

Kort & Krachtig!

Uitgave van de vereniging KMK | jaargang 13 | nr. 49 | maart 2026

Jubileumnummer

12,5 jaar



Gert Baan

**‘Ik ervaar mijzelf
niet als beperkt’**

Prothesedagen / 1000 leden / Tweede Kamervragen / 3D-printen / AI-mogelijkheden



Navii®

Expand Your World

Vrijheid

Navii is volledig waterdicht en zandbestendig, perfect voor elke wateractiviteit: genieten op het strand, zwemmen in de zee of het zwembad of lopen in de regen. Navii maakt het mogelijk.



Geïnspireerd door de natuur

De Earth Echoes-covers zijn een eerbetoon aan

ons IJslandse erfgoed. De kleuren zijn geïnspireerd op IJslands prachtige landschappen, ruwe elementen en levendige tinten die de IJslandse natuur weerspiegelen. Je kunt de covers gemakkelijk verwisselen om zo te matchen met je outfit, humeur of de gelegenheid.

Moeiteloze performance

Navii biedt stabiliteit en bewegingsvrijheid om jouw actieve levensstijl bij te benen.

Navii – maakt elke stap mogelijk, overal.



Bezoek www.ossur.nl of scan de QR code voor meer informatie.



INHOUD!



**Nederlandse
Prothesedagen**

6 PROTHESEDAGEN

**De organisatoren
stellen zich voor**

RONDOM ARMEN! 20

**Sporten op maat
met een korte arm**



26 INTERVIEW!

**Gert Baan:
'Zoek mensen die
hetzelfde hebben'**



LEDEMATEN! 34

**Net Als Jij /
Eerste borrelavond**



EN VERDER:

- 5 Voorwoord Albert Velthuis
- 12 Verenigingsnieuws: 1000^e lid / Raad van advies / Digitaal abonnement / Contactpersonen
- 13 Agenda en inloopmomenten / Contact
- 15 Uit de praktijk: Corry van der Sluis / Ruud Leijendekkers
- 16 AI bereikt ook de prothese
- 23 Onderzoek: De rol van beweging
- 25 Kort / Column Veronique Gorter
- 31 Producten: Orthostore.nl / Column Hanneke Mooij
- 32 LedeMaatjes: Handige Kids Dag / Het Magische Eftelingproject (slot)

VAN DE REDACTIE!

Beste lezer,

KorterMaarKrachtig viert feest! Op 12 april is het precies 12,5 jaar geleden dat de vereniging werd opgericht. Dat is een goede reden om stil te staan bij de ontwikkelingen in het verleden en de mogelijkheden in de nabije toekomst. Dat gebeurt tijdens de Nederlandse Prothesedagen die op 27 en 28 maart worden gehouden. In dit extra dikke nummer van uw lijfblad stellen de organisaties die deze dagen mogelijk maken zich aan u voor.

Onlangs heeft er nog een andere heuglijke gebeurtenis plaatsgevonden: Gert Baan meldde zich aan als het 1000^e lid van KorterMaarKrachtig. We hebben hem uitgebreid geïnterviewd.

De ontwikkelingen binnen de prothesiologie gaan snel, dat zal u niet ontgaan zijn. In dit nummer staat een mooi verslag van een ISPO-webinar over het 3D-printen van prothese-onderdelen én een artikel over de manier waarop kunstmatige intelligentie kan worden ingezet binnen de prothesewereld. Eind vorig jaar zijn er ook Kamervragen gesteld over de beschikbaarheid van goedkopere prothesen.

Ook veel sport in dit nummer: in de rubriek Rondom Armen staat een uitgebreid artikel over de sportmogelijkheden voor mensen die een armamputatie hebben ondergaan of geboren zijn met een verkorte arm. Het belang van bewegen wordt beschreven in de rubriek wetenschap. En revalidatiearts Eline Heida schreef een enthousiast verhaal over het verleggen van grenzen op de atletiekbaan.

Met dit nummer nemen we afscheid van interviewer en eindredacteur Rosanne Faber. Zij heeft een belangrijke rol gespeeld bij het leesbaar en foutloos houden van dit magazine. Haar interviews gaven altijd een mooi beeld van bijzondere mensen. We gaan haar missen!

Veel leesplezier en tot ziens tijdens de Prothesedagen!

HARRY DIETZ

- 35 Sport: Pierluigi op weg naar LA 2028 - deel 2
- 37 Sport: Grenzen verleggen op de atletiekbaan
- 38 Producten: Prothese van de toekomst uit de printer
- 39 Column Hein van der Zande
- 40 Beleid: Kamervragen over goedkope hulpmiddelen
- 43 Ervaringen: De kracht van prothesegebruikersdagen
- 44 Sport: Paralympische Talentdag
- 45 Column Caroline van den Kommer
- 46 Producten: Kleine voetjes en grote avonturen
- 49 Facebook ondersteunt!
- 50 Voor elkaar / Colofon

Stories op Movao

“Volledig nieuwe loopervaring met de innovatieve prothesevoet Evanto.”

Hoe kunnen we met onze prothesen het dagelijks leven van prothesegebruikers makkelijker maken? Daar houden we ons bij Ottobock iedere dag mee bezig. Voor de Evanto-prothesevoet gingen onze ontwerpers terug naar de tekentafel. Met de kennis en technologie van nu werkten zij aan onze meest innovatieve mechanische voet sinds 40 jaar. Het resultaat? “Een briljante voet waarmee alles makkelijker wordt, van wandelen tot kitesurfen. Echt een leap forward.”



De 50-jarige Jeffrey van Kippersluis is zo'n actieve gebruiker. Voor zijn werk als transformation consultant moet hij hele dagen staan en daarnaast leidt hij een actief Leven. Hij draagt de prothese nu een paar maanden en is enthousiast. “Toen ik de Evanto voor het eerst gebruikte, merkte ik direct verschil met mijn vorige prothesevoet. Het voelde gelijk goed. In stilstand sta je veel stabielier waardoor de spanning uit het lichaam verdwijnt. Dat zorgt voor minder belasting van mijn andere knie, rug en bilspieren. Ik heb meer ontspannen spieren, en dat is een luxe voor een prothesegebruiker!”



Wil je graag het volledige artikel lezen?
Registreer je dan bij Movao



**Scan de QR-Code en
sluit je aan bij de Movao
Community!**



#WeEmpowerPeople
<https://movao.community/>



Verbinden, verbinding, verbonden zijn

KorterMaarKrachtig bestaat 12,5 jaar. Een mijlpaal om bij stil te staan, maar vooral een moment om te laten zien waar onze vereniging voor staat: verbinding. Verbinding tussen mensen die een amputatie hebben ondergaan of geboren zijn met een korte arm of een kort been, hun naasten, vrijwilligers en professionals. Die verbinding is al jaren onze kracht. In de afgelopen jaren is KorterMaarKrachtig uitgegroeid tot een patiëntenvereniging van betekenis. Steeds meer mensen sluiten zich aan, en terecht. KMK doet ertoe. Dat is te danken aan de inzet van onze vrijwilligers. Zij zijn actief in revalidatiecentra en ziekenhuizen door het hele land en geven, samen met professionals, informatie en ondersteuning. Als ervaringsdeskundigen bieden zij herkenning, begeleiding en een luisterend oor.

Vrijwilligers

Deze vrijwilligers, samen met hun coördinatoren, vormen het hart van onze vereniging. Zij verbinden mensen die een amputatie hebben ondergaan met artsen, therapeuten, instrumentmakers en andere professionals. Ook zijn zij een belangrijke schakel voor ouders van kinderen die geboren zijn met een korte arm of een kort been. Door de inzet van de vrijwilligers ontstaat echte samenwerking, gebaseerd op gelijkwaardigheid en vertrouwen. In het bestuur spreken we regelmatig over deze betrokken en enthousiaste groep. Daarbij staat steeds dezelfde vraag centraal: hoe kunnen wij hen zo goed mogelijk ondersteunen? We zijn dan ook trots dat we tijdens de Nederlandse Prothesedagen óók voor vrijwilligers een inhoudelijk programma kunnen aanbieden. Want juist daar willen we verbinding zichtbaar maken en versterken. Samen kunnen professionals en vrijwilligers het gesprek voeren over hoe patiëntenparticipatie verder kan groeien.

Onderzoek

KorterMaarKrachtig is inmiddels stevig verbonden met onderzoek, onderwijs en prothesiologie. We worden regelmatig betrokken bij onderzoeksprojecten en leveren een actieve bijdrage aan de ProtheseAcademie. In deze academie komen de opleidingen van artsen, therapeuten en instrumentmakers samen met de ervaringskennis van KMK. Zo dragen we bij aan de vorming van jonge professionals in de wereld van handen, voeten, armen en benen.

Onze overtuiging is helder: de mensen die een amputatie hebben ondergaan moeten vanaf het begin van een begeleidingstraject als gelijkwaardige gesprekspartners worden gezien. Alleen dan ontstaat zorg die echt aansluit bij het leven van mensen.

