam	06 5354 3856
	John van de Pas	Nieuwerkerk aan den IJssel	06 5138 5347
	Ronald Gerrits	Nijmegen	06 5069 6369
	Mary van Dijk-Jabaaïj	Epe	06 1315 8381
	Jan Oudmaijer	Heerhugowaard	06 1138 7160
Omkeerplastiek	Erwin Oostrom	Kronenberg (Limburg)	06 4098 0592
Knie-exarticulatie	Angelina Windsant	Burum (Friesland)	06 4658 5572
	Akkie Emmaneel	Emmen	06 3632 1561
Bovenbeenamputatie	Aad Tander-Hendriks	Baarn	06 1040 7381
	Jacqueline van Brakel	Mookhoek (Z-H)	06 1365 7876
	Symen Sybrandy	Beetsterzwaag (Friesland)	06 5325 4895
	Marian Goutziers	Roosendaal	06 4032 5091
Osseointegratie bovenbeen	Hanneke Mooij	Egmond aan Zee	06 4994 9576
	Reinoud Liefing	Amsterdam	06 5200 1668
	Pita Molenaar	Vianen	06 2833 4737
Hand-/armamputatie	Erica de Graaf	Drachten (Friesland)	06 5179 1419
Ouders van een kind met een amputatie of een reductiedefect	Nicolaas Bessels	Eefde	06 1101 8300
	San Vermaas	Zevenbergen	06 4649 5866

Nieuwe contributiebedragen vanaf 2026

Tijdens de algemene ledenvergadering op 17 mei zijn de aanwezige leden akkoord gegaan met een kleine verhoging van de contributie vanaf 2026. De kosten voor de instandhouding van de vereniging worden namelijk steeds hoger.

Vanaf 1 januari 2026 gelden de volgende contributiebedragen:

- ▶ Regulier lidmaatschap: € 35,- per jaar
- ▶ Gezinslidmaatschap voor ouders en kinderen en jongeren tot 18 jaar: € 35,- per jaar
- ▶ Jongeren tussen 18 en 25 jaar: € 25,- per jaar

Alle leden ontvangen in januari volgend jaar de factuur voor de contributie. We vragen u op tijd te betalen, want het versturen van betalingsherinneringen kost veel tijd.



Schenken met belastingvoordeel

Met een periodieke schenking kunt u KorterMaarKrachtig (KMK) extra steunen. U draagt structureel bij aan het werk van onze vereniging en ontvangt bovendien van de Belastingdienst een groot deel van uw schenking terug. We leggen u graag uit hoe dit werkt. U kunt daarvoor contact opnemen met onze penningmeester via penningmeester@kortermaarkrchtig.com of via ons secretariaat (085 666 2122).

Wat doen wij met uw gift?

Wij ondersteunen natuurlijk onze leden en zetten ons in voor de belangenbehartiging op alle niveaus. Met uw gift kunnen wij extra projecten realiseren. We voorzien ook revalidatiecentra en ziekenhuizen van voorlichtingsmateriaal, zodat zij hun patiënten en cliënten van goede informatie kunnen voorzien. En we organiseren door het hele land tal van inlooppmomenten waar mensen die een amputatie hebben ondergaan ervaringsdeskundigen kunnen ontmoeten en informatie kunnen krijgen.

Al ons werk inclusief het actueel houden van onze websites, folders en brochures vraagt veel inspanning en kost veel geld. Uw gift is daarom bijzonder welkom.

Op onze website vindt u een doneerknop (scan de QR-code).
Wilt u eerst meer informatie? Neem contact op met onze penningmeester:
penningmeester@kortermaarkrchtig.com
<https://kortermaarkrchtig.com/doneer-nu/>



Even voorstellen



Caroline woont met haar man Yorick, zonen Casper en Olivier en dochter Rosalie in Amsterdam-Oost.

Hi, ik ben Caroline van Daatselaar en sinds begin dit jaar actief als vrijwilliger communicatie bij KMK. In 2020 is mijn linkeronderbeen geamputeerd als gevolg van een infectie in mijn enkel waar een enkelprothese (kunstmatig enkelgewricht) in zat. Kort daarna ben ik lid geworden van KMK omdat ik op zoek was naar ervaringen van anderen en informatie.

Adviseur

In het dagelijks leven werk ik als freelance communicatieadviseur. Toen ik in 'Kort&Krachtig!' de oproep voor een vrijwilliger com-

municatie zag, wist ik meteen: dit past bij mij. Ik vind het fijn om mijn ervaring in te zetten om bij te dragen aan de zichtbaarheid en positionering van KMK, en zo te laten zien waar de vereniging voor staat. Gelukkig was er direct een klik en kon ik snel aan de slag.

Nieuwe huisstijl

Samen met een ontwerper werk ik aan een nieuwe huisstijl voor de KMK-brochures. Deze is nog in ontwikkeling, maar als alles volgens planning verloopt, zijn de nieuwe brochures bij het verschijnen van dit nummer al op de website te zien. De nieuwe stijl is fris, licht en heeft een toegankelijke uitstraling. Ik ben benieuwd wat je ervan vindt.

Website in ontwikkeling

Ook werken we aan een vernieuwde opzet van de website. Dat doe ik samen met Machiel van Lieshout (de vader van Elijah, die op de cover staat) en KMK-lid Nelleke Posthumus. We pakken dit stap voor stap aan en hopen binnenkort de eerste verbeteringen te laten zien. Houd de website dus vooral in de gaten!

Een vraag of opmerking?

Mail dan naar communicatie@kortermaarkkrachtig.com.

Digitaal abonnement op 'Kort&Krachtig!'

Sinds vorig jaar kunt u 'Kort&Krachtig!' ook digitaal toegestuurd krijgen. U krijgt het magazine dan als pdf-bestand in uw mailbox. Daarmee bespaart u papier en drukkosten en kunt u het blad via uw telefoon of tablet overal lezen. Wilt u van deze mogelijkheid gebruikmaken? Stuur dan een e-mail naar redactie@kortermaarkkrachtig.com.

Agenda 2025

Alle data van de komende inloophmomenten, prothesegebruikersdagen en andere evenementen zijn ook te vinden op onze website: www.kortermaarkkrachtig.com/evenementen.

Dinsdag 2 september / Terneuzen

10.45 - 12:00 uur

Inloop bij Revant De Wielingen
Vlietstraat 8, 4535 HA Terneuzen

Dinsdag 23 september / Amsterdam

10:00 - 12:00 uur

Inloop bij Reade
Overtoom 283, 1054 HW Amsterdam

Donderdag 9 oktober / Enschede

14:00 - 16:00 uur

Inloop bij Roessingh Revalidatie
Roessinghsbleekweg 33, 7522 AH Enschede

Dinsdag 14 oktober / Rotterdam

13:00 - 15:00 uur

Inloop bij Rijndam
Westersingel 300, 3015 LJ Rotterdam

Maandag 24 november / Wijk aan Zee

19:00 - 21:00 uur

Huiskamergesprek bij Heliomare
Relweg 51, 1949 EC Wijk aan Zee

Maandag 24 november / 's-Hertogenbosch

14:15 - 15:15 uur in ruimte 86

Inloop bij Tolbrug Revalidatiecentrum
Henri Dunantstraat 7, 5223 GZ 's-Hertogenbosch

Woensdag 26 november / Breda

11:00 - 13:00 uur in de centrale hal

Inloop bij Revant/OIM
Brabantlaan 1, 4817 JW Breda

Maandag 1 december / Nijmegen

Inloop bij de Sint Maartenskliniek
Hengstdal 3, 6574 NA UBBERGEN

Dinsdag 9 december / Goes

13:30 - 15:30 uur

Inloop bij Revant Revalidatiecentrum Lindenhof
's-Gravenpolderseweg 114a, 4462 RA Goes

Dinsdag 16 december / Amsterdam

10:00 - 12:00 uur

Inloop bij Reade
Overtoom 283, 1054 HW Amsterdam



“ Bij Protec ga ik
stap voor stap vooruit

- Beenprothesen via direct socket
- Sportprothesen en sportblades
- Uitgebreide gangbeeldanalyses
- Loop- en hardlooptrainingen



PROTEC
POWERED BY DE HOOGSTRAAT



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.

Less is more... of niet?

De laatste jaren zijn er steeds meer prothesehanden op de markt gekomen die meerdere grepen kunnen uitvoeren, de zogenaamde multigrip- of bionische handen. De firma's die deze handen produceren weten deze op hun websites goed te promoten. Als je deze sites bezoekt, dan lijkt het alsof je je eigen hand weer terugkrijgt en er geen beperkingen meer zijn in het leven met een armprothese.

In de praktijk

Hoe anders is de werkelijkheid! De websites vermelden niet dat het moeilijk kan zijn om de handen aan te sturen, dat er speciale spiersignalen moeten worden gemaakt om van greep te veranderen, of dat handen zwaarder en kwetsbaarder worden naarmate er meer elektronica in zit. Beweegbare vingers vertonen eerder defecten dan vingers die min of meer statisch zijn.

Multigriphanden

Onderzoek dat wij uitvoerden liet zien dat mensen die een standaardhand gebruiken (met één greep) dezelfde uitkomsten hebben als mensen die een multigriphand gebruiken. Dit zou erop kunnen wijzen dat de multigriphanden geen meerwaarde hebben, maar dat is maar zeer de vraag. Waarschijnlijker is het dat het onder controle krijgen van deze handen zo ingewikkeld is, dat slechts een paar grepen daadwerkelijk worden gebruikt. De multigriphanden worden min of meer als een standaardhand ingezet, maar dan met die grepen die de gebruiker het meest handig en prettig vindt, zoals de sleutelgreep (waarbij de duim de zijkant van de wijsvinger kan aanraken) of het op kunnen rollen van de pink en ringvinger om een glas te ondersteunen. Heel veel meer grepen zijn vaak niet nodig.

Aansturing

Mijn pleidooi is daarom dat we onderzoeksgeld vooral stoppen in het verbeteren en het aanleren van de aansturing, in plaats van in de ontwikkeling van nieuwe handen. Mochten er toch nieuwe handen worden ontwikkeld, geef die dan vooral een sleutelgreep en een 'oprol-functie'. Dat maakt de handen functioneler dan de standaardhand en kan kosten reduceren. Less is dan echt more!

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.

Er is een tijd van komen, maar ook van gaan...

Na 46 columns geschreven te hebben is dit mijn laatste. In mijn vorige schreef ik kort over de 'geboorte' van Kort & Krachtig. Iets waar Marcel Conradi en ik echt wel trots op zijn. In de beginjaren moesten wij af en toe komen opdraven als er bestuurscrises waren of als er onenigheid was tussen bestuursleden en leden. Deze spoedvergaderingen mochten altijd plaatsvinden bij De Hoogstraat Orthopedietechniek. Marcel stond garant voor de accommodatie en de catering. In de jaren daarna ging het echter steeds beter; de vereniging werd steeds professioneler en daardoor ook krachtiger. Het was mooi om dat allemaal soms op afstand te mogen zien.