Prothesedagen

Dat 'samen' delen we tijdens de Nederlandse Prothesedagen op 27 en 28 maart in het Aviodrome. We zijn trots dat we ons



5

*'Daarom zeggen
wij bij
KorterMaarKrachtig:
samen denken,
samen doen,
samen delen'*

12,5-jarig jubileum mogen vieren samen met onze leden en met ISPO Nederland, WAP & WAP-A en de ProtheseAcademie. De Nederlandse Prothesedagen laten zien wat verbonden zijn betekent: één congres waarin KMK en alle betrokken professionals samenkomen. Nog nooit eerder zijn in Nederland op deze manier alle belangrijke ontwikkelingen op het gebied van armen en benen zo gezamenlijk, zichtbaar en krachtig gepresenteerd.

Als voorzitter van KorterMaarKrachtig is het een eer om deze mooie vereniging samen met jullie te mogen vertegenwoordigen.

Met een warme en hartelijke groet,

ALBERT VELTHUIS, VOORZITTER



Nederlandse Prothesedagen

Vrijdag 27 en zaterdag 28 maart 2026
Luchtvaartmuseum Aviodrome in Lelystad

Naar aanleiding van het 12,5-jarig jubileum van KorterMaarKrachtig worden op 27 en 28 maart voor het eerst de Nederlandse Prothesedagen georganiseerd. De vijf organisaties die deze dagen mogelijk hebben gemaakt, stellen zich op de volgende pagina's aan u voor. Een speciaal woord van dank aan de sponsors!



KorterMaarKrachtig



WAP-A

WAP



Nederland



KMK

Het bestuur van KorterMaarKrachtig staat voor een sterke verbinding met de leden en de andere lezers van dit magazine. Achter de schermen van het bestuurlijke werk gebeurt veel waar mensen niet altijd bij zullen stilstaan. Het laten reilen en zeilen van zo'n grote patiëntenvereniging als KMK gaat immers niet vanzelf.

Het KMK-bestuur en de leden van de werkgroepen LedeMaten en LedeMaatjes hebben de afgelopen maanden veel werk verzet met interessante onderwerpen.

Transitiejongeren

De subsidieaanvraag voor het project Implementeren Net Als Jij is door ZonMW goedgekeurd. Dit project gaat over de overgang ('transitie') van jongeren naar de volwassenenzorg. We gaan ervoor zorgen dat in de zorgplannen van de revalidatiecentra een goede methode komt om deze jongeren optimaal te begeleiden. Over dit project staat op pagina 34 een mooi artikel.

Vrijwilligers

Een oproep onder de leden voor meer vrijwilligers heeft tot onze vreugde zes nieuwe vrijwilligers opgeleverd. Zij worden ingezet bij de inloophmomenten, maar kunnen ook bij specifieke thema's of projecten worden betrokken, afhankelijk van hun eigen wensen en mogelijkheden. Het lukt onze vrijwilligers om bij steeds meer revalidatiecentra en ziekenhuizen nieuwe inloophmomenten en gespreksgroepen te organiseren, zodat 'nieuwe' patiënten en gebruikers de weg naar KMK weten te vinden.

Samenstelling van het bestuur

In december 2025 is Patricia van der Voort gestart met de werkzaamheden als aspirant bestuurssecretaris. Ook zal Patricia de coördinatie van de vrijwilligers ter hand nemen. Verder zijn we blij dat Ton van der Giessen als aspirant tweede penningmeester ondersteuning gaat geven aan Maaïke Vogels. Ton is medio januari 2026 gestart. In de algemene ledenvergadering van 2026 zullen beiden voor benoeming worden voorgedragen.



Ook in oktober 2017 was KMK te gast bij Aviodrome, tijdens de familiedag van de toenmalige werkgroep 'Op een ander been gezet'.



1000 leden!

Bij de oprichting van KMK in 2013 was het de wens van het toenmalige bestuur om meer dan 1000 leden te vinden. Door natuurlijk verloop lukte dat steeds niet, maar eind 2025 meldde de ledenadministratie dat eindelijk het 1000^e lid was ingeschreven. Dat was Gert Baan. Op pagina 26 staat een uitgebreid interview met hem.

Als bestuur willen we iedereen die betrokken is bij KMK oproepen om mee te helpen om in versneld tempo te zorgen voor de volgende 1000 leden! Immers: elk jaar hebben we in Nederland te maken met ongeveer 3000 amputaties. Uiteraard komen niet al deze mensen langs om lid te worden van onze mooie vereniging. Toch is het bestuur van mening dat met inzet van onze leden, onze vrijwilligers én vooral ook onze partners in de revalidatiecentra de volgende 1000 nieuwe leden binnen drie jaar ingeschreven moeten kunnen worden.

Ouders

We doen ook een oproep aan de Nederlandse kinderartsen die te maken hebben met kinderen die geboren zijn met een kort been of een korte arm en kinderen die op jonge leeftijd een amputatie hebben ondergaan. We vragen deze artsen om de ouders attent te maken op onze werkgroep LedeMaatjes. Het is belangrijk dat ouders elkaar kunnen ontmoeten én dat deze kinderen ervaren dat zij niet de enigen zijn.

Verdere professionalisering

KMK is een 'sterk merk' in de Nederlandse wereld van prothesen en amputatie-informatie. Er is in 2025 een brede analyse gemaakt rond de vraag hoe de organisatie van KMK verder kan worden verbeterd. Aan de hand van deze analyse zijn gesprekken gevoerd met InvolV voor advies en support. Ook de leden

van de raad van advies zijn hierbij betrokken geweest. Aan de hand van die analyse en adviezen is een uitgebreide aanvraag geschreven voor een extra subsidie bij het ministerie van VWS.

LedeMaatjes en LedeMaten

De werkgroepen LedeMaatjes (voor ouders en kinderen tot 18 jaar) en LedeMaten (voor jongeren) zijn bezig met verschillende activiteiten. Zo waren de LedeMaatjes aanwezig bij de Handige Kids Dag in Groningen (zie pagina 32) en zijn enkele jongeren van LedeMaten nauw betrokken bij het project Implementatie Net Als Jij.

Deelname aan onderzoek

De mening van mensen die een amputatie hebben ondergaan en/of een prothese gebruiken wordt steeds belangrijker bij allerlei onderzoeken en studies. Vaak is het ook een voorwaarde van de geldverstrekkers dat patiënten en prothesegebruikers actief meedoen. Op onze website vindt u regelmatig oproepen. Doe ook mee!

Nederlandse Prothesedagen

Het 12,5-jarig bestaan van KMK is tijdens de bestuursvergaderingen een terugkerend onderwerp geweest. Op zaterdag 28 maart gaan we dat uitgebreid vieren tijdens de Nederlandse Prothesedagen in Lelystad. Uniek daarbij is dat we die dagen samen organiseren met ISPO Nederland, de ProtheseAcademie en twee werkgroepen van de Vereniging van Revalidatieartsen, de WAP (benen) en de WAP-A (armen en handen). Alle leden zijn van harte welkom.

Contact met u!

Hebt u een vraag of opmerking voor het bestuur? Wij horen graag van u via secretaris@kortermaarkrachtig.com.

*'Op naar
de volgende
1000 leden!'*

WAP-A

Werkgroep Amputatie en Prothesiologie van de Arm



8

Als je leeft met een armamputatie of een congenitaal reductie-defect (een aangeboren verkorting van een arm) wil je kunnen rekenen op goede, passende zorg. Zorg die niet alleen technisch klopt, maar ook aansluit bij jouw dagelijkse leven, vragen en doelen. Achter de schermen wordt hier landelijk hard aan gewerkt door de Werkgroep Amputatie en Prothesiologie van de Arm (WAP-A).

De WAP-A is een landelijke werkgroep vanuit de Vereniging van Revalidatieartsen (VRA). Het doel? Zorgen dat de kwaliteit van zorg in heel Nederland zo hoog mogelijk is en dat verschillen tussen behandelcentra kleiner worden. Zodat je, waar je ook behandeld wordt, kunt vertrouwen op deskundige en goed afgestemde zorg.

Jij bent belangrijkste lid

Wat deze werkgroep bijzonder maakt, is dat niet alleen revalidatieartsen meedoen. Ook fysiotherapeuten, ergotherapeuten, revalidatietechnici en orthopedisch instrumentmakers zijn aangesloten. Dat sluit aan bij hoe jij de zorg ervaart: als teamzorg. En binnen dat team ben jij het belangrijkste lid. Jouw ervaringen, wensen en uitdagingen doen ertoe. De werkgroep komt meerdere keren per jaar bij elkaar. Eén keer per jaar is er een grote bijeenkomst waarin wordt gekeken naar hoe de zorg nu is geregeld, maar ook naar de toekomst. Nieuwe ontwikkelingen, innovaties en technische oplossingen komen dan aan

bod. Behandelcentra laten zien hoe zij werken, zodat ze van elkaar kunnen leren en elkaar kunnen helpen om de zorg verder te verbeteren. Ook lopend onderzoek wordt gedeeld.

Kennis wisselen we uit

Soms speelt er bij iemand een ingewikkeld probleem, bijvoorbeeld rondom een prothese of hulpmiddel. Ook dan kunnen de leden van de werkgroep worden ingezet om mee te denken over mogelijke oplossingen. Daarnaast wordt ook onderzoek steeds vaker gezamenlijk opgezet, zodat kennis en ervaring uit heel Nederland wordt gebundeld. Hierbij worden jullie - patiënten en prothesegebruikers - steeds vaker actief betrokken. Jullie input is onmisbaar: niemand weet beter wat wel en niet werkt dan jullie zelf.

De samenwerking met andere partijen, zoals de Prothese-Academie, helpt daarbij. Vragen van gebruikers kunnen zo gezamenlijk worden besproken en beantwoord, met als doel: betere en beter passende zorg.

Kortom: de WAP-A zet zich in voor de best mogelijke zorg voor mensen met een armamputatie of congenitaal reductiedefect. Dat doen we door professionals te verbinden, kennis te delen en vooral door jullie stem serieus mee te nemen.

MAAIKE LANGE, VOORZITTER WAP-A
REVALIDATIEARTS, EXPERTISECENTRUM ARM-HAND DE HOOGSTRAAT UTRECHT



Wereldwijd verbonden, lokaal van betekenis

De International Society for Prosthetics and Orthotics (ISPO) staat wereldwijd bekend als hét professionele kennisnetwerk voor iedereen die werkzaam is binnen het terrein van de prothesiologie, orthesiologie, rolstoelen, orthopedische schoenen, hulpmiddelen en revalidatietechnologie. De ISPO verbindt professionals over continenten heen, stimuleert kennisontwikkeling en ontwikkelt internationale standaarden voor onderwijs, kwaliteit van zorg en ethiek. De ISPO doet dit onder andere door om het jaar een wereldcongres te organiseren en door opleidingen te accrediteren.

Schakel

ISPO Nederland maakt deel uit van dit wereldwijde netwerk, maar heeft tegelijkertijd een eigen, duidelijke positie: geworteld in de Nederlandse praktijk en gericht op de mensen die hier dagelijks het verschil maken. Als één van de 76 National Member Societies van ISPO fungeert ISPO Nederland als schakel tussen de internationale gemeenschap - met leden uit 109 landen - en het Nederlandse werkveld. De missie van ISPO Nederland is dat iedereen, ongeacht fysieke beperkingen, moet kunnen participeren in de samenleving. Wij geloven dat hoogwaardige, passende en toegankelijke ondersteunende technologie in de zorg niet alleen mobiliteit kan herstellen, maar ook kan bijdragen aan het versterken van zelfstandigheid, waardigheid en kwaliteit van leven. Dat vraagt om vakmanschap, onderzoek, innovatie en samenwerking over disciplines heen.

Verbinden en kennis delen

Onze visie is verbetering van de kwaliteit van leven voor mensen die profijt hebben van ondersteunende technologie in de zorg. Dat doen we door professionals met elkaar te verbinden, expertise te delen en een platform te bieden voor scholing, discussie en ontwikkeling. ISPO Nederland

wil een actief kennisnetwerk zijn, waarin leren van elkaar centraal staat en waarin ruimte is voor nieuwe ideeën en perspectieven. Concreet organiseert ISPO Nederland symposia, webinars en scholingen waarin actuele thema's aan bod komen, van wetenschappelijke ontwikkelingen en technologische innovaties tot ethische vraagstukken en veranderende zorgsystemen.

Samenwerken

Daarnaast stimuleren we samenwerking tussen verschillende beroepsgroepen en onderhouden we nauwe banden met ISPO International, zodat Nederlandse professionals toegang hebben tot internationale kennis, netwerken en ontwikkelingen. Als regulier lid van ISPO Nederland ben je automatisch lid van ISPO International waardoor je onder andere toegang hebt tot het wetenschappelijke tijdschrift 'Prosthetics and Orthotics International' en tot ISPO Learn, een platform met casestudies, webinars, symposia, cursussen en andere leermodules om kennisuitbreiding te bevorderen.

Lidmaatschap voor KMK-leden

Als lid van KMK kunt u zich kosteloos aanmelden voor een speciaal lidmaatschap van ISPO Nederland, waarna u via nieuwsbrieven op de hoogte blijft van activiteiten en tegen gereduceerd tarief kunt deelnemen aan activiteiten in Nederland.

De mens centraal

ISPO Nederland staat voor betrokkenheid, kwaliteit en vooruitgang. Met een sterke internationale basis en een scherp oog voor de Nederlandse praktijk dragen we bij aan een toekomst waarin hulpmiddelenzorg blijft evolueren - altijd met de mens centraal.



Nederland

Learn. Exchange. Support. Innovate.

WAP

Werkgroep Amputatie en Prothesiologie

De Werkgroep Amputatie en Prothesiologie (WAP) is een werkgroep binnen de Vereniging voor Revalidatieartsen (VRA). In deze werkgroep zitten bevlogen revalidatieartsen die met veel plezier werken met patiënten die een beenamputatie hebben ondergaan of een kort been hebben. We zijn een grote groep van meer dan vijftig artsen en sinds kort ook Physician Assistants (PA's).

Kwaliteit

De WAP streeft ernaar om in Nederland een goede kwaliteit van zorg, onderwijs en wetenschap én een goede kwaliteit van leven te bewerkstelligen voor mensen die een beenamputatie hebben ondergaan of een aangeboren afwijking van het been hebben. Vanuit de WAP worden diverse andere werkgroepen weer bediend, zoals het Platform Prothesezorg, de ISPO, de ProtheseAcademie en de werkgroep amputatie van de Stichting Revalidatie Impact (SRI). Er vinden regelmatig overleggen plaats met zorgverzekeraars over bijvoorbeeld het PPP (het protocol voor het verstrekingsproces van beenprothesen). Daarnaast wordt het landelijke onderwijs aan revalidatieartsen in opleiding (AIOS) ook gegeven door revalidatieartsen uit onze werkgroep. Dit zijn elk jaar inspirerende dagen waarin wij op onze beurt ook door de AIOS gestimuleerd worden met prikkelende vragen.

Symposium

Ook worden het patiëntenregister en de botverankerde prothesen veelvuldig besproken en de wetenschap komt regelmatig aan bod. En we proberen elk jaar een minisymposium te organiseren tijdens het Dutch Congress of Rehabilitation Medicine (DCRM) met diverse onderwerpen. Want zo komen de nieuwste ontwikkelingen niet alleen bij de revalidatieartsen van de WAP terecht, maar ook bij een breder publiek én bij de volgende generatie revalidatieartsen. In het verleden ging het bijvoorbeeld over sport(prothesen), maar ook de samenwer-

king met de Geriatrische Revalidatiezorg (GRZ) kwam al eens aan bod.

Wetenschap

Eens per jaar hebben we een beleidsdag, die we graag organiseren bij iemand op de werkplek, zodat we óók kunnen leren van een kijkje in elkaars keuken. Dit biedt altijd nieuwe inzichten en vaak worden die ook weer meegenomen naar de eigen werkplek. Tijdens onze vergaderingen is er veel ruimte voor de nieuwste inzichten op wetenschappelijk gebied. Vorderingen van wetenschappelijke projecten worden besproken en zonodig worden er centra en ziekenhuizen benaderd voor patiëntdeelnemers aan onderzoek.

Spreekkamer

Ook discussiëren we tijdens onze vergaderingen graag concreet over problemen in de spreekkamer. Hoe lossen collega's zaken op, wat zijn 'out of the box'-oplossingen? Dit leidt vaak tot verrassende uitkomsten en, het meest belangrijk, oplossingen voor de patiënten! Kortom, we zijn verweven in diverse gremia en kunnen meepraten op en over verschillende niveaus van samenwerking. Daar zijn wij best trots op.

Groots uitpakken

We vonden het een eer toen we gevraagd werden om een stukje te schrijven voor dit magazine. KMK zit in een jubileumjaar, de WAP heeft haar jubileumjaar net achter de rug; vorig jaar waren wij 25 jaar een geaccrediteerde werkgroep binnen de VRA en dat werd uiteraard gevierd met een leuke presentatie en een etentje. Jullie pakken veel groter uit, want het jubileum van KMK wordt gevierd

met de eerste editie van de Nederlandse Prothesedagen. Dat evenement belooft een spektakel te worden! Wij hopen de KMK-leden in groten getale te mogen ontmoeten op deze Prothesedagen. Aan de inzet van het organisatiecomité zal het in elk geval niet liggen!

IRENE NEWSUM (PENNINGMEESTER), ANKE VERLOUW (VOORZITTER),
FRIDA KLAIJ (SECRETARIS)

Zie ook het speciale nummer over beenamputaties van het Nederlands Tijdschrift voor Revalidatiegeneeskunde: <https://ap.lc/YjQYB>



ProtheseAcademie

Academische werkplaats

Wie zijn wij en waar zetten we ons voor in?