Prijs

Mijn persoonlijke klapper van de afgelopen jaren was dat we met een team van auteurs de Forchheimerprijs wonnen voor het beste artikel dat de afgelopen twee jaar was verschenen in het tijdschrift 'Prosthetics and Orthotics International'. Die prijs werd uitgereikt tijdens het ISPO-wereldcongres dat in juni 2025 in Stockholm gehouden werd. Ook KMK schreef mee aan dit winnende artikel. Nadine Donders zat twee jaar aan tafel met vele andere medeprofessionals op het gebied van amputatie en prothesiologie, en werkte, discussieerde en schreef mee aan de tweede versie van de Nederlandse richtlijn 'Amputatie en prothesiologie onderste extremiteit'. Dit document werd vertaald in het Engels en ter publicatie aangeboden en geaccepteerd en leverde deze mooie prijs op. Dit kan bijgeschreven worden in de annalen van KMK. Ik ben er trots op dat ik daar mijn steentje ook aan kon bijdragen.

Pensioen

Genoeg nu..., ik stop ermee. Ik ga volgend voorjaar met pensioen en iemand anders zal deze column hopelijk van mij gaan overnemen. Want het is belangrijk dat ook de geluiden 'uit de praktijk' gehoord blijven worden.

Ik wens KMK en alle mensen die bij deze mooie vereniging zijn betrokken een mooie toekomst toe. Blijf verder professionaliseren, blijf groeien en ... blijf je verwonderen. Het is tijd!

Hartelijke groeten!

JAN GEERTZEN, REVALIDATIEARTS UMCG

Levendige ledenvergadering

Op 17 mei hield KorterMaarKrachtig haar jaarlijkse algemene ledenvergadering. Net als twee jaar geleden waren we bij Anafora in het prachtige Utrechtse Maximapark. Er waren ruim zestig leden aanwezig. De nieuwe KMK-voorzitter Albert Velthuis vertelde de aanwezigen over de ontwikkelingen bij onze vereniging in het afgelopen jaar. Vooral de familiedag bij het Spoorwegmuseum was een feest!

Wisseling van de wacht

Albert bedankte Sepholine Loman voor het vele werk dat zij de afgelopen tien jaar als voorzitter heeft verricht. Zij blijft voorlopig nog wel in het bestuur. Aan penningmeester Siebe Doop werd decharge verleend voor het gevoerde financiële beleid; hij werd daarbij benoemd tot erelid van de vereniging. Siebe wordt als penningmeester opgevolgd door bestuurslid Maaïke Vogels. De aanwezige leden gingen ook akkoord met de benoeming van George Borgman als nieuw bestuurslid én secretaris. Daarmee kwam er ook een einde aan de bestuurlijke ondersteuning door Harry Dietz.

Er gebeurt veel!

Tijdens deze ledenvergadering werd weer eens duidelijk dat het binnen de vereniging bruist van de activiteiten. Vrijwilligerscoördinator Ben Messelink prees het vele werk dat door de vrijwilligers in het land wordt gedaan en communicatievrijwilliger Caroline van Daatselaar vertelde over de vernieuwing van de huisstijl, de brochures en de website. Nicolaas Bessels en Noor van Lingen kregen de handen op elkaar voor hun verhaal over de LedeMaatjes en de LedeMaten.

Inhoudelijk

Verena Schuurmans, coördinator van de ProtheseAcademie, gaf daarna uitgebreid uitleg over de voortgang die in het afgelopen jaar bij de ProtheseAcademie is geboekt. Vooral de oprichting van het gebruikers-panel is een gouden greep geweest. Na de lunch konden we luisteren naar een uitvoerig verhaal van Ruud Leijendekkers over *stepped care* en het belang van samen beslissen door cliënten en hulpverleners.



1

5



2



3



- 1 Wie dat wilde, kon met een golfkar naar de locatie gebracht worden
- 2 Albert Velthuis opende de vergadering
- 3 Noor van Lingen en Nicolaas Bessels vertelden over de LedeMaatjes en de LedeMaten
- 4 Siebe Doop werd benoemd tot erelid van KMK
- 5 Caroline van Daatselaar gaf uitleg over de veranderingen rond de communicatie van KMK
- 6 Verena Schuurmans, coördinator van de ProtheseAcademie
- 7 Tijdens de zonovergoten lunch werden vele ervaringen uitgewisseld
- 8 Ruud Leijendekkers vertelde over stepped care
- 9 Ben Messelink zette de KMK-vrijwilligers in het zonnetje

Foto's: Harry Dietz

‘Ik ben trots op mijn prothese en mijn been’

Jurriën Haak (16) meldde zich vorig jaar op sportcentrum

Papendal voor de Paralympische Talentdag met een

voorzichtige droom. Hij had al eens op een blade gestaan en

wilde ontdekken wat er nog meer in zat. Inmiddels maakt hij

deel uit van het talentenprogramma van TeamNL. En die droom?

‘De Paralympische Spelen van 2032 halen! Als ik maar hard

genoeg m’n best doe... Ik denk écht dat het kan.’

‘Ik heb meer discipline gekregen. Ik heb nu echt een droom’

Jurriën mist een deel van zijn rechteronderbeen. Hij werd geboren met een groeiachterstand in zijn been en op vijfjarige leeftijd werd zijn onderontwikkelde voet geamputeerd. Zo kon hij beter lopen, met een prothese. ‘Misschien omdat ik zo jong was, maar ik paste me daar meteen op aan. Ik liep vanaf het eerste moment weg met mijn nieuwe prothese.’ Die prothese voelde al snel als een natuurlijk deel van hem, vertelt Jurriën. En het was ook een prima plek om stickers van zijn favoriete club FC Twente op te plakken. ‘Met een korte broek aan, kon iedereen dat mooi zien.’

Blade

Ook sporten ging goed: gym, voetbal, tennis. ‘Ik stond er als kind niet bij stil. Ik deed alles wat andere kinderen ook deden. Ik kon altijd al hard rennen. Alleen de trap naar de glijbaan in het zwembad, of rennen over gladde vloeren, dat was lastiger. Maar hoe ouder ik werd, hoe meer energie het me kostte om bijvoorbeeld te voetballen. Het spel ging sneller, het niveau werd hoger. Ik was kapot na een halve wedstrijd. Door mijn been. Daarom besloot ik te onderzoeken wat er nog meer mogelijk was.’

Bij De Hoogstraat Revalidatie kreeg hij de kans om op een sportblade te lopen. ‘Ik had dat al eens gezien en meteen tegen mijn vader gezegd: dát wil ik ook proberen. Ik kreeg allemaal complimenten. Mensen zeiden dat ik ver kon komen in de sport. Toen is die droom een beetje begonnen. Ik wilde niet over the top doen en bleef liever bescheiden, maar toen ik hoorde over de Paralympische Talentdag, werd ik wel nieuwsgierig.’

Paralympische Talentdag

Jurriën was onder de indruk van wat hij op de talentdag zag. ‘Iedereen was zo gefocust op sport en bezig om het beste uit zichzelf te halen. Dat vond ik echt mooi. Zoveel sporten voor zoveel verschillende handicaps.’ Zelf kon hij ook verschillende sporten uitproberen, maar stiekem had hij zijn zinnen al op atletiek gezet. Vooral toen hij daar paralympisch kampioen verspringen Joël de Jong ontmoette. ‘Hij hielp me met het bevestigen van de blade en liet me zien hoe je start vanuit een startblok. Heel tof.’ Jurriën viel op bij de atletiekcoaches, die hem vervolgens uitnodigden om mee te trainen in een talentengroep op Papendal.

‘Dat had ik vooraf niet kunnen bedenken. Het is daarna zo snel gegaan. Ik train nu iedere vrijdag mee met andere atleten met een handicap. Ik heb mijn eerste wedstrijd gelopen. Misschien ga ik naast sprinten ook wel verspringen. Ik moet het allemaal nog ontdekken.’

Tijdens die trainingen komt hij ook regelmatig Joël weer tegen. ‘We trainen met de talenten op hetzelfde tijdstip als de paralympische sporters. Hij heeft altijd goede tips over hoe ik mijn armen moet houden tijdens het sprinten, of praktische dingen over de afstelling van mijn blade. Mijn been is wat



ag geeft Jurriën een nieuw doel



15

Ben jij het nieuwe paralympische talent? Meld je aan voor de Paralympische Talentdag!

Heb jij een amputatie ondergaan, ben je tussen de 12 en 35 jaar, sportief en gemotiveerd? Dan is TeamNL op zoek naar jou! Op zondag 2 november 2025 organiseert TeamNL weer de Paralympische Talentdag, een unieke kans om te ontdekken of jij het talent hebt om door te groeien naar topsport.

De Paralympische Talentdag was voor veel paralympische sporters met een amputatie de start van hun TeamNL-carrière. Tijdens deze dag krijg je de mogelijkheid om verschillende paralympische sporten te proberen en word je begeleid door ervaren coaches.

De Paralympische Talentdag biedt kansen voor sporters met uiteenlopende lichamelijke, visuele en licht verstandelijke beperkingen tussen 12 en 35 jaar. Maar liefst 37 procent van de huidige paralympische ploeg werd ooit ontdekt op deze dag!

Wanneer: zondag 2 november 2025

Waar: sportcentrum Papendal

Aanmelden: ga naar www.nocnsf.nl/talentdag en vul de pre-registratie in. Na aanmelding ontvang je mogelijk een persoonlijke uitnodiging. Past de talentdag niet helemaal bij je? Geen zorgen, we denken graag met je mee over andere passende sportmogelijkheden.

lager geamputeerd dan dat van hem, maar ik herken veel in zijn verhaal. Ook hij is jong begonnen. Hij heeft me echt geïnspireerd. Sowieso. Hoe hij fysiek is veranderd. Ik wil ook zo fit worden.'

Paralympische droom

Jurriën merkt dat hij sinds de talentdag zelf ook is veranderd. 'Ik heb meer discipline gekregen. Ik heb nu echt een droom. Ik wil er vol voor gaan. Mee-doen aan de Paralympische Spelen, dat zou ik heel graag willen. En misschien ben ik nog wel trotser op mijn prothese en mijn been. Het heeft me een nieuw doel gegeven.' Er mag dan veel veranderd zijn sinds die ene dag, voor één ding geldt dat niet, zegt hij lachend. 'Sinds vorige week staat het logo van FC Twente ook op mijn blade!'

ROOS OOSTERBAAN, NOC*NSF



Kniestep helpt een onderbee

In 2018 behandelde fysiotherapeut Arjan van der Graaf een jongeman die een operatie aan zijn voet moest ondergaan. De man had op internet gezocht en bij een Amerikaans bedrijf een kniekruk besteld om zijn voet na de operatie te ontlasten. Van der Graaf zag een gat in de markt en besloot een Nederlandse tak van het bedrijf op te richten. Sindsdien verhuurt en verkoopt hij verschillende hulpmiddelen voor na een operatie aan een voet of onderbeen. Hij ziet dat steeds meer collega-fysiotherapeuten enthousiast zijn.

De twee belangrijkste hulpmiddelen die Van der Graaf verkoopt zijn een kniestep en een kniekruk. De werking is als volgt: bij de kniestep kun je je korte been op de step leggen en met je goede been de step voortbewegen. Bij de kniekruk buig je de knie negentig graden en maak je de kruk vast aan het bovenbeen en het restant van het onderbeen, zodat hij als een nieuw onderbeen fungeert.

Kniestep

Van der Graaf ziet dat mensen met een onderbeenamputatie vooral de kniestep gebruiken, bijvoorbeeld om 's nachts gemakkelijk naar het toilet te kunnen gaan zonder eerst een prothese aan te hoeven doen. Ook ziet hij dat ze de step gebruiken op momenten dat ze de prothese tijdelijk niet aankunnen, bijvoorbeeld omdat er een wondje aan de stomp is of omdat ze een nieuwe prothese krijgen.

Kniekruk

De kniekruk is vooral handig wanneer je net een onderbeenamputatie hebt gehad maar nog niet toe bent aan je eerste prothese. Van der Graaf: 'Collega-fysiotherapeuten zetten de kniekruk vooral in om mensen alvast te leren lopen met iets dat "niet van hen" is. Als ze daar direct mee starten, voorkomt je dat je bovenbeenspieren korter worden. En wanneer je dan je definitieve prothese krijgt, ben je sneller weer zelfstandig.' Het bestaan van deze kruk is nog maar onder een kleine groep fysiotherapeuten bekend, maar de collega's die Van der Graaf spreekt, zijn net zo enthousiast als hij.

Alternatief voor armkrukken of rolstoel

Van der Graaf ziet de kniekruk in algemene zin als een alternatief voor armkrukken. Die worden nu vooral gebruikt door mensen die bijvoorbeeld een blessure aan hun enkel of voet hebben. 'Ik heb al een kniekruk naar Arjen Lubach en Martin Garrix mogen sturen, dat waren mooie momenten. Maar onder de streep is het voor mij vooral belangrijk dat er een alternatief is, mochten armkrukken niet voor je werken. Vooral in de zelfredzaamheid geeft het veel winst: met armkrukken kun je geen kopje koffie dragen en dat kan met de kniekruk wel. Daardoor heb je meer vrijheid. Het alternatief voor armkrukken was voorheen alleen de rolstoel. Dat werkt prima, maar zorgt vaak ook voor veel fysieke achteruitgang, omdat je letterlijk alleen maar zit. Met de kniekruk kun je gewoon blijven lopen en zo blijf je fit. Dat zie je als fysiotherapeut natuurlijk graag. Doordat je actief blijft is de doorbloeding richting je stomp ook beter, wat voor snellere genezing zorgt. Je kunt er zelfs mee traplopen.'

Afstellen

De kniestep is geschikt voor iedereen die grofweg tussen 1.30



mensen met namputatie



en 1.90 meter lang is. Bij zowel de kruk als de step is het wel belangrijk dat je óf nog een stukje van je onderbeen hebt, óf een goed belastbare stomp. Van der Graaf raadt nieuwe gebruikers aan de kniekruk de eerste keer samen met de fysiotherapeut goed af te stellen en het lopen de eerste paar keer onder begeleiding van de fysiotherapeut goed te oefenen.

Zorgverzekeraars

Een kniestep huren kost € 25,- per week en kopen kost €390,-. De kniekruk is alleen te koop en kost €180,-. Beiden worden nog niet door de zorgverzekeraar vergoed. 'Ik ben al jaren met zorgverzekeraars in gesprek', zegt Van der Graaf. 'Ik zie dat patiënten veel sneller fit zijn als ze deze krukken gebruiken en daarom ook minder zorg nodig hebben. Het kan de zorgverzekeraar heel veel geld besparen aan andere zorg, maar helaas is het moeilijk om ze te overtuigen een nieuw hulpmiddel in hun pakketten op te nemen. Ze geven positieve reacties en bevestigen dat het helpt om sneller fit te worden én daarmee minder zorgkosten te maken, maar toch wijzen ze het af, zonder duidelijke reden. Dat is jammer voor de mensen die hier baat bij hebben.'

HANNAH JIMMINK

Informatie: www.kniestep.nl

De redactie van 'Kort&Krachtig!' hoort graag wat de ervaringen zijn van gebruikers van de kniestep en de kniekruk! Mail uw verhaal naar redactie@kortermaarkrachtig.com.

COLUMN!

Elektrische vouwfiets



Net als in 2024 was ik ook dit jaar namens Integrum (de uitvinders van osseointegratie!) weer aanwezig als ambassadeur bij een orthopedische beurs. Ditmaal bij het ISPO-wereldcongres in Stockholm. Ik zag mijn kans schoon en combineerde de beurs met een vakantie. Al sinds ik in '89 mijn rijbewijs heb gehaald, rijd ik graag en met plezier. Mijn wens om eens met een camper op

pad te gaan, liet ik nu in vervulling gaan. Via goboony - een website waar je campers van particulieren kunt huren - heb ik mijn keuze gemaakt en zo reed ik op 7 juni in 'mijn' gehuurde, omgebouwde kampeerbus, een Opel Movano, het avontuur tegemoet.

Wat als...

Uitgezwaaid door een stel lieve vrienden en trotse broerlief. En ja: ook ik voelde de trots door mij heen stromen. Want ik realiseerde me ook wel dat het niet alledaags is: een vrouw in een grote camper die in haar uppie naar Stockholm rijdt. En dan ook nog met een handicap. Daar zat wel wat spanning, geef ik toe. Want: wát als... ik ergens struikel en mijn been breek..., wát als... STOP! Deze gedachten, deze gevoelens wilde ik geen energie geven. Geen ruimte. Net zoals ik wéken voor vertrek had besloten dat er alleen maar goede mensen op mijn pad zouden komen, en dat alles goed zou gaan. Volgens mij is dat een beetje wat bedoeld wordt met 'manifesteren'. Hoe dan ook: het voelde voor mij in ieder geval goed!

Stockholm

Wat me ook bijzonder goed deed, was de positieve reactie van EMQ op mijn sponsorvraag. Ik vroeg deze producent van opvouwbare e-bikes of ze bereid zouden zijn mij een fiets te lenen voor deze reis, zodat ik ook zonder camper van het prachtige land kon genieten. Dat waren ze, bij hoge uitzondering! En zo reed ik bijvoorbeeld op een zondagochtend om acht uur door het zonnige en nog stille Stockholm, op weg naar de haven. Waar ik het slechts 12,9 kg wegende (inclusief accu!) fietsje meenam op de ferry - het is in maar drie stappen in en uit te vouwen! - en ik volop genietend door de archipel van de Zweedse hoofdstad heb gevaren.

Wat heb ik genoten van deze reis! En ja: álles is goed gegaan en er kwamen alleen maar goede mensen op mijn pad!

HANNEKE MOOIJ



Livit Ottobock Care gaf me *mijn vrijheid* terug

Op zijn 19e verloor PierLuigi Bomberg zijn linker onderbeen en daarmee zijn toekomst. Althans, zo leek het. Met **de juiste prothesezorg en persoonlijke begeleiding** hervond hij zijn kracht én passie: sprinten. Inmiddels traint hij voor de Paralympics.

'Op wat je overkomt, heb je geen invloed. Op hoe je ermee omgaat wel. Dankzij de goede prothesezorg van Livit Ottobock Care kreeg ik nieuw perspectief en de support om mijn droom waar te maken!'



Wilt u ook alles uit het leven halen?

Wij helpen u graag vrijer bewegen en leven. Kijk op [livit.nl](https://www.livit.nl) of scan de **QR-code** voor een vrijblijvende afspraak.



[livit.nl](https://www.livit.nl)

ALLUX 2 & KNEURO MICROPROCESSOR KNEES



ALLUX2
by **Nabtesco**



**KNEURO
KNEE**

by  **BrainRobotics**



www.ortho-europe.nl
info@ortho-europe.nl

**Meer weten?
Neem contact met ons op!**

Afscheid van 'BenenBert' Voskuil



Op zaterdag 14 juni nam Bert Voskuil na 38 jaar afscheid van De Hoogstraat Orthopedietechniek. Joke van de Schraaf-Mourits, moeder van inmiddels volwassen zoon Wouter en in het verleden actief betrokken bij 'Op een ander been gezet', was erbij en haalt herinneringen op.

Joke: 'Bij ons thuis noemden we hem BenenBert. We leerden hem kennen in 2003 toen we voor een eerste afspraak over mogelijke protheses voor onze Wouter bij hem terecht kwamen. Met elkaar hebben we veel meegemaakt. Veel protheses, problemen met passing, aanpassing aan protheses, aanpassingen aan Wouters been enz. enz.

Zeilkamp

Door Bert en zijn verhalen over de patiëntenvereniging - destijds nog 'Op een ander been gezet' - gingen we ook naar de familiedagen, werd ik vrijwilliger voor het organiseren van deze dagen en ging Wouter vanaf zijn tiende verjaardag mee op zeilkamp. Geen ouders, alleen mensen van De Hoogstraat en de crew in Friesland of op watersporteiland Robinson Crusoe. Wat een plezier heeft Wouter daar altijd gehad. Dingen doen die je normaal niet mag met je protheses, niemand die gek kijkt als er benen liggen te slingeren. Onuitwisbare indrukken, en Bert was daar een belangrijk onderdeel van. Altijd betrokken, altijd aanwezig en alles in het belang van de kinderen.

Afscheid

En nu dus het afscheid, de afsluiting van een lange periode. Veel mensen namen de moeite om gedag te komen zeggen. Hoeveel kinderen Bert over de jaren gezien heeft? Hij heeft geen idee. Hoeveel protheses hij gemaakt heeft? Ontelbaar. Bert was Bert, geen uitleg nodig, belangrijk voor heel veel kinderen en gezinnen. Lovende woorden tijdens de

speeches, een prachtig bedrag opgehaald voor stichting Vrienden van de Port Reitzschool in Kenia. Jammer van de regen die even een beetje de pret bedierf. Voor de kinderen was er nog een leuk baantje aangelegd om in een heuse zeepkist een rondje te racen. Oude bekenden zochten elkaar op, nieuwe afspraken om elkaar toch nog weer eens te ontmoeten werden gemaakt. Er hingen slingers, gemaakt van foto's van Bert en de kinderen waar hij protheses voor gemaakt heeft. Lange slingers, zo leuk om terug te zien. We hebben nog even van de gelegenheid gebruik gemaakt om een foto van jaren geleden over te maken...

Pensioen

Bert, ga heerlijk van je pensioen genieten. Eigen tijd indelen, lekker wandelen, genieten van je gezin en alles wat je maar kunt bedenken. Dank je wel voor al die jaren van goede zorgen voor de kinderen. Voor velen van hen ben je ontzettend belangrijk geweest. In plaats van zorgen voor vele LedeMaatjes nu alleen nog zorgen voor je eigen kinderen. Geniet ervan!

JOKE VAN DE SCHRAAF-MOURITS

INTERVIEW !

*Miranda, Machiel en Elijah
van Lieshout*

‘Net als ieder ander kind’



Foto's: Wilco van Dijen



Miranda en Machiel mochten Elijah in Zuid-Afrika ophalen toen hij twee jaar oud was. Elijah is een levenslustig en enthousiast kind dat overal aan meedoet. Hij heeft een korte rechterarm, een kort linker onderbeen en loopt met een prothese. Miranda en Machiel vertellen samen hun verhaal.

Laten we bij het begin beginnen...

Miranda: 'In 2019 kregen we via het adoptiebureau de eerste vraag of we open stonden voor een kindje met een korte arm en een kort been, toen 10 maanden oud. Ik dacht gelijk: "Ja, dit is mijn kind", heel gek. Maar door corona duurde het nog anderhalf jaar voor alles rond was.' Machiel: 'We vlogen erheen op mijn verjaardag in november 2021, een mooier cadeau kan ik me niet bedenken... Het was bijzonder hoe goed alles door het kindertehuis voorbereid was. We kregen een fotoboek over Elijah en we kregen ook kleding en speelgoed mee, want vertrouwde spulletjes zijn fijn. Hij heeft het daar heel goed gehad, daar zijn we erg dankbaar voor.'

En hoe ging het daarna in Nederland?