De ProtheseAcademie is hét netwerk in Nederland waar alle betrokkenen rondom het gebruik van arm- en beenprothesen samenkomen. Samen werken we aan één doel: het verzamelen en toepassen van kennis voor het verbeteren van het gebruik van arm- en beenprothesen in het dagelijks leven, thuis en daarbuiten. De ProtheseAcademie wordt gefinancierd door een subsidie van ZonMw tot midden 2028.

Hoewel onze naam misschien anders doet vermoeden, hebben wij geen fysieke locatie. De ProtheseAcademie is een samenwerkingsverband van 26 partners, waaronder zorgprofessionals, prothesefabrikanten, protheseverstrekkers, zorgverzekeraars, onderzoekers, opleidingen en hun studenten, én de prothesegebruikers. Want het verbeteren van de prothesezorg kunnen we alleen met de ervaringsdeskundigen samen. Daarom heeft de ProtheseAcademie een gebruikerspanel. In dit panel denken arm- en beenprothesegebruikers mee over relevante kennisvragen en manieren om die kennis te verzamelen en toe te passen. Ook geven zij bij onze projecten advies vanuit hun eigen ervaring. Hun inbreng vormt de basis van alles wat we doen.

Hoe doen we dit?

Met alle partijen werken we op verschillende manieren aan beter prothesegebruik.

▶ Uitvoeren van praktijkonderzoek door studenten

Mbo-, hbo- en universitaire studenten voeren samen een groot deel van de projecten van de ProtheseAcademie uit. Dit zijn praktijkgerichte projecten, waarbij studenten worden ondersteund door professionals uit het werkveld. Met deze projecten zoeken we antwoorden en oplossingen voor vragen van zorgprofessionals en prothesegebruikers. Daarnaast vinden we het belangrijk dat studenten al vroeg in hun opleiding kennismaken met hun toekomstige werkveld. Studenten van verschillende opleidingen en onderwijsinstellingen werken samen en leren zo van én met elkaar, en ze leren van de ervaringsdeskundigen. Door studenten actief te betrekken bij onze projecten, vergroten we de kans dat nieuwe kennis na hun afstuderen ook echt wordt gebruikt in de praktijk.

▶ Aanvragen van en meedenken met wetenschappelijk onderzoek

Niet alle onderzoeksvragen kunnen we met studentenprojecten beantwoorden. Soms is een vraag te complex en is uitgebreider wetenschappelijk onderzoek nodig. In die gevallen vraagt de ProtheseAcademie subsidie aan, bijvoorbeeld bij ZonMw, om dit onderzoek mogelijk te maken. Zo



hebben we een subsidie gekregen om onderzoek te doen naar de (kosten)effectiviteit van pasprothesen en proefprothesen voor mensen met een armamputatie.

Wij voeren niet al het onderzoek naar prothesegebruik in Nederland zelf uit. Daarom ondersteunen we ook andere onderzoekers door ons netwerk beschikbaar te stellen. Zo brengen we onderzoekers in contact met de juiste mensen en kan ons gebruikerspanel worden gevraagd om mee te denken en advies te geven.

▶ Organiseren van bijeenkomsten en evenementen waar kennis en ervaringen worden gedeeld

Bij de ProtheseAcademie vinden we het belangrijk dat alle betrokkenen elkaar weten te vinden en dat bestaande kennis en expertise zo goed mogelijk wordt benut. Door elkaar te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen, bijvoorbeeld tijdens de Nederlandse Prothesedagen, verbeteren we samen de prothesezorg.

Meedoen?

Hebt u een vraag over het gebruik van uw arm- of beenprothese en zoekt u een antwoord of oplossing?

Stel uw vraag via de vraag- en antwoordbank op onze website (www.protheseacademie.nl).

Wilt u actief bijdragen aan betere prothesezorg? Meld u dan aan voor ons gebruikerspanel of test- en adviesteam. Aanmelden kan eenvoudig via onze website.

VERENA SCHUURMANS, PROJECTCOÖRDINATOR

1000^e lid!

In Nederland worden ieder jaar meer dan drieduizend amputaties uitgevoerd. Een van de belangrijkste oorzaken daarvan is vaatlijden. En die aandoening komt vooral op latere leeftijd voor. Dat zal dan ook de reden zijn dat veel (heel) oude mensen die een amputatie hebben ondergaan het lidmaatschap van een patiëntenvereniging niet zinvol lijken te vinden. We blijven ons erover verbazen dat veel mensen de stap naar het lidmaatschap van KorterMaarKrachtig niet zetten, terwijl zij daar veel informatie, steun en contact kunnen vinden. En: hoe groter KMK is, hoe harder haar stem kan worden gehoord.

Magisch...

Het was het bestuur van KMK dan ook al sinds de oprichting van de vereniging in 2013 een doorn in het oog dat het steeds maar niet lukte om het magische getal van 1000 leden te bereiken.

Het ledenaantal bleef altijd rond de 950 hangen. Er waren zeker nieuwe aanmeldingen, maar die werden in evenwicht gehouden door natuurlijk verloop en opzeggingen. Ook werden leden die hun contributie niet wilden betalen uit de ledenadministratie verwijderd.

Mijlpaal

Maar: eind 2025 was het dan toch echt zover, vanuit de ledenadministratie kwam de melding dat het 1000^e lid zich had aangemeld. Een mijlpaal die met enig feestgedruis werd gevierd tijdens de bestuursvergadering van december. (Benieuwd naar het verhaal van het 1000^e lid? Kijk op pagina 26.)

Óp naar de volgende 1000!

Nieuwe samenstelling raad van advies

Het bestuur van KorterMaarKrachtig wordt in zijn werk bijgestaan door een onafhankelijke raad van advies. De leden van deze raad kunnen gevraagd en ongevraagd adviezen geven.

Op dit moment is de raad van advies als volgt samengesteld:

- ▶ Caroline van den Kommer, ervaringsdeskundige, oud-hoofdredacteur van 'Kort&Krachtig!'
- ▶ Prof.dr. Corry van der Sluis, revalidatiearts UMC Groningen
- ▶ Dr. Ruud Leijendekkers, voorzitter van ISPO-NL
- ▶ Dr. Iris van Wijk, kinderrevalidatiearts en onderzoeker
- ▶ Esther Mik, directeur Zorg en Allianties bij Livit Orthopedie, lid van de Stichting Orthopedische Hulpmiddelenzorg Nederland en van de Kwaliteitsraad Hulpmiddelen en Zorg
- ▶ Jeroen Olsman, manager bij OIM Orthopedie

Digitaal abonnement op 'Kort&Krachtig!'

U kunt '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@kortermaarkrchtig.com.

Contactpersonen van KMK

Onderbeenamputatie	Herman Ferguson John van de Pas Ronald Gerrits Jan Oudmaier	Rotterdam Zevenhuizen Nijmegen Heerhugowaard	06 5354 3856 06 5138 5347 06 5069 6369 06 1138 7160
Omkeerplastiek	Erwin Oostrom	Kronenberg (Limburg)	06 4098 0592
Knie-exarticulatie	Angelina Windsant Akkie Emmaneel	Burum (Friesland) Emmen	06 4658 5572 06 3632 1561
Bovenbeenamputatie	Aad Tander-Hendriks Jacqueline van Brakel Symen Sybrandy Marian Goutziers	Baarn Mookhoek (Z-H) Beetsterzwaag (Friesland) Roosendaal	06 1040 7381 06 1365 7876 06 5325 4895 06 4032 5091
Osseointegratie bovenbeen	Hanneke Mooij Reinoud Liefing Pita Molenaar	Egmond aan Zee Amsterdam Vianen	06 4994 9576 06 5200 1668 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 San Vermaas	Eefde Zevenbergen	06 1101 8300 06 4649 5866

Agenda 2026

Alle data van de komende inloophmomenten, prothese-gebruikersdagen en andere evenementen zijn ook te vinden op onze website:
www.kortermaarkrchtig.com/inloopbijeenkomsten.

Vrijdag en zaterdag 27 en 28 maart / Lelystad Nederlandse Prothesedagen in het Aviodrome

Dinsdag 14 april / Rotterdam

13.00 - 15.00 uur - Vereniging Kort(er)MaarKrchtig

15.00 - 17.00 uur - Stichting Pijn Hoop

Inloop bij Rijndam

Westersingel 300, 3015 LJ Rotterdam

Maandag 20 april / Haren

9:30 - 12:00 uur

UMCG / Beatruxoord

Dilgtweg 5, 9751 ND Haren

Donderdag 23 april / Enschede

14.00 - 15.30 uur

Inloop bij Roessingh Revalidatiecentrum

Roessinghbleekweg 33, 7522 AH Enschede

Maandag 18 mei / Wijk aan Zee

19.00 - 21.00 uur

Huiskamergesprek bij Heliomare

Relweg 51, 1949 EC Wijk aan Zee

Donderdag 21 mei / Hoensbroek

10.00 - 12.00 uur

Inloop bij Adelante Revalidatie

Zandbergsweg 111, 6432 CC Hoensbroek

Donderdag 25 juni / Amsterdam

10.00 - 12.00 uur

Inloop bij Reade Overtoom

Overtoom 283, 1054 HW Amsterdam

Donderdag 25 juni / Eindhoven

14.00 - 16.00 uur

Inloop bij Revant Revalidatiecentrum Lindenhof

's-Gravenpolderseweg 114a, 4462 RA Goes

Donderdag 25 juni / Eindhoven

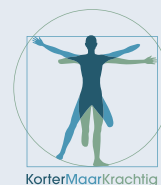
10:00 - 12:00 uur

Libra Revalidatie Eindhoven (Blixembosch)

Toledolaan 2, 5629 CC Eindhoven

Vrijwilligers
MAKEN HET VERSCHIL!