Machiel: 'Het ging eigenlijk vanaf het begin allemaal heel goed. We hebben hem ook gelijk naar de opvang laten gaan omdat hij gewend was om met andere kindjes te spelen. Daar gedroeg hij zich al snel net als ieder ander kind en dat is nu op school al niet anders. Hij sprak ook snel goed Nederlands.' Miranda: 'Hij ziet natuurlijk wel dat hij er anders uitziet dan wij, qua kleur, en weet ook dat hij niet in mijn buik heeft gezeten maar een "buikmamma" heeft in Zuid-Afrika'. Machiel: 'We hadden vooraf al contact gehad met de revalidatiearts en zij adviseerde om in Nederland snel een prothese te laten maken, zodat hij goed kon leren lopen. Verder raadde ze ons aan Elijah zo min mogelijk te helpen. Ieder kind moet immers zelf de wereld ontdekken, dat is beter voor de ontwikkeling. Voor ons is dat inmiddels heel normaal, maar voor anderen komt het soms gek over, zoals laatst op een feestje: Elijah viel en mensen die ons niet kenden keken ons wat verwijtend aan, zo van: "Moeten jullie niet wat doen...?"'

Hoe gaat het nu met zijn beenprothese?

Machiel: 'Anderhalf jaar geleden is Elijah's onderbeen 'door de knie' geamputeerd, waardoor hij nu beter met een kokerprothese kan lopen. En

verder heeft hij sinds kort een prothese met een robuustere knie, want die ging wel érg vaak kapot... Elijah doet er ook alles mee: springen, rennen, voetballen. Hij heeft nu een been met een Superman-print. Die keuze laten we aan hem, want hij moet er mee lopen. Hij heeft een duidelijke mening over alles, nee is nee en ja is ja, heel prettig is dat, en soms wat lastig...'

En een armprothese?

Miranda: 'Die heeft hij niet, alleen een paar hulpstukken die hij om z'n arm kan doen, zoals een schuivertje om z'n eten op zijn vork of lepel te schuiven. We hebben wel een goede demonstratie gehad van de ergotherapeut waarbij ze verschillende armen liet zien, maar op het moment kan hij zich zo goed redden met zijn korte arm dat een prothese nu nog geen meerwaarde lijkt te hebben.'

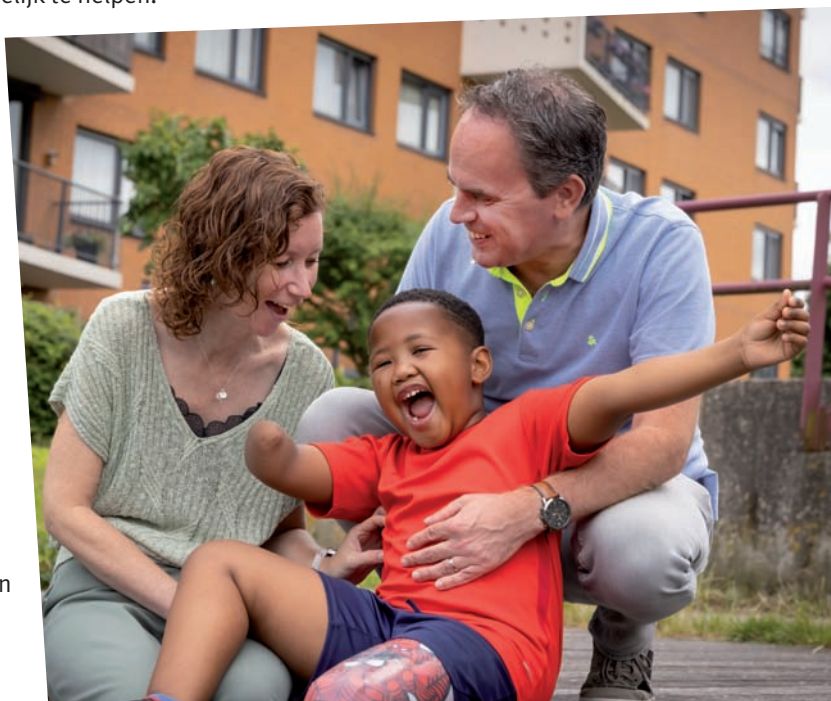
Hoe reageren anderen op zijn korte arm en been?

Machiel: 'Zijn vriendjes op school kennen hem allemaal dus die doen er niet gek over. Maar laatst was hij met een feestje naar zo'n binnenspeeltuin en toen zei iemand: "Oh wat zielig, hij heeft maar één hand!" Dat vindt Elijah dan wel heel stom. Maar toen zei een vriendje: "Nee, dat is helemaal niet zielig, dat is voor hem normaal". En dan staat Elijah echt te glunderen.' Miranda: 'Het is beter om het er gewoon over te hebben. Als iemand een vraag stelt, wil diegene graag een antwoord, Elijah wil zelf ook altijd alles weten. Dus wij geven altijd antwoord - zonder er een heel moeilijk verhaal van te maken - en hopen dat hij dat gaat overnemen. Zelf hebben we er niet zo'n moeite mee. Mensen kijken toch wel naar ons omdat wij er anders uitzien dan ons kindje, dus of het nou om zijn been is of omdat hij een adoptiekindje is, dat vind ik niet zo'n issue.' Machiel: 'En verder hebben we enorm geluk met de mensen om ons heen. We hebben heel fijne familie en vrienden die heel leuk met Elijah omgaan, maar

'Ieder kind moet zelf de wereld ontdekken'

Paspoort

- ▶ Wie: Miranda, Machiel en Elijah van Lieshout
- ▶ Leeftijd: Miranda 45 jaar, Machiel 48 jaar en Elijah bijna 6 jaar
- ▶ Wonen: in Nieuwegein
- ▶ Werk: Miranda is clinical research associate, Machiel is adviseur online communicatie
- ▶ Bijzonder: Miranda is sinds kort secretaris van Lede-Maatjes (zie pag. 27)



ook de juffen op school, onze werkgevers en alle mensen op De Hoogstraat.'

Houden jullie bij de opvoeding rekening met Elijah's korte arm en been?

Miranda: 'Nee, we willen hem zo gewoon mogelijk opvoeden. Hij doet ook overal aan mee, voetbal, zwemles, net als ieder ander kind. En hij vindt het allemaal geweldig. Alleen leren fietsen was lastig, dus daar hebben we wel hulp bij gevraagd van De Hoogstraat. Hij heeft nu een kommetje aan het stuur waar hij zijn arm in legt en een verlengde trapper. En laatst heeft hij zo'n wandelstok met vier pootjes gekregen zodat hij 's nachts zelf naar de wc kan gaan. Dus dat zijn kleine dingetjes waar we rekening mee moeten houden, maar verder doen we eigenlijk alles wat we anders ook zouden doen. Je kan ook zoveel meer dan je denkt, dat zeg ik heel vaak tegen hem. In het begin ben ik wel eens op de grond gaan liggen om te kijken hoe je moet opstaan met een prothese en een korte arm. We proberen hem wel tips te geven, maar wie zijn wij? Daarom is het zo fijn dat je bij De Hoogstraat zoveel handvatten krijgt. Daarbij weet je bij je eerste kind ook niet wat je bij een bepaalde leeftijd mag verwachten en ook daar helpen ze bij.'

Lopen jullie wel eens tegen moeilijke dingen aan?

Miranda: 'Tot nu toe vind ik het allemaal erg meevallen. Ik vind het vooral sneu als hij het zelf beseft. Hij vroeg bijvoorbeeld laatst: "Mamma, hoe is het om twee handen te hebben?" Dan zeg ik dat dat voor mij gewoon is, net zo gewoon als het voor hem is om één hand te hebben. En dan noem ik op wat hij allemaal kan, want hij is zo handig! En dat is ook wel het leven, en als dit het niet is, dan is het misschien iets anders wat tegenzit, dat hoort er ook gewoon bij.'

Zoeken jullie bewust contact met lotgenoten?

Machiel: 'Elijah vindt het heel leuk om andere mensen te zien met protheses. "Kijk, nog iemand met een been!", roept hij dan. Daarom hebben we ook al snel contact gezocht met KorterMaarKrachtig.' Miranda: 'Je hebt nu ook zo'n legopoppetje, een meisje met een korte arm, en laatst had de HEMA een advertentie met een jongetje met een korte arm. Ik laat hem dat allemaal wel zien.' Machiel: 'Ook voor ons zijn voorbeelden fijn. Bij een feest van KorterMaarKrachtig vertelde een man met korte armen en benen over zijn leven, met een gewone



23

baan, een eigen huis en zonder aanpassingen. Niet dat we er niet het volste vertrouwen in hebben dat het met Elijah wel goed komt, maar dat is toch fijn om te horen. Elijah zit eigenlijk bij twee 'clubs': de adoptieclub en de benenclub. En bij beide clubs vindt hij steun en herkenning, en wij ook.'

Hoe zien jullie de toekomst?

Machiel: 'Ik vind het soms best spannend hoe het allemaal zal gaan, bijvoorbeeld in de puberteit. Maar het zal heus wel goedkomen, want Elijah is supersterk.' Miranda: 'En hij heeft een mooi karakter, stoer en heel sociaal, dus dat gaat hem ook helpen. We zijn vooral gewoon ontzettend blij met hem!'

'Elijah doet gewoon met alles mee'

ROSANNE FABER



Roessingh

Revalidatie Techniek

"Dankzij RRT kan ik weer overal aan meedoen!"

Sterre
Klant van RRT



Telefoon 088 999 0 777 | info@rrt.nl | www.rrt.nl

Roessingh Revalidatie Techniek is erkend producent en leverancier van orthopedische hulpmiddelen en revalidatie-artikelen.

RRT Hoofdvestiging
Roessinghsbleekweg 167
7522 AH Enschede
Telefoon 088 999 0 777

VAN MEENEN orthopedie

'Wij maken het gewoon'

Het ontwerpen van een goede prothese, begint met luisteren.
Met meer dan 30 jaar ervaring, liefde voor techniek en een hart voor de klant helpen wij jou op de beste manier.



**Neem contact op voor informatie
of een afspraak**

- 085-77 37 678
- info@vanmeenenorthopedie.nl
- www.vanmeenenorthopedie.nl

Flamingolunch 4 oktober

Mocht je de laatste Flamingolunch gemist hebben..., niet getreurd! De volgende Flamingolunch - dé lunch waar dames met een beenamputatie bij elkaar komen om op een gezellige en ontspannen manier ervaringen, tips en herkenning te delen - is op zaterdag 4 oktober 2025, zoals altijd weer in Leersum. Zet 'm vast in je agenda, gezelligheid gegarandeerd!

Aanmelden kan bij Patricia Kamminga via flamingodames@gmail.com

Hannelore Vens voorzitter IC2A



De 34-jarige Hannelore Vens is onlangs benoemd tot nieuwe voorzitter van IC2A, de International Confederation of Amputee Associations. Zij volgt Nils-Odd Tønnevold op, die deze functie ruim tien jaar, sinds de oprichting, heeft vervuld. Hannelore is in België een bekende persoonlijkheid. Zij heeft aan topsport gedaan en deed mee aan diverse Vlaamse televisieprogramma's. Zij is onder andere lid van de Belgische zusterorganisatie van KMK, Amptraide. In het volgende nummer vertelt zij haar verhaal.

Hoe goed is de zorg in uw revalidatie-instelling?

Revalidatie-instellingen meten ieder jaar hoe goed hun zorg is. Verschillende andere organisaties vragen hen om deze informatie. Ook gebruiken ze de cijfers om de zorg steeds verder te verbeteren. Op de website www.revalidatiecheck.nl vindt u de cijfers over de Nederlandse revalidatie-instellingen en kunt u deze vergelijken. Het is goed om te zien dat vrijwel alle revalidatie-instellingen, voor zover zij een waarderingscijfer hebben gekregen, erg goed scoren, vaak ver boven de 8.

Skaten zonder drempels

Dat Benjamin erg druk is in de boardwereld is inmiddels wel bekend denk ik. Daar heb ik al een paar keer over geschreven. Hij vindt het fantastisch om te wake-, skate- en snowboarden en stimuleert anderen heel erg graag. Benjamin kreeg het idee om ook andere kinderen met een prothese te inspireren om te gaan boarden.

Zonder drempels

Daarom heeft Benjamin 'Skaten zonder drempels' opgezet, samen met Skate Around, Raster Kinderwerk en Yammi Squad. Het doel? Een dag skaten onder begeleiding en andere toffe activiteiten (zoals DJ-les, je eigen board maken en filmlessen). Alles in de stijl van het skaten. Maar vooral ook heel veel plezier maken in het tweede huis van Benjamin, het skatepark!

Hulp nodig

We gaan dit voor de eerste keer doen in het komende najaar. En omdat het de eerste keer is, hebben we jullie hulp nodig om het een mooi succes te laten worden, dus houd de socials in de gaten en geef je op via veroniquegorter@gmail.com!

Instagram

Jullie kunnen Benjamin ook volgen op zijn eigen Instagrampagina @benjamindeskater. Hier laat hij al zijn toffe boardfilmpjes zien. We hopen jullie in het najaar allemaal te ontmoeten!



(QR-code instagrampagina van Benjamin)

VERONIQUE GORTER

Veronique Gorter is moeder van Jesslyn (16), Christina (14) en Benjamin (8) en partner van Bas. Benjamin is geboren met fibula aplasie. In deze column vertelt Veronique over haar belevenissen met Benjamin.



Benjamin met Dean van Kooij, para-lympisch snowboarder van Team NL. Dean ziet veel potentie in Benjamin!

Disability is not inability!

Tijdens mijn hbo-opleiding verpleegkunde kreeg ik de mogelijkheid om de minor 'Internationale ontwikkeling in de praktijk' te volgen. Hierbij ging je werken aan een ontwikkelingsproject in het buitenland, zoals een vluchtelingenkamp in Griekenland of een weeshuis in Indonesië. Zelf ging ik twee maanden wonen en werken in het rurale gebied van Kenia op een school waar mensen tot zorgprofessional opgeleid werden, het North Coast Medical Training College (NCMTC).

Medische studie

Het NCMTC zet zich in voor de bewoners van de afgelegen communities van Kenia om hen een kans te geven een volwaardige medische studie te volgen, wat normaal alleen mogelijk is voor inwoners van grote steden. Samen met het Community Health Promotion Fund (CHPF) zet het NCMTC ook verschillende projecten op in deze communities waardoor studenten kunnen oefenen in de praktijk en de lokale bevolking toegang krijgt tot medische zorg. Een van deze projecten was bijvoorbeeld Mama Na



Mtoto (moeder en kind) waarbij er zorg en uitleg kwam voor zwangere vrouwen om goed voor hun kind te kunnen zorgen.

Stigma

Tijdens mijn tijd in Kenia kreeg ik veel te horen over het stigma rond mensen met een beperking daar. Mensen werden vroeger uit hun gemeenschap gezet en soms zelfs vermoord als ze een beperking hadden. Gelukkig is het allang niet meer zo erg en



Even voorstellen:

Miranda van Lieshout, de nieuwe secretaris van LedeMaatjes

Miranda: 'Mijn man Machiel en ik zijn de trotse ouders van Elijah, die wij in Zuid-Afrika mochten ophalen toen hij twee jaar oud was. Elijah heeft een korte arm en een kort been en loopt met een prothese (zie pagina 20 voor ons verhaal). Als clinical research associate bij het AMC monitor ik klinische studies. Ik kijk dan bijvoorbeeld bij het testen van een nieuw medicijn naar de veiligheid van de deelnemers en of het onderzoeksprotocol goed wordt uitgevoerd. En ik kijk ook of de verzamelde data kloppen en of ze voldoen aan de wet- en regelgeving. De functie van secretaris van LedeMaatjes past dus wel bij mij.

Ik was direct enthousiast toen Elijah's prothesemaker mij hiervoor vroeg, want ik vind het gewoon heel belangrijk dat deze vereniging bestaat. Elijah vindt de activiteiten heel erg leuk, zoals het zwemfeest en straks het zeilkamp waar hij zich al op verheugt ook al is hij nu nog te jong, hij wil overal aan meedoen. We vinden het voor hem ook heel belangrijk dat hij meer kindjes ziet met protheses. Daarom werden we al snel lid van KorterMaarKrachtig en LedeMaatjes. Fijn voor Elijah, maar ook voor onszelf, om ervaringen uit te wisselen met andere ouders.

En daarnaast kun je met zo'n bestuursfunctie ook iets bijdragen vanuit het perspectief van de ouders en laten horen wat wij belangrijk vinden. Je kunt ook met ideeën komen. Zo denk ik dat het leuk zou zijn om een laagdrempelige bijeenkomst te organiseren, bijvoorbeeld met een springkussen voor de kinderen, een hapje en een drankje, waar ouders ervaringen kunnen uitwisselen. Ik kwam op dit idee omdat ik merkte dat je op het zwemfeestje zo druk bent met je kind - ook heel leuk - dat je eigenlijk te weinig tijd hebt om echt iets met elkaar uit te wisselen. Wie weet wordt mijn idee wel opgepakt.

Kortom: je kunt meedenken, je leert een heleboel - ik ga straks een subsidieaanvraag schrijven voor de vereniging, ook ontzettend interessant - en je leert nieuwe mensen kennen. Het is gewoon heel gezellig, leuk én belangrijk!



MIRANDA VAN LIESHOUT, MOEDER VAN ELIJAH



'Ik kreeg de mogelijkheid om een les te geven over mijn ervaringen als verpleegkundige'

kon ik met mijn onderbeenprothese zelfs in korte broek over straat lopen zonder me zorgen te maken. Maar je wordt nog steeds wel beschouwd als incompleet en niet volwaardig. Het NCMTc stopt er veel energie in om dit stigma weg te halen door ook mensen met een beperking aan te moedigen om te komen studeren.

Gesprekken

Om hen hiermee te helpen ben ik in gesprek gegaan met een aantal van de leerlingen met een beperking. We hebben ervaringen kunnen delen en kunnen bijdragen aan de acceptatie voor studenten met een beperking. Ook kreeg ik de mogelijkheid om een les te geven over mijn ervaringen met werken en leven met een beperking als verpleegkundige. Hierbij gaf ik uitleg aan een klas studenten *Orthopaedic and Trauma Medicine* over hoe een omkeerplastiek gedaan wordt en hoe protheses werken. Ik heb ook mogen helpen bij het opzetten van een wervingscampagne voor nieuwe studenten van het NCMTc, met als motto: *'Disability is not inability!'*

VICTOR LANDMAN

Huidanalyse vooraf

Op de ISPO-beurs in Stockholm was een deel van de beursvloer gereserveerd voor start-ups. We kwamen daar een Canadees bedrijf tegen dat zich specialiseert in het analyseren van de huid. Wij vroegen ons af waarom. Het antwoord: na een amputatie krijg je te maken met heling van de huid en wondverzorging. Ondanks goede zorgmaatregelen en aandacht kunnen er problemen ontstaan met de huid. Dat de huid gevoelig is, weten we allemaal en deze verdient dan ook alle aandacht. Een huidaandoening kan het mobiel worden met een prothese enorm vertragen.

Er zijn producenten van prothesen die vinden dat het verstandig is om van tevoren een analyse te maken van de huid en de uitkomst van deze analyse mee te nemen in de besluitvorming bij het kiezen van het materiaal van de prothesedelen die in contact komen met de huid.

Skinaptiks

Cyril Bounakoff van de firma Skinaptiks vertelde ons dat hun doel is om door middel van realtime huidmetingen het aantal benodigde aanpassingsmomenten bij het aanmeten van een prothese te verminderen, waardoor zowel professionals als patiënten tijd én middelen besparen. Bij complexe gevallen helpen zij met het verstrekken van objectieve gegevens om



zo een betere dialoog tussen de professional en de patiënt mogelijk te maken.

Alle informatie is te ontdekken op de website www.skinaptiks.com. Deze website is ook in het Nederlands te lezen.

BEN MESSELINK

Geslaagd!

In het maartnummer van vorig jaar schreef Yolanda Lippens een mooi verhaal over haar pogingen om opnieuw haar rijbewijs te behalen na haar dubbelzijdige onderbeenamputatie. Een jaar later heeft zij goed nieuws...

Yolanda: 'Zoals beloofd kom ik met een update over het opnieuw behalen van mijn rijbewijs, en ik kan zeggen dat ik ben geslaagd! Sinds mijn vorige artikel heeft het even geduurd voordat ik daadwerkelijk de rijtest kon doen. Maar na een geslaagde ablatie (een operatie om een hartritmestoornis te tackelen) was ik er helemaal klaar voor. Van tevoren had ik de test al diverse keren succesvol in mijn hoofd

gevisualiseerd en ik vertrouwde vooral op m'n ervaring.

Metingen

Voordat de rijtest begon, wilde de examiner eerst meten of ik genoeg druk op het rempedaal kon uitoefenen met mijn rechterbeen. Hij gebruikte hiervoor een speciaal apparaatje dat hij op het pedaal schroefde en waarop ik zo hard mogelijk moest trappen. Die meting was prima. Toen wilde hij zien hoe snel ik met mijn rechtervoet kon wisselen van het rempedaal naar het gaspedaal; na enkele keren heen-en-weerswitchen was dit ook in orde.

Ontspannen

Daarna gingen we de weg op. Ik had mijn rijinstructeur gevraagd om mee te gaan, dus hij zat achterin. Wat ik niet had bedacht, was dat mijn instructeur en de examiner begonnen te kletsen, wat voor een ontspannen afleiding

zorgde. Voor ik het wist waren we al weer terug bij het CBR. De examiner zei dat hij mij zeer ontspannen vond rijden en was dik tevreden over mijn rijstijl. Ik heb het gewoon genaild!

Codes

Toen ik mijn nieuwe rijbewijs ophaalde bij het gemeentehuis zag ik dat er op de achterkant diverse codes waren toegevoegd: voor de categorie B en T de codes 03 en 10. In mijn geval betekent dit dat ik alleen in een automaat mag rijden en niet in een schakelauto (daar zou ik opnieuw een rijtest voor moeten doen). Maar aangezien ik altijd automaat rijd is dit voor mij ruim voldoende. Kortom, ik ben superblij dat ik weer officieel mag autorijden. Nu kan ik - na ruim acht jaar - weer op eigen tempo gaan wennen aan het verkeer en mijn zelfstandigheid terugkrijgen.'

YOLANDA LIPPENS

Het Magische Efteling Project - deel 5

Van prototype naar praktijk: de magie gaat verder

Na de eerste succesvolle tests in de Efteling

(zie K&K nummer 44, pagina 16) is het Magische

Efteling Project een nieuwe fase ingegaan.