Contact !



Postadres:
Kort(er)MaarKrchtig
Postbus 9
3800 AA Nijkerk
Telefoon: 085 666 21 22

Bestuur

Voorzitter: [Albert Velhuis](#)
voorzitter@kortermaarkrchtig.com

Penningmeester: [Maaïke Vogels](#)
penningmeester@kortermaarkrchtig.com

Aspirant-secretaris: [Patrícia van der Voort](#)
secretaris@kortermaarkrchtig.com

Bestuursleden algemeen

[Sepholine Loman](#)
sepholineloman@kortermaarkrchtig.com

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

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

[Nicolaas Bessels](#)
nicolaasbessels@kortermaarkrchtig.com

[Ben Messelink](#)
benmesselink@kortermaarkrchtig.com

[Ton van der Giessen](#), aspirant tweede penningmeester
tonvandergiessen@kortermaarkrchtig.com

Vrijwilligerscoördinatoren

[Aart Piet Box \(Noord-Nederland\)](#)
aartpietbox@kortermaarkrchtig.com

[Ben Messelink \(Zuid-Nederland\)](#)
benmesselink@kortermaarkrchtig.com

[Erica de Graaf \(armen en handen\)](#)
ericadegraaf@kortermaarkrchtig.com

Communicatie

[Caroline van Daatselaar](#)
carolinevandaatselaar@kortermaarkrchtig.com

Ledenadministratie

secretariaat@kortermaarkrchtig.com

Verzendhuis KMK (brochures, folders, magazines)

[Heleen van Daalen](#)
085 666 21 22
folders@kortermaarkrchtig.com

Website en social media

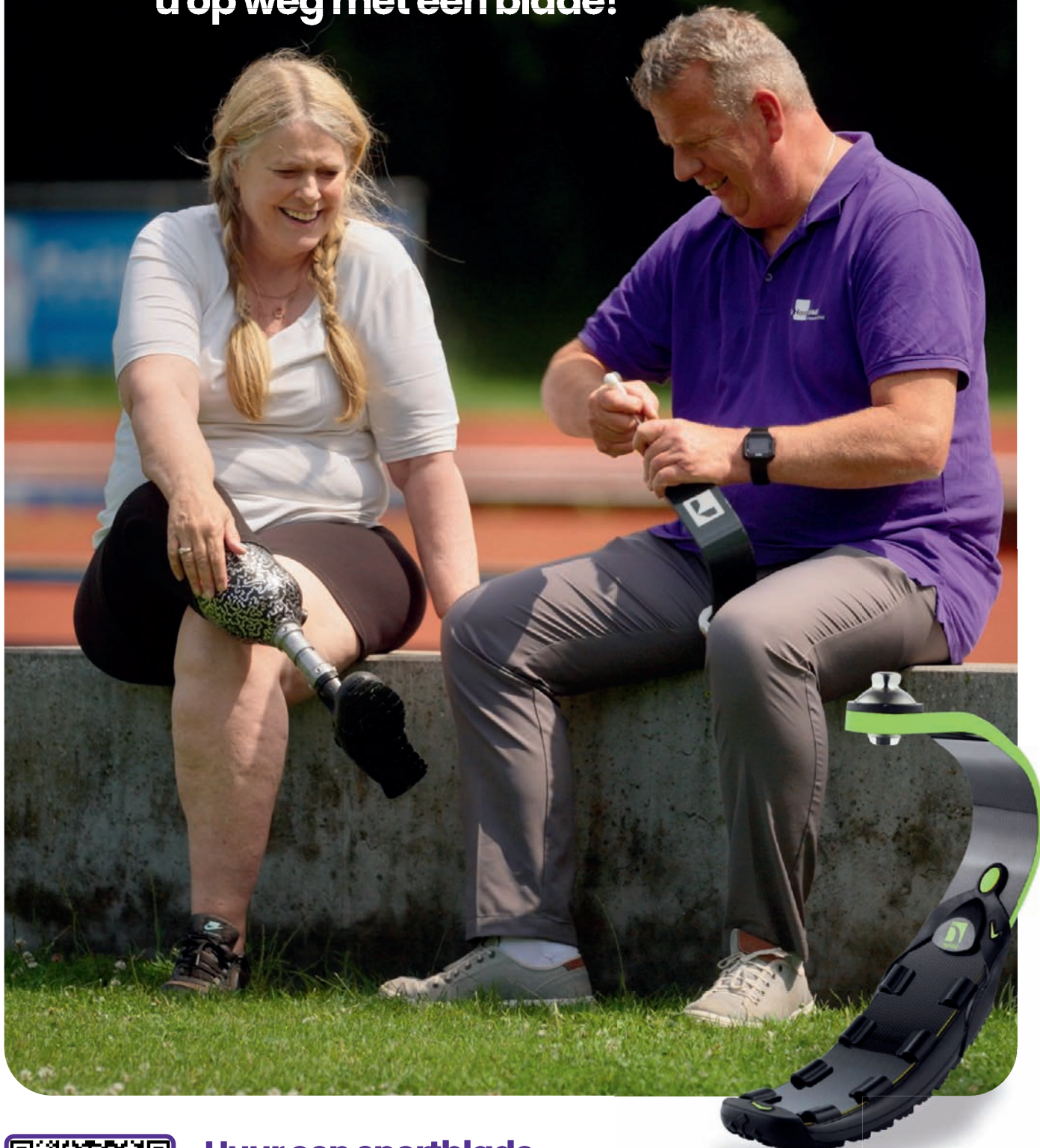
- ▶ www.kortermaarkrchtig.com
- ▶ www.nadeamputatie.nl
- ▶ Websitecolumnist: [Hein van der Zande](#)
- ▶ Facebook: <https://www.facebook.com/p/Korter-Maar-Krchtig-100057684608512>
- ▶ facebookbeheer@kortermaarkrchtig.com
- ▶ @LedeMaatjes (Instagram)
- ▶ www.linkedin.com/in/vereniging-kortermaarkrchtig-2651a2204/
- ▶ X.com/Kortermaark (Twitter)

Redactie 'Kort & Krchtig'

[Harry Dietz](#), [Rosanne Faber](#), [Caroline van den Kommer](#),
[Annelies van Lonkhuyzen](#), [Christiaan Bruil](#) en [Hannah Kakkar](#)
redactie@kortermaarkrchtig.com
06 2211 1485

Banknummer (IBAN)
NL37 ABNA 0433 6813 65

“ **Onze beweegtrainer helpt u op weg met een blade!**



Huur een sportblade

Tennissen, hardlopen, korfballen of een andere sport met uw beenprothese? Probeer eens een blade en ontdek uw mogelijkheden! Wij helpen u er graag bij.

De Hoogstraat
Orthopedietechniek



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.

Goede zorg

Wie een vinger verliest, verliest meer dan een stukje lichaam. Dat blijkt uit de verhalen van mensen die een gedeeltelijke hand- of vingerprothese gebruiken. We denken vaak dat een prothese een soort technologische belofte is: je krijgt iets terug dat je kwijt was. Een nieuw begin, een hulpmiddel dat je weer 'heel' maakt. Maar de werkelijkheid blijkt weerbarstiger. Dit bleek uit een onderzoek dat een medisch student uitvoerde. Zij interviewde tien mensen met een vingeramputatie of een amputatie van een deel van de hand, die ervaringen hadden met een prothese.

Harnas

De amputatie had invloed op lichamelijke functies, zoals krachtverlies, pijn en overgevoeligheid. Tweehandige taken en fijne motoriek bleven lastig, ook met een prothese. Werk en hobby's konden meestal wel worden uitgevoerd, soms met aanpassingen. Reacties uit de omgeving varieerden, maar steun was belangrijk. De één droeg zijn prothese als een soort harnas: bescherming tegen stoten, kou en nieuwsgierige blikken. De ander liet hem liever in de kast liggen, omdat hij vooral in de weg zat. Tevredenheid hing af van comfort, uiterlijk, werking, kosten en de kwaliteit van de zorg.