Samen met Edge Safety - een bedrijf dat gespecialiseerd is in veiligheidsharnassen en valbeveiliging - is verder gewerkt aan de ontwikkeling van de SafeStrap. Op basis van eerdere testresultaten en gebruikerservaringen zijn meerdere verbe-

terde samples gemaakt, waarin nog meer aandacht is besteed aan draagcomfort, gebruiksgemak en veiligheid.

Comfort en veiligheid

Deze vernieuwde versies zijn inmiddels gepast door mensen met een beenprothese, om te beoordelen hoe het systeem in de praktijk aansluit bij verschillende prothesetypen en lichaamsvormen. De eerste reacties zijn zeer positief: het systeem zit comfortabel, is eenvoudig te bevestigen en voelt veilig aan. Binnenkort gaan we deze versies opnieuw testen in de achtbaan, om zeker te weten dat de SafeStrap ook tijdens een echte rit goed blijft functioneren. Het is een belangrijke stap om ervoor te zorgen dat iedereen op een veilige en fijne manier van een achtbaan kan genieten.

Internationale aandacht voor toegankelijk avontuur

Onlangs heeft ons project ook internationale belangstelling gekregen! We presenteerden het Eftelingproject op het ISPO-wereldcongres in Stockholm, een belangrijk evenement op het gebied van prothesetechnologie en orthopedische innovatie. De presentatie werd goed ontvangen en leverde waardevolle gesprekken op met professionals en ervaringsdeskundigen uit verschillende landen. Dit laat zien dat de behoefte aan toegankelijke oplossingen in attractieparken breder leeft dan alleen in Nederland.

Van test naar toepassing

Op dit moment bevinden we ons in de afrondende fase van het project. We werken met alle betrokken partners aan de laatste technische en praktische details, zodat het systeem straks op een verantwoorde manier in gebruik kan worden genomen. Daarbij kijken we niet alleen naar de Efteling, maar ook naar andere pretparken die interesse tonen in een veilige oplossing voor bezoekers met een prothese, zoals Europapark.

Wat begon bij Veerle, die de achtbaan niet in mocht met haar beenprothese, heeft zich ontwikkeld tot een concreet product met potentie. Door samen te werken en goed te luisteren naar gebruikers zijn we dicht bij een oplossing gekomen waarmee achtbanen voor meer mensen toegankelijk worden. De magie zit 'm niet alleen in de rit zelf, maar ook in de mogelijkheid om mee te kunnen doen. En daar blijven we ons voor inzetten!



De eerste samples van de SafeStrap

In het juninummer lieten we u kennismaken met Andrei Sydorenko (49). De Oekraïner raakte vorig jaar zomer zwaargewond bij gevechten tegen het Russische leger. Andrei, die commandant van een artillerie-eenheid was, revalideerde tot eind juni in het Militair Revalidatie Centrum Aardenburg (MRC) in Doorn. Inmiddels verblijft hij weer in zijn geliefde Oekraïne, waar de oorlog onverminderd doorgaat.

Deel 2

We spreken Andrei op 2 juli via de berichtendienst Telegram, waar veel Oekraïners dankbaar gebruik van maken. Tijdens het videogesprek wordt in één oogopslag duidelijk dat Andrei in een ziekenhuisbed ligt. De muren zijn kaal en groen, maar zijn houding is ontspannen en zijn gemoed vrolijk. Als de Oekraïense tolk hem vraagt hoe lang hij weer terug is in Oekraïne, antwoordt hij in het Nederlands. 'Een week', zegt hij duidelijk verstaanbaar, gevolgd door een vriendelijke lach.

Andrei verbleef uiteindelijk negen maanden in Nederland om van zijn zware verwondingen te herstellen. Eerst in het MRC in Doorn. Later in een bejaardentehuis in Utrecht. Artsen en specialisten

wisten zijn hand te redden. Ook moest hij na de amputatie van zijn linkerbeen met een prothese leren lopen. 'Ik ben heel blij dat ik naar Nederland ben gebracht en ben iedereen dankbaar voor de hulp die ik in die maanden heb gekregen', zegt Andrei.

Vuurwerktraditie

De Oekraïner spreekt vol lof over zijn tijd in Doorn en Utrecht, waar hij

een hechte band smeedde met andere gewonde Oekraïense militairen. Toch heeft Andrei ook een minder fijne herinnering aan zijn tijd in Nederland overgehouden. 'De jaarwisseling was verschrikkelijk voor ons revalidanten. Al die vuurwerknallen..., het begon al om 14.00 uur 's middags!'

Andrei kreeg paniekaanvallen en ook bij andere revalidanten kwamen oorlogstrauma's naar boven. 'Het vuurwerk bracht mij in mijn hoofd terug naar de loopgraven, waar iedere minuut de laatste kon

'Ik heb de Oekraïense keuken het meest gemist'



Foto: uit eigen bezit

zijn. Als Nederlanders zouden weten wat oorlog is, zouden ze heel anders tegen die knallen aankijken', zegt hij op serieuze toon.

De Oekraïner is ondanks zijn negatieve ervaring niet voor een algeheel vuurwerkverbod, maar pleit voor georganiseerde vuurwerkshows. 'Er moet slim over nagedacht worden, want ik heb gehoord dat de jaarwisseling in Nederland voor veel problemen zorgt.'

in zijn geliefde Oekraïne



eerste wat ik at toen ik terug was... Ik heb de Oekraïense keuken gemist', zegt hij lachend. Na een kort verblijf in Lviv reisde Andrei door naar de regio Poltava, in het noordoosten van Oekraïne. 'Het is de regio waar ik vandaan kom. Mijn ouders en zus wonen op een uur van de stad Poltava. Het is ontzettend fijn dat ik ze weer kan zien.'

Daar verblijft hij momenteel in een militair ziekenhuis, in afwachting van zijn militaire afkeuring. 'Oekraïners mogen het leger eervol verlaten als zij na zware verwondingen niet meer in staat zijn om terug te keren naar het front. Dat is in mijn geval ook zo, maar tot de officiële afkeuring mag ik het land niet uit. Door de bureaucratie in dit land verwacht ik dat het nog wel even duurt.'

En dus zit er niets anders op dan wachten, terwijl de oorlog voor de inwoners van Poltava steeds dichterbij komt. 'Afgelopen weekend hebben de Russen het treinstation in Poltava gebombardeerd', zegt hij kalm. Zijn blik is stoïcijns. 'Het luchtalarm gaat hier meerdere keren per dag af. Mensen zijn resistent geworden voor de angst. Naar schuilkelders gaan mensen allang niet meer.'

Wensen voor de toekomst

Andrei woonde ten tijde van het uitbreken van de grootschalige Russische invasie op 24 februari 2022 met zijn vrouw en vier kinderen in Duitsland. Terwijl hij zijn gezin naar de Verenigde Staten stuurde, ging hij zelf naar zijn thuisland om zich bij het leger te melden. 'Om mijn ouders, zus en land te beschermen', zei hij tegen ons in het juninummer.

Hoe kijkt hij - ruim een jaar nadat hij in de buurt van de belegerde stad Pokrovsk zwaargewond raakte - naar de oorlog die maar geen einde lijkt te hebben? 'Iedereen hier is moe van de oorlog... Hoe langer het duurt, hoe zwaarder het wordt. Ik ben geen politicus, maar in mijn ogen is Trump geen haar beter dan Poetin.'

Andrei heeft slechts twee wensen voor de toekomst. 'Ik wens mijn land vrede. En ik wens samen te zijn met mijn gezin. Meer hoeft ik niet in het leven.'

'Ik wens mijn land vrede. En ik wens samen te zijn met mijn gezin'

Weerzien met familie

Omdat de mobiliteit en gezondheid van Andrei de afgelopen maanden aanzienlijk vooruitgingen, wilde hij zo snel mogelijk terugkeren naar zijn vaderland. Met een busje vertrok hij eind juni naar de Oekraïense stad Lviv, vlak bij de Poolse grens.

Wat hij ondanks de goede zorg in Nederland het meest had gemist? 'Een lekkere steak! Dat was het

CHRISTIAAN BRUIL

Wat is de beste operatietechniek bij een bovenbeenamputatie?

Bij een bovenbeenamputatie zijn er twee manieren waarop chirurgen de spieren in de stomp kunnen vastzetten, maar welke van de twee werkt het beste? Daar doen we vanuit de afdeling Revalidatiegeneeskunde van het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) onderzoek naar. We willen weten welke operatietechniek gebruikt wordt bij bovenbeenamputaties en wat de invloed is op hoe goed iemand herstelt en functioneert na de amputatie. Hieronder leest u meer over de achtergrond van het onderzoek, wat we tot nu toe gedaan hebben en met welke onderzoeken we nog bezig zijn.

Myodese en myoplastiek

Er kunnen bij een bovenbeenamputatie twee operatietechnieken worden gebruikt om de spieren in de stomp weer vast te zetten. Deze technieken worden myodese en myoplastiek genoemd. Bij een myodese worden de spieren met hechtingen vastgemaakt aan het bot. Bij een myoplastiek worden de achterste spieren aan de voorste spieren vastgemaakt, zonder een hechting aan het bot. Op de afbeelding ziet u een schematische weergave van beide technieken.

Tot nu toe is er weinig onderzoek gedaan naar de verschillen tussen myodese en myoplastiek. Toch kan de keuze voor één van de twee wel invloed hebben op hoe de stomp geneest, of

er complicaties ontstaan en hoe goed iemand uiteindelijk de stomp kan bewegen.

Welke keuzes maken chirurgen?

In ons eerste onderzoek spraken we met 23 chirurgen uit zowel binnen- als buitenland. Zestien chirurgen kwamen uit Nederland en de andere kwamen uit Noorwegen, Zweden, Duitsland, Italië, de Verenigde Staten en Groot-Brittannië. We vroegen hen welke techniek zij gebruiken en waarom. Hieruit bleek dat er veel verschil is in hoe chirurgen de operatie uitvoeren, met bijvoorbeeld verschil in welke spieren ze vastmaken en hoe ze dat doen. Chirurgen kozen voor myodese omdat dit mogelijk betere resultaten geeft, zoals minder kans op een afwijkende stand van het been en een betere functie. Myoplastiek werd vaker gekozen om praktische redenen, zoals het sneller en eenvoudiger kunnen uitvoeren van de operatie. De techniek die de chirurg gebruikte bleek vooral af te hangen van de ervaring van de chirurg, zijn of haar opleiding en de te behandelen patiëntengroep. Veel chirurgen gaven aan dat er weinig wetenschappelijk bewijs is om hun keuze de onderbouwen.

Het is dus belangrijk om verder onderzoek te doen, zodat duidelijk wordt welke techniek in welke situatie het beste werkt.

‘Als dingen echt duidelijk beter of sneller zijn, dan doe je dat natuurlijk, maar als er niet zoveel over duidelijk is, of als er geen goed onderzoek naar gedaan is, dan blijf je natuurlijk gewoon in je eigen vertrouwde omgeving en ga je hetzelfde doen wat je altijd hebt gedaan. Dus ja, ik ben benieuwd.’