Verwachtingen

Wat ook duidelijk werd uit dit onderzoek is hoe bepalend verwachtingen zijn. Veel mensen hoopten op meer: meer grip, meer gemak, meer normaliteit. Maar een prothese kan niet wat je normale hand kan. Een prothese kan helpen bij koken, soms bij werk, soms bij zelfvertrouwen. Maar hij kan ook confronteren, knellen of simpelweg teleurstellen.

Uitleg

Misschien is dat wel de kern: een prothese is geen wondermiddel, maar een hulpmiddel. Goede zorg begint daarom bij goede uitleg en informatie. Deze uitleg moet het niet mooier maken dan het is. Goede zorg is samen zoeken naar wat iemand écht nodig heeft - en soms is dat geen prothese, maar een hulpmiddel of zelfs een heel andere manier om verder te gaan.

PROF. DR. CORRY VAN DER SLUIS, REVALIDATIEARTS UMCG



Dr. Ruud Leijendekkers is fysiotherapeut en associate professor amputatierevalidatie in het Radboudumc in Nijmegen. Zijn werkterrein is de revalidatie van mensen met een beenamputatie, zowel met kokerprothesen als met botverankerde prothesen. Daarnaast houdt hij zich ook bezig met onderzoek, onderwijs en beleidsmatige zaken die betrekking hebben op beenamputatie en prothesezorg in binnen- en buitenland.

Prothese-uitlijning

Een beenprothese bestaat uit verschillende onderdelen. Een voet, knie, verbindingstukken (zoals een buis) en een prothesekoker of osseointegratie-connector. Welke onderdelen er precies nodig zijn hangt uiteraard af van het niveau van de amputatie en van het type prothese (een kokerprothese of een botverankerde prothese). De positionering van de onderdelen ten opzichte van elkaar wordt bepaald door de uitlijning van de prothese. Deze uitlijning beïnvloedt hoe externe krachten worden overgedragen op het lichaam. Zoals iedere prothesegebruiker zal herkennen, kan een minder goede uitlijning leiden tot stompproblemen, maar ook pijnklachten geven in hoger gelegen gewrichten.

Methodiek

De zoektocht naar de meest optimale uitlijning kent drie fases: de bankuitlijning, de statische uitlijning en de dynamische uitlijning. De bankuitlijning vindt plaats op de werkbank van de orthopedisch technoloog. Via een objectieve methodiek met een laserapparaat worden de protheseonderdelen ten opzichte van elkaar gepositioneerd. In fase 2 en 3 draagt de gebruiker de prothese en wordt de uitlijning in stand (statisch) en tijdens het lopen (dynamisch) geëvalueerd door het revalidatieteam. Deze twee fases zijn minder objectief. Doordat de gebruiker onderdeel wordt van het totaalplaatje is het de vraag of er een *one-size-fits-all*-uitlijning nagestreefd dient te worden om tot een optimale uitlijning te komen. Daarnaast is er veel variatie in de meetmethodieken en de apparatuur die men gebruikt.

Onderzoek

Een veelgebruikt apparaat voor de statische uitlijning is de L.A.S.A.R. Posture. Door dit apparaat worden de externe krachten die op het lichaam werken zichtbaar. Dit is erg zinvol om overbelasting te voorkomen of op te lossen. Maar: recent onderzoek laat zien dat het apparaat gevoelig is voor meetfouten, wat de klinische toepasbaarheid beperkt. Daarnaast blijkt dat de statische uitlijning slechts beperkt de krachten op het prothesebeen tijdens het lopen kan voorspellen. Dit pleit voor de ontwikkeling van objectieve methodieken om de dynamische uitlijning te evalueren. Hoewel metingen in het looplaboratorium dit probleem deels kunnen tackelen, zijn deze metingen niet praktisch genoeg voor de dagelijkse praktijk. Er is dus werk aan de winkel!

DR. RUUD LEIJENDEKKERS, RADBOUDUMC

AI bereikt ook de prothese

Kunstmatige intelligentie - artificial intelligence of AI - is voortdurend in het nieuws. Logisch, want omdat de lerende AI-systemen steeds meer informatie krijgen kunnen ze ook steeds meer. Inmiddels heeft AI ook de prothesiologie bereikt. In de twee volgende artikelen bespreken we twee vernieuwende toepassingen.

Eenvoudiger besturing van handprothesen

In december werden de resultaten gepubliceerd van een onderzoek dat is gedaan aan de Universiteit van Utah in Salt Lake City (USA). Het onderzoeksteam ontwikkelde een bionische prothesehand die AI gebruikt om gemakkelijker dingen te kunnen pakken.

AI vele jaren wordt gewerkt aan de ontwikkeling van bionische prothesehanden. In zo'n prothese zitten sensoren die spierbewegingen in de stomp detecteren, die vervolgens worden vertaald naar een beweging van de hand. Op die manier kan de prothesegebruiker verschillende soorten grepen nabootsen. Dat klinkt

gemakkelijker dan het is, want het aansturen van zo'n bionische hand is in de praktijk juist erg moeilijk. Gebruikers moeten heel precies bepaalde spieren aanspannen en ze moeten vaak per vinger nadenken over hoe deze moet staan om een voorwerp te kunnen oppakken. Het creëren van een goede greep is daardoor erg ingewikkeld. Dit is

de reden dat veel bionische handen in de kast belanden.

Vingertoppen met sensoren

Het Amerikaanse onderzoeksteam wilde AI gebruiken om het bedienen van een bionische prothesehand te vergemakkelijken. Als eerste stap gaven ze een bestaande bionische hand nieuwe vingertoppen met twee soorten sensoren: een sensor die druk voelt en een optische sensor die afstand kan meten. Door die laatste sensor neemt de hand het waar als er iets in de buurt is dat misschien opgepakt moet worden. Deze afstandssensor laat AI 'vooruitkijken' en voorspellen waar een object is. Hierdoor kan de hand de juiste greep voorbereiden. De druksensor zorgt vervolgens dat de greep stevig genoeg maar niet té stevig is.

Gedeelde controle

Voor het gebruik van de aangepaste prothesehand trainden de onderzoekers een AI-systeem, met behulp van informatie over goede grijphoudingen. Zo leerde het systeem hoe en wanneer je dingen op een goede manier kunt pakken. Daarbij wil je als prothesegebruiker wél de regie behouden; je wilt niet dat AI zelf dingen gaat pakken. Daarom gebruikten de onderzoekers een systeem van gedeelde controle. De gebruiker start de beweging, bijvoorbeeld door een spier aan te spannen, en AI verzorgt vervolgens die beweging. Dit lijkt veel meer op de natuurlijke manier van aansturen van de hand, waarbij je ook zonder nadenken dingen oppakt.

'Je wilt als gebruiker wél de regie houden'

Hoofdauteur van het genoemde artikel Marshall Trout (rechts) werkte met vier transradiale geamputeerden om te onderzoeken hoe AI autonoom een geavanceerde prothese zou kunnen aansturen. De door AI aangedreven prothese was in staat om intelligent samen te werken met de geamputeerden om de behendigheid te verbeteren en de prothese intuïtiever in gebruik te maken.



17

Resultaten

De AI-prothese werd getest bij vier mensen met een geamputeerde onderarm. Zij voerden allerlei handelingen uit, zoals het twee minuten vasthouden van een voorwerp zonder het te laten vallen of het oppakken en optillen van een beker, dus een drinkbeweging maken. Het bleek dat AI de precisie en veiligheid van de greep aanzienlijk verbeterde en de cognitieve belasting aanzienlijk verminderde. Taken werden sneller en betrouwbaarder uitgevoerd, ter-

wijl de inspanning voor de gebruiker afnam. Het onderzoek naar het gebruik van AI-prothesen zal verder worden voortgezet.

Lees ook het tweede artikel op pagina 18

ANNELIES VAN LONKHUYZEN

Het artikel over het onderzoek is gepubliceerd in het tijdschrift Nature Communications: www.nature.com/articles/s41467-025-65965-9. Ook op de website van de Utah University is een interessant artikel over dit project te lezen: 'Using AI, U Engineers Give a Bionic Hand a Mind of Its Own to Help with Dexterous Tasks' <https://www.ece.utah.edu/2025/12/10/>

Een passende koker voor beenprothesen

Dit najaar promoveerde Merel van der Stelt in Nijmegen op onderzoek waarbij AI is gebruikt om eenvoudiger goed passende 3D-geprinte kokers voor beenprothesen te kunnen maken.

Het is alweer jaren geleden dat Merel van der Stelt, technisch geneeskundige, voor het eerst afreisde naar Sierra Leone. Ze had een bericht gelezen van Lars Brouwers die daar in een streekziekenhuis werkte als traumachirurg en wel wat hulp kon gebruiken. Merel nam een 3D-scanner mee en in combinatie met de 3D-printer die er al stond, kon ze medische hulpmiddelen gaan printen. Samen met lokale prothesemakers maakte ze onder meer cosmetische armprothesen. Heel belangrijk, want in Sierra Leone heerst veel schaamte rond handicaps.

Mensen durven hun huis niet uit, doen niet mee in de samenleving en kunnen dus ook geen geld verdienen, worden vaak zelfs verstoten. Merel zag hoeveel verschil zo'n cosmetische prothese kan maken en wilde onderzoeken of ze ook functionele prothesen zouden kunnen printen voor het onderbeen. Dat zou nog meer mensen nog meer bewegingsvrijheid geven.

De kennis van prothesemakers

Na het nodige uitproberen lukte het om een beenprothese te printen die sterk genoeg was. De prothese was er dus en met de 3D-scanner konden ze ook goed de stomp in beeld brengen om een prothesekoker te maken. Maar voor het vertalen van zo'n scan naar een goed kokerontwerp dat geprint kan worden, is kennis nodig. Iris Sterkenburg, als technisch geneeskundige verbonden aan het 3D





Lab van het Radboudumc en betrokken bij het project, vertelt waarom ze terechtkwamen bij AI als oplossing: 'De pasvorm van de prothesekoker bepaalt hoe comfortabel en functioneel de prothese is. Om die pasvorm goed te krijgen, is specialistische kennis nodig: je moet op bepaalde gebieden druk geven of juist verlichten, je hebt te maken met een trimlijn (de vorm van de rand), enzovoort. Nederlandse prothesemakers leren dit in hun opleiding, maar in een groot deel van de wereld ontbreekt die kennis. Daarom zijn we bij Nederlandse prothesebedrijven data gaan verzamelen: 3D-scans van stompen met het bijbehorende prothesekoker-model. Met die data hebben we een AI-algoritme getraind, dat daarna zelfstandig nieuwe ontwerpen kon maken. Op die manier hebben we de kennis van Nederlandse prothesemakers eigenlijk aan AI doorgegeven.'

Enorme impact

Het team vergeleek de ontwerpen van hun AI-software met die van prothesemakers. En toen bleek dat het systeem al heel goed presteerde, zijn ze het gaan toepassen in Sierra Leone. 'Daar kunnen de lokale prothesemakers er goed mee werken. Eerst maken ze een scan van de stomp, een paar minuten later presenteert de computer een prothesekokerontwerp, een paar uur later staat de koker klaar in de printer en na twee weken revalideren loopt de

patiënt het ziekenhuis uit. Zo zijn er al tientallen mensen geholpen, en met een enorme impact. Mensen kunnen nu wél weer werken, kunnen wél weer meedoen. Een prothese verandert hun leven. Die verandering willen we op meer plaatsen mogelijk maken via de Stichting 3D Printing in Developing Countries. Met 3D-technologie en AI kunnen we mensen zo veel meer zelfstandigheid geven.'

Aanvulling

Maar ook in rijke landen zoals Nederland kan hun AI-software voor verbetering zorgen, zegt Iris.

'Als je drie prothesemakers vraagt om voor dezelfde persoon een prothesekoker te maken, zullen die er alle drie anders uitzien. Met behulp van onze software kun je een consistentere uitkomst krijgen. Daarbij geldt dat AI een aanvulling is: de software doet een voorstel en de prothesemaker kan daar naar eigen inzicht gebruik van maken. En omdat je minder tijd kwijt bent aan het ontwerpen en maken van de koker, kun je meer tijd besteden aan andere zaken, zoals de moeilijker gevallen. Dus het is ook efficiënter.'

*'Mensen kunnen
nu wél weer
meedoen'*

ANNELIES VAN LONKHUYZEN

Informatie over stichting 3D Printing in Developing Countries:
www.3dsierraleone.com.

Sporten op maat met een korte arm

In het verleden werden armprothesen voornamelijk voorgeschreven voor dagelijkse activiteiten in het huishouden en voor persoonlijke verzorging, werk of hobby's. Specifieke sportprothesen werden nauwelijks gemaakt.

Door de jaren heen zijn binnen het Expertisecentrum arm en hand van De Hoogstraat in Utrecht unieke sporthulpmiddelen voor revalidanten ontwikkeld. De Hoogstraat Orthopedietechniek werkt daarbij nauw samen met De Hoogstraat Revalidatie. In dit artikel vertelt instrumentmaker Femke de Backer welke mogelijkheden er zijn.

Sportvragen

Binnen De Hoogstraat werken wij vraaggericht en in *stepped care*. Dat betekent dat wij samen met de revalidant kijken wat de hulpvraag is en vervolgens stap voor stap bekijken wat er nodig is.

Voorbeelden van sportvragen

- ▶ Ik zou graag beide armen willen trainen.
- ▶ Ik heb lichamelijke klachten, zou meer sporten helpen?
- ▶ Ik wil fitter zijn.
- ▶ Ik heb problemen met mijn balans.
- ▶ Ik zou graag willen weten welke sporten voor mij mogelijk zijn.
- ▶ Ik zou graag met mijn vrienden naar de sportschool gaan om te kunnen trainen.
- ▶ Ik voel mij onzeker over mijn lichaam.

De oplossing kan bestaan uit sporten met instructies van een gespecialiseerde fysiotherapeut, het gebruik van ondersteunende banden en/of het aanmeten van een armprothese waarmee je kunt sporten.

Ondersteunende banden en andere sportaanpassingen

Bij De Hoogstraat Revalidatietechniek kunnen ondersteunende banden of braces aangepast of op maat gemaakt worden. Het voordeel van ondersteunende banden ten opzichte van het gebruik van een prothese is het gemak van het aan- en uitdoen

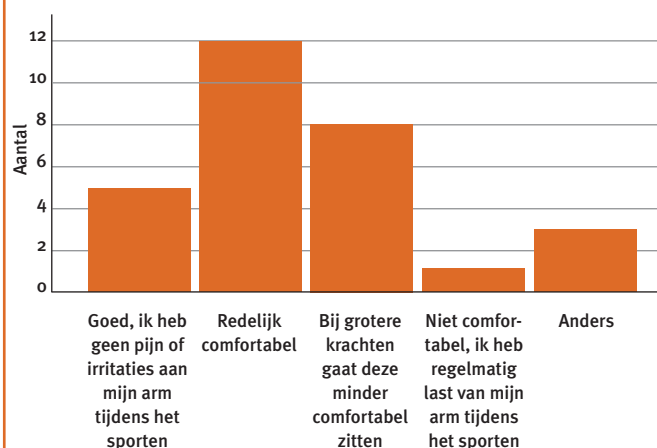
van de banden en comfort tijdens sporten. Ook kunnen meerdere andere hulpmiddelen vanuit de behandeling worden vergoed. Vraag dit wel altijd even na bij uw eigen verzekering. Er zijn namelijk ook veel andere mogelijkheden om te kunnen sporten zonder gebruik te maken van een prothese. U kunt denken aan aangepaste rackets, hockeysticks, bokshandschoenen, peddels en skistokken.

Prothese met diverse hulpstukken

Een prothese kan in plaats van of naast de ondersteunende banden gebruikt worden. Voordeel van het gebruik van een prothese is dat je een duwbeweging kunt maken. Ook kan het aantal spiergroepen dat je kunt trainen uitgebreid worden door diverse hulpstukken aan de prothese te koppelen. U kunt denken aan een bol voor opdrukken, een open haak om mee te trekken en te tillen, een sluitbare haak om dumbbells mee te tillen of duw- en trekbewegingen mee te maken.

Een sportprothese is een statische prothese. Er kunnen ook hulpstukken aangeklikt worden die functioneel zijn voor het dagelijks leven. Denk aan hulpmiddelen voor koken, huishouden, hobby's en werk. De ergotherapeuten bekijken samen met u welke hulpmiddelen u nodig hebt in het dagelijks leven. De Hoogstraat Revalidatietechniek maakt in overleg met u, de ergotherapeut, fysiotherapeut en orthopedisch instrumentmaker een zo breed mogelijk in te zetten prothese.

De fitting van mijn prothese is ...





1



2



3



4



5



6



7



8

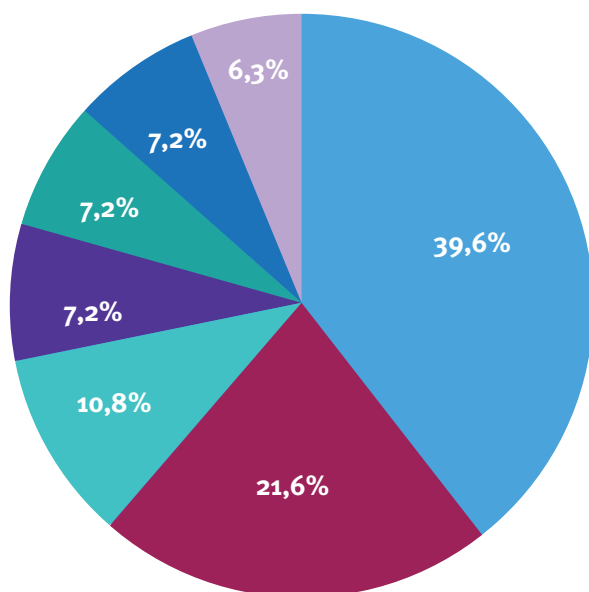
1. Ondersteunende band voor fitness
2. Aangepast tafeltennisbatje
3. Op maat gemaakte brace voor fitness
4. Bol voor opdrukken
5. Sluitbare haak voor dumbbells
6. Haak voor roeiapparaat
7. Koker op maat voor bankdrukken
8. Hulpstukken voor sport en ADL



Alexander: 'Mijn prothese is mijn arm in een andere vorm. Ik kan er heel veel mee, zelfs push-ups en boksen! Ik wil iedereen die een arm of been mist motiveren om positief het proces door te gaan. Blijf alles proberen, maak jezelf blij. Dat is heel belangrijk voor een goed herstel!'