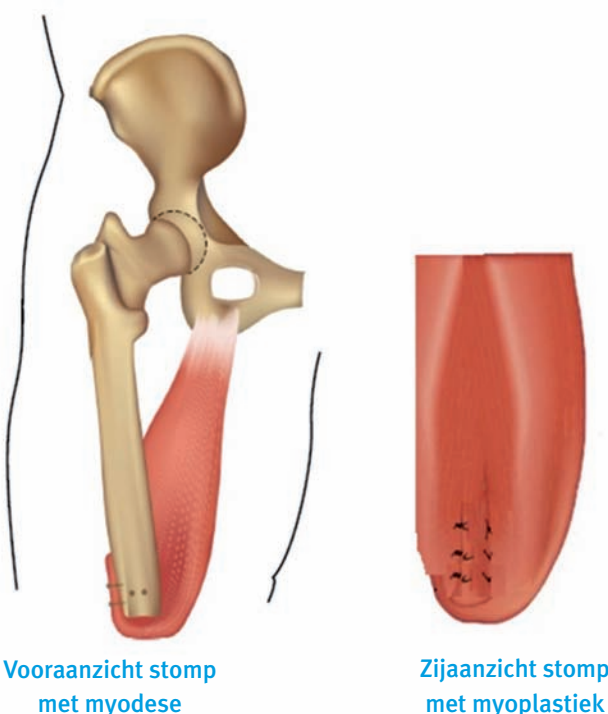
(Eén van de geïnterviewde chirurgen)

Twee vervolgonderzoeken

Als vervolg op de interviewstudie zijn we op dit moment bezig met twee onderzoeken om de operatietechnieken en de uitkomsten ervan in kaart te brengen: een 1-jarige follow-upstudie en een MRI- en spierkrachtonderzoek.

1-jarige follow-upstudie

In deze studie volgen we mensen in het eerste jaar na de bovenbeenamputatie. We kijken op vier momenten hoe het met de deelnemers gaat. We kijken of er complicaties zijn, hoe de stomp geneest, hoe goed de stomp kan bewegen en hoeveel kracht er in de spieren zit. Ook kijken we hoe goed iemand zich kan redden, zowel met als zonder prothese. We verzamelen ook informatie over de operatietechniek die gebruikt is om te kijken of we verschillen zien. Tot nu toe doen



er 22 mensen mee. We hopen dit aantal in de komende maanden te verhogen naar dertig.

MRI- en spierkrachtonderzoek

Dit onderzoek voeren we uit in samenwerking met de Hanze-hogeschool in Groningen. We kijken vooral naar de spieren na de amputatie. We gebruiken MRI-scans om te kijken hoe de spieren eruitzien en doen spierkrachtmetingen om te zien hoe goed ze werken. We meten bijvoorbeeld hoeveel spiermassa er is, hoeveel vet er in de spieren zit en hoeveel kracht de spieren kunnen leveren. Dit doen we zowel bij het geamputeerde been als bij het niet-geamputeerde been. Zo kunnen we goed vergelijken. Daarnaast verzamelen we ook in dit onderzoek informatie over de operatietechniek die bij de amputatie is gebruikt. Op die manier willen we ontdekken of de gekozen techniek invloed heeft op de spieropbouw en spierfunctie. Tot nu toe hebben we al 7 van de in totaal 27 deelnemers gemeten, maar we zoeken nog veel meer mensen die willen meedoen!

Meedoen aan ons onderzoek?

Hebt u tussen de één en vijf jaar geleden een amputatie ondergaan en loopt u goed met een kokerprothese? Dan kunt u misschien meedoen aan dit onderzoek! Neem contact op met onderzoeker Reslin Schelhaas (zie afbeelding).

Waarom dit belangrijk is

Met deze onderzoeken hopen we beter te begrijpen welke operatietechniek de beste resultaten geeft. Zo kunnen chirurgen in de toekomst samen met hun patiënten beter kiezen welke methode het meest geschikt is. Als we zover zijn delen we graag de uitkomsten met u!

Vragen? Neem contact op met Reslin Schelhaas via r.schelhaas@umcg.nl.

DEELNEMERS GEZOCHT

Medisch wetenschappelijk onderzoek naar spiereigenschappen bij mensen met een bovenbeenamputatie



Informatie

Om de effecten van een bovenbeenamputatie op spiereigenschappen (zoals spiervolume en spierkracht) te onderzoeken zijn wij op zoek naar prothesegebruikers met een kokerprothese die 1 tot 5 jaar geleden een bovenbeenamputatie hebben ondergaan

Wat doen we?

- MRI-scan van de bovenbenen
- Krachtmeting van de bovenbeenspieren
- Looptest
- Vergoeding van €30,- en reiskosten

RESLIN SCHELHAAS, MSC, PROMOVENDUS UMCG
PROF. DR. JAN H.B. GEERTZEN, DR. KLASKE VAN KAMMEN, PROF. DR. RIENK DEKKER,
PROF. DR. HAN HOUDIJK, PROF. DR. PAUL JUTTE (ALLEN UMCG)

COLUMN!

Laars



Mijn bonus-kleindochter is een dropkie van bijna twee jaar. En wat is het heerlijk om de wereld door de ogen van zo'n lief klein meisje te zien. En die wereld wordt door haar in een rap tempo ontdekt. Waren we eerst al blij als ze 'ja' of 'nee' zei, nu schrikken we soms van de zinnen die er ineens uit dat kleintje komen. En wat ze snapt. En wil. En vooral ook niet wil.

Boekjes lezen

Ze vindt het heerlijk om samen op de grond boekjes te lezen. Tussen mijn benen, met haar rug tegen me aan, vleit ze zich dan neer om een seconde of vijf - ja echt! - aaneengesloten te luisteren. Want de wereld moet ontdekt. En dat kun je niet rustig zittend doen.

Hoe kun je het bedenken:

1 minuut stilzitten is er 1 te veel. Er is nog zoveel te doen. Zo schoof ze tijdens het lezen van het boekje *Dikkie Dik naar het strand* tussen mijn benen vandaan en kroop over mijn rechterbeen naar de andere kant van de kamer. En dat voelde blijkbaar vreemd. Want nu zat ze ineens wel stil. Hier was iets raars! Dat moest ontdekt.

Duwen en trekken

Minutenlang heeft ze geduwd en getrokken aan het been. Mijn broekspijp ging omhoog en weer naar beneden. Ze streek met haar vinger over mijn linkerbeen en over de hoes van de prothese. Ze kneep in mijn ene been en daarna in het neppe geval. Haar wenkbrauwen lieten haar verbazing zien. Huh? Ze probeerde het ook bij haar eigen benen. Dat voelde blijkbaar toch anders. Daarna werd de cover ingedeukt, er werd op gehamerd (!) en na een minuut of 5 kwam ze tot een conclusie. Dit is geen been, dit is een laars.

Een bonus-oma met een laars. Het moet niet gekker worden. Ik ben benieuwd wanneer het tweede deel van haar ontdekkingstocht begint. Voorlopig loop ik met mijn laars de wereld rond.

CAROLINE VAN DEN KOMMER



Stichting BFF werkt nu ook in

Vorig jaar besteedden we in het septembernummer van dit magazine aandacht aan de Stichting BFF (Bodyparts For Foreigners). De stichting zamelt oude maar nog bruikbare prothesen en hulpmiddelen in en zorgt dat deze bij de juiste mensen in verschillende ontwikkelingslanden terechtkomen.

Wat acht jaar geleden begon als 'een keer iemand helpen in Mexico' is nu uitgegroeid tot een succesvolle stichting die mensen helpt in Mexico, Gambia en sinds maart 2025 ook in Kenia. Met behulp van Richard Kusters (OIM Amsterdam) en Bart Koning (Van Meenen Orthopedie, De Goorn) werden het afgelopen jaar 32 koffers vol (750 kilo) prothesen, braces en andere speciale orthopedische hulpmiddelen verzameld. Ook particulieren doneren regelmatig hun nog bruikbare spullen. Vrijwilliger Jan Hoek Spaans haalt die dan door heel Nederland op.

Mexico

Om er zeker van te zijn dat alle spullen bij de juiste

mensen of instellingen terechtkomen, controleert BFF dat op verschillende manieren. Naar Mexico vliegt altijd iemand mee met de spullen en die worden dan overhandigd aan de stichting Fundación Generosidad por San José. Zij organiseren om de twee weken een gratis inloopdag waar mensen samen met een orthopeed kunnen kijken naar de mogelijkheid van een gratis prothese.

Gambia

In Gambia gaat het iets anders. Daar gaan de spullen per container heen en worden ze opgevangen door de orthopeed Morrow Fofana. Johan Pieterse van BFF vliegt er achteraan om te kijken wat ermee gebeurt. Dit jaar hebben we al 300 kilo naar Gambia kunnen sturen. Morrow Fofana heeft zelfs het idee om daar nu een ziekenhuis op te richten omdat de vraag daar heel groot is.

Kenia

Kenia was dit jaar voor het eerst aan de beurt. BFF werkt samen met de stichting Vihda in de regio Maragua (80 km van Nairobi) waar zij controleert of alles bij de juiste mensen komt. Vihda is al 21 jaar actief in Kenia en heeft daar al veel projecten opgezet.



Kenia!



Kosten

Ondanks alle donaties van materialen en ondanks dat al het werk door vrijwilligers wordt gedaan, heeft BFF hoge transportkosten. Dit jaar had de stichting ook een enorme tegenvaller, omdat er ineens in Mexico € 10.000,- aan importkosten betaald moest worden. De protheses en hulpmiddelen werden in beslag genomen totdat het bedrag werd betaald. Ook de transportkosten zijn de laatste jaren fors gestegen. Sponsors en donateurs zijn dan ook zeer welkom om dit initiatief verder uit te bouwen. Op de website van de stichting is meer informatie te vinden: www.stichtingbff.com.

EARLY BOUWMAN, VOORZITTER STICHTING BFF

Tip & Tricks Lezers reageren

Lopen op zand en strand

We ontvingen een slimme tip van Tim Duijst uit Spakenburg. Hij schreef: 'Vakantie is voor mij erg belangrijk: zon, strand, zee en snorkelen, heerlijk! Mijn prothese stop ik in een hoos die normaal om een grote parasol gaat en leg ik onder het strandbedje. Zo komt er geen zand in de koker. Vervolgens ga ik met mijn elleboogkrukken naar het water. Het probleem was vaak dat ik met gewone doppen onder de krukken wegzakte in het mulle zand of in het grind. Dit probleem heb ik opgelost door de doppen onder de krukken te vervangen voor 'zespootsstokdoppen'. Ik heb nu een veel groter draagvlak en zak haast niet meer weg. Overigens werken de doppen ook heel goed op gladde zwembadvloeren. Ik heb veel meer grip en glij niet uit!'.

Deze stokdoppen zijn onder andere te koop bij Mediplus. Ze kosten € 22,50 per stuk. Let op! Wel de diameter van de krukken opmeten! Er zijn namelijk meerdere maten verkrijgbaar.



35

Stomaspoelen op vakantie

In de Facebookgroep Osseointegratie NL is een interessant gesprek ontstaan over het spoelen van de stoma van een botverankerde prothese tijdens de vakantie, als er geen douchekop in de buurt is. Sommige mensen gebruiken een Oxyjet (mond-douche die bubbels maakt van lucht en water) of een zachte tandenborstel, maar die producten geven soms irritaties of zenuwpijn. Een alternatief is het gebruik van een zachte scheerkwast.

Hoe lost u dit op? Stuur uw reactie naar redactie@kortermaakkrachtig.com.

De Facebookgroep Osseointegratie NL is te vinden op www.facebook.com/OsseointegratieNederland



Testimonial Madglove Assist – Erik's Ervaring

"Als ik beide handen kon gebruiken, zou ik een hartvorm maken – zo blij ben ik met Madglove. Vanaf het eerste moment dat ik het probeerde, wist ik dat dit niet alleen mij, maar zoveel anderen zou helpen.

Na slechts 15 minuten dragen voelde ik al verschil. De lichtgewicht, ergonomische vormgeving maakt het makkelijk om de handschoenen aan en uit te doen. Dankzij het verstelbare spanningssysteem biedt Madglove zachte ondersteuning, waardoor verbeteringen direct merkbaar zijn.

Ik heb veel last van spasmen in mijn hand, en deze handschoenen helpt echt om mijn hand te openen. Ik gebruik hem dagelijks. De flexibele vingersleeves en ingebouwde polssteun verminderen stijfheid en spasticiteit, waardoor mijn hand op een natuurlijkere manier opent. Voor mensen met neurologische of spiergerelateerde beperkingen kan deze dagelijkse ondersteuning een wereld van verschil maken.

Lichaam en geest werken samen. Als er een hulpmiddel is dat één aspect verbetert, profiteert het hele systeem daarvan. Door Madglove dagelijks te gebruiken, verbeter ik niet alleen mijn handfunctie, maar ook mijn algehele welzijn.

Bovendien geeft het mij energie en motivatie. Het vermindert mijn ongemak en helpt mijn hand weer functioneel te maken, wat me zelfvertrouwen geeft en mij stimuleert om actief deel te nemen aan dagelijkse activiteiten.

Mijn grootste inzicht?

Vanaf het moment dat ik voelde wat Madglove met mijn hand deed, wist ik dat ik het elke dag wilde gebruiken. Het maakt écht een verschil.

Algehele tevredenheid & aanbeveling

Madglove is niet zomaar een product – het is een community. De mensen erachter hebben hart voor wat ze doen, en dat maakt het bijzonder.

Voor mij biedt Madglove niet alleen tastbare fysieke voordelen, maar ook een ondersteunend netwerk dat oprecht om gebruikers geeft. Ik beveel Madglove dan ook van harte aan voor iedereen die op zoek is naar een praktische, comfortabele en effectieve oplossing voor handrevalidatie"



De kracht van samenwerken: een terugblik op de Ability Battle Hackathon 2025

De zomer is bijna voorbij en de studenten beginnen weer vol energie aan hun opleiding. Ook dit jaar zullen er weer een flink aantal studenten aan de slag gaan met het zoeken naar oplossingen voor de ProtheseAcademie. In het volgende nummer van 'Kort&Krachtig!' leest u wat de studenten vóór de zomer hebben gedaan. Maar nu eerst iets anders: in het voorjaar organiseerden we een heel leuk evenement, de Ability Battle Hackathon!

Hackathon

Naast projecten die de prothesezorg verbeteren, organiseren we bij de ProtheseAcademie ook activiteiten om praktijk, onderzoek en onderwijs bij elkaar te brengen. Zo hielden we vorig jaar bijvoorbeeld een symposium met ISPO-NL. In mei van dit jaar was het tijd voor iets anders: een hackathon ofwel een evenement waar verschillende deskundigen bij elkaar komen om samen een specifiek probleem op te lossen.

Schaatsen

De Ability Battle Hackathon 2025 duurde twee dagen. Studenten uit heel Nederland werkten samen met

ervaringsdeskundigen en experts aan ideeën om de schaatssport beter toegankelijk te maken voor mensen met een prothese. Het bedenken van oplossingen voor deze casus stond centraal, maar net zo belangrijk was het doel om studenten te laten ervaren wat multidisciplinaire samenwerking is - én hoe essentieel het is om in gesprek te gaan met de prothesegebruikers zelf. Daarom waren leden van ons gebruikerspanel aanwezig om vragen van studenten te beantwoorden en hun ervaringen te delen.

Team Inclusive Blades

Tijdens de eerste dag van het RehabMove-congres (www.rehabmove2025.com) in

mei presenteerden alle teams hun creatieve oplossingen, die elk op hun eigen manier bijdragen aan het inclusiever maken van de schaatssport. De winnaar van dit jaar was Team Inclusive Blades.

Zij ontwikkelden een mechanisme én trainingsschema waarmee prothesegebruikers stap voor stap vertrouwd raken met bewegen op ijs (zie illustratie).

Samenwerking

Met dit soort evenementen wil de ProtheseAcademie bijdragen aan een sterkere samenwerking in het werkveld en zo de prothesezorg blijven verbeteren. Volgend voorjaar hopen we, samen met onder andere Kort&Krachtig, een groot evenement te organiseren. Daar willen we prothesegebruikers en professionals op een laagdrempelige manier met elkaar in contact brengen. Wilt u hiervan op de hoogte blijven? Volg de ProtheseAcademie dan op Facebook, LinkedIn of XI!

Hebt u een vraag waarvoor u graag een antwoord of oplossing wilt? Stuur hem in via onze vraag- en antwoordbank op protheseacademie.nl. Wilt u meehelpen om de prothesezorg te verbeteren? Meld u dan aan voor ons gebruikerspanel of ons test- en adviesteam. Dat kan ook via de website.

NAMENS DE PROTHESEACADEMIE
VERENA SCHUURMANS, PROJECTCOÖRDINATOR



Inclusive blades

An assistive device designed to boost self-confidence on the ice for skaters with prosthetic limbs.

PHASE 0

Fear of falling and breaking other limbs

PHASE 1

Feeling of safety

PHASE 2

Learning the basic skating techniques:

a.

b.

PHASE 3

Build down the assist:

1. Loosen the harness within the frame.

2. Remove the armrest

Coach session: how to fall and stand up on the ice

PHASE 4

Have fun skating without fear!



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. Bevlogen 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

info@bewegingsvisie.nl

www.bewegingsvisie.nl

Lid worden?

KorterMaarKrachtig is de landelijke vereniging van, voor en door mensen die een amputatie hebben ondergaan of geboren zijn met een kort been of een korte arm. KorterMaarKrachtig wil het onderlinge contact tussen de leden versterken en organiseert allerlei activiteiten. Ook geeft de vereniging informatie over alle onderwerpen waar mensen mee te maken krijgen als zij een amputatie hebben ondergaan en/of een prothese gebruiken. Daarnaast behartigt de vereniging de belangen van de leden bij verzekeraars, behandelaars en de overheid.

Contributie!

Het lidmaatschap voor volwassenen en ouders kost € 30,00 per jaar. (zie ook pagina 8). *Het lidmaatschap van een patiëntenvereniging wordt door een aantal zorgverzekeraars vergoed als u een aanvullende verzekering hebt afgesloten. Vraag ernaar bij uw zorgverzekeraar.*

Aanmelding lidmaatschap!

Op de homepage van www.kortermaarkrchtig.com staat een knop waarmee u zich kunt aanmelden als lid van KMK.

Donateur worden!

Draagt u de vereniging KorterMaarKrachtig en haar doelstellingen een warm hart toe, dan kunt u ons steunen. Voor € 30,- per jaar bent u al donateur van KorterMaarKrachtig. Hiervoor ontvangt u vier keer per jaar ons magazine 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

Colofon

'Kort&Krachtig!' is het kwartaalmagazine van de vereniging KorterMaarKrachtig. Het magazine verschijnt viermaal per jaar en is gratis voor leden en donateurs.

Hoofredactie: Harry Dietz, redactie@kortermaarkrchtig.com

Redacteuren: Christiaan Bruil, Rosanne Faber, Hannah Jimmink, Caroline van den Kommer, Annelies van Lonkhuyzen

Columnisten: Jan Geertzen, Veronique Gorter, Caroline van den Kommer, Hanneke Mooij, Corry van der Sluis

Vormgeving: John de Vries, Vriedesign

Druk: Grafisch Bedrijf Vanderperk Groep BV, Groot-Amers

Medewerkers aan dit nummer: Early Bouwman, Caroline van Daatselaar, Tim Duijst, India Hoekman, Patricia Kamminga, Victor Landman, Miranda van Lieshout, Yolanda Lippens, Ben Messelink, Roos Oosterbaan, Reslin Schelhaas, Joke van de Schraaf-Mourits, Verena Schuurmans, Simone Stek, Albert Velthuis

Foto cover en 'Interview!': Wilco van Dijen

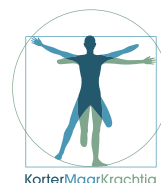
Aanleveren kopij: de volgende uitgave van 'Kort&Krachtig!' verschijnt rond 1 december 2025. Kopij kan tot 30 september 2025 worden aangeleverd bij redactie@kortermaarkrchtig.com

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

Wilt u ook het magazine 'Kort&Krachtig!' ontvangen?

Stuur een e-mail naar: secretariaat@kortermaarkrchtig.com.

VOOR ELKAAR!



KorterMaarKrachtig

A man with a prosthetic leg stands on a rocky mountain peak under a blue sky. He is wearing a black jacket, a grey t-shirt with 'seointegracja.pl' on it, and dark pants. He is holding a wooden cross with a plaque on it. The background shows snow-capped mountains and a valley.

‘Ik heb mijn leven terug en dat maakt me de gelukkigste man aller tijden!’

De Poolse Filip Stroiński struinde als kind regelmatig over het Tatra-gebergte in zijn land. Aan de tripjes daarheen kwam echter resoluut een einde toen hij op zeventienjarige leeftijd bij een treinongeluk zijn linker onderbeen verloor.

Op een kokerprothese leerde Filip opnieuw lopen met verschillende systemen in een lang traject van uitproberen en corrigeren. Hij was vrij mager, dus een koker aanmeten bleek lastig; Niet genoeg beschermend zacht weefsel. Uiteindelijk lukte het hem toch om redelijk lopen. Hij vond een goede baan in de IT-sector en het leven ging door. Totdat hij neuromen ontwikkelde met als gevolg veel pijn.

Er volgde een nare periode met een aantal operaties en andere behandelingen, maar lopen met prothese zonder helse pijn ging niet meer. Op een internetforum las hij over de mogelijkheid van botverankering van de prothese. Voor hem was de keuze snel gemaakt.

Na de plaatsing van het implantaat en de revalidatie waren de neuromen nog niet helemaal weg, maar drukte niet meer tijdens het lopen. ‘Het was een sensationeel gevoel om weer op twee benen te staan’, zegt Filip, ‘Het voelde natuurlijk maar onwerkelijk’.

Door jarenlange immobiliteit in de koker waren zijn spieren nog zwak, maar hij trainde ze door

de spierpijn heen. Voorzichtig begon hij langere wandeltochten door zijn woonplaats Gdańsk. Hij kreeg echter al snel genoeg vertrouwen in zijn nieuwe been om weer de bergen in te gaan en maakte een trip terug naar zijn geliefde Tatra-gebergte.

Inmiddels, 3 jaar na zijn operatie, is Filip 33 jaar oud en gaat twee tot drie keer per jaar nu ècht toppen op. De Alpen staan voor volgend jaar in de agenda. Hij hoopt de top van de Mont Blanc te bereiken en droomt van de Kilimanjaro: ‘Ik heb mijn leven terug en dat maakt me de gelukkigste man aller tijden!’

Filip is zo enthousiast over het BADAL X-systeem dat hij besloten heeft zijn carrière om te gooien en een opleiding tot orthopedisch instrumentmaker te gaan volgen.

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

A vertical image of a BADAL X implant, showing the femoral head, stem, and modular components.

BADAL^x
OTN Implants



*Wij zijn pas tevreden als
jij je bewegingsdoel
hebt bereikt.*



Orthesen

Prothesen

Compressiezorg