Gebruik van sporthulpmiddelen

Percentages van gebruik van verschillende sporthulpmiddelen die aan een prothese kunnen worden bevestigd. Armprothesegebruikers hebben vaak ook een combinatie van deze hulpmiddelen.



Multi-D (van TRS)



Afsteunbol



C-haak



Fitnesshaak



Free lock haak



Fietshaak

Anders

Kokerontwerp

Voor mij als instrumentmaker is het een enorm leuke uitdaging om een goed passende koker te maken voor een sportprothese. De krachten op een sportprothese zijn vaak groter dan op een prothese voor algemeen gebruik. Tijdens het sporten wordt ook flink gezweet, wat ervoor kan zorgen dat de koker afglijdt. Bij iedere korte arm kijken wij opnieuw hoe de koker aan de arm gepast kan worden en welk materiaal het meest geschikt is.

Doorontwikkelen

Omdat ik een toename zag in de vraag naar sportprothesen voor recreatieve sporten en er weinig bekend is over dit onderwerp, hebben wij zelf onderzoek gedaan met behulp van dossiers en vragenlijsten. Er is bij 68 mensen dossieronderzoek gedaan en 27 mensen hebben tot nu toe de vragenlijst ingevuld. Hieruit blijkt dat de gebruikers gemiddeld positief zijn over hun sportprothese en ook dat zij merken dat bij grotere krachten en zweten de koker niet altijd blijft zitten. Reden voor ons om de armsportprothesen te blijven doorontwikkelen!

Vergoeding sportprothese

De vergoeding van een sportprothese is niet vanzelfsprekend. In de praktijk merk ik dat er wel steeds meer mogelijkheden komen voor vergoeding. Ook zorgverzekeraars staan er meer voor open. Doordat wij binnen De Hoogstraat veel mogelijkheden hebben om banden en hulpmiddelen te maken en omdat wij altijd breder kijken dan alleen sport en transparant zijn naar de zorgverzekeraar, denk ik dat we u altijd iets kunnen bieden om lekker te kunnen (blijven) bewegen.

Het is goed om te weten dat er bij iedereen die iets mist aan een arm of hand altijd manieren gevonden kunnen worden om sporten mogelijk te maken, of het nu gaat om een deel van de hand, de onderarm of de bovenarm, zowel bij kinderen als bij volwassenen.

FEMKE DE BACKER
INSTRUMENTMAKER DE HOOGSTRAAT ORTHOPEDIETECHNIEK

Nieuwsgierig geworden? Neem contact op via f.d.backer@dehoogstraat.nl of kom naar de Nederlandse Prothesedagen in het Aviodrome op 28 maart 2026.

De rol van beweging

na een beenamputatie door vaatproblemen

Vanuit de afdeling Revalidatiegeneeskunde van het Universitair Medisch Centrum Groningen en Hanze University of Applied Sciences onderzoeken wij de rol van voeding én beweging tijdens de revalidatie van mensen die een beenamputatie hebben ondergaan door vaatproblemen.

In een eerdere editie van 'Kort&Krachtig!' (maart 2025) schreven wij al dat ondervoeding bij deze groep vaak voorkomt en dat dit samenhangt met de kwaliteit van leven en de mobiliteit na een amputatie. Maar naast voeding speelt ook beweging een belangrijke rol in het herstel. Bewegen is goed voor de spieren, de doorbloeding en de algehele gezondheid. Hoeveel wordt er eigenlijk bewogen na een amputatie? En is er een verband tussen beweging en het herstel?

Onderzoek

Om antwoord te krijgen op deze vragen volgden wij 81 mensen met een beenamputatie door vaatproblemen. We bekeken hoe actief zij waren op vier momenten: enkele dagen na de amputatie, vijf weken later, na zes maanden en na negen maanden. De deelnemers vulden een vragenlijst in over beweging in het

dagelijks leven, zoals tijdens woon-werkverkeer, activiteiten op het werk, huishoudelijke taken, vrije tijd en sport. Uit het onderzoek blijkt dat de hoeveelheid beweging toeneemt na de amputatie. Mensen geven daarnaast aan dat zij dit bewegen vaak als matig tot zwaar intensief ervaren. Een belangrijke bevinding is dat mensen die meer bewegen een hogere kans op overleving hebben, een hogere kwaliteit van leven ervaren en minder vaak problemen met de wondgenezing hebben na de amputatie. Een mogelijke uitleg hiervoor is dat beweging de doorbloeding verbetert. Bewegen kan er ook voor zorgen dat mensen meer zelf kunnen doen en zich beter voelen.

Voorzichtige interpretatie

We moeten wel voorzichtig zijn met het interpreteren van de resultaten. Het onderzoek laat zien dat er een verband is tussen meer bewegen en beter herstel, maar het bewijst niet dat bewegen ook echt een beter herstel veroorzaakt. Het kan ook zo zijn dat mensen die zich beter voelen automatisch meer gaan bewegen. Toch laten de resultaten zien dat beweging een belangrijk onderdeel kan zijn van het herstel na een amputatie.

Mocht u vragen hebben over bewegen, bespreek deze dan vooral met uw behandelend arts, fysiotherapeut of revalidatieteam. Zij kunnen samen met u kijken naar een manier van bewegen die past bij uw situatie en die u kan helpen om stap voor stap vooruit te komen in uw herstel.

ANIEK M. KOLEN, MSC (UMCG), PROF. DR. RIENK DEKKER (UMCG),
PROF. DR. HARRIËT JAGER-WITTENNAAR (HANZE), DR. LEONIE A. KROPS (UMCG),
PROF. DR. JAN H.B. GEERTZEN (UMCG)



Ervaring met de Adam's Hand Prothese – Samantha's verhaal

"Na tien jaar ervaring met handprothesen wist ik precies wat ik zocht: eenvoud, functionaliteit en een natuurlijk uiterlijk. De Adam's Hand heeft al mijn verwachtingen overtroffen."

Vanaf het eerste moment dat ik de Adam's Hand prothese testte, voelde ik het verschil. De bediening is extreem eenvoudig, de grijpkracht is zoals je zou willen en het uiterlijk is zo natuurgetrouw dat het nauwelijks opvalt. Wat mij direct opviel, is hoe de meebewegende, flexibele vingers dagelijkse handelingen vergemakkelijken. Het aantrekken van een jas, bijvoorbeeld, gaat moeiteloos.

Wat de Adam's Hand echt uniek maakt, is de duimfunctie met drie standen. Bij andere prothesen ben je beperkt tot slechts twee posities, maar deze extra stand geeft zoveel meer gripmogelijkheden. Daarnaast past de duim en vingers zich automatisch aan het object aan, wat het gebruik nog natuurlijker maakt.

Eenvoud in bediening is voor mij een doorslaggevende factor. Bij veel prothesen moet je verschillende handelingen uitvoeren om van grip te wisselen, maar met de Adam's Hand gaat dat vrijwel vanzelf. Dit betekent dat ik sneller en gemakkelijker dagelijkse taken kan uitvoeren.

Wat voor mij echter het meest bijzondere is, is dat deze hand mij niet alleen fysieke functionaliteit teruggeeft, maar ook een stukje zelfvertrouwen. Voor het eerst in jaren voel ik me weer vrij om te praten met handgebaren, iets wat voor veel mensen vanzelfsprekend is, maar voor mij lange tijd niet meer mogelijk was. Het voelt met de Adam Hand natuurlijk, alsof mijn expressie weer compleet is. Dat maakt niet alleen het communiceren makkelijker, maar ook de manier waarop ik mezelf ervaar.

Door de jaren heen heb ik verschillende prothesen geprobeerd. Experts vertelden altijd dat een écht functionele en veelzijdige handprothese lastig te realiseren was zonder dat deze extreem duur en ingewikkeld werd. Maar de Adam's Hand bewijst dat het wél mogelijk is.

Waarom zou ik de Adam's Hand aanraden?

- ✓ Eenvoudige bediening– geen ingewikkelde instellingen
- ✓ Natuurgetrouw uiterlijk– oogt en voelt als een echte hand
- ✓ Veelzijdige mogelijkheden– meerdere grepen en een flexibele duimfunctie
- ✓ Betaalbaarder dan andere high-tech prothesen
- ✓ Geeft vertrouwen en vrijheid– zelfs handgebaren voelen weer natuurlijk aan

"Met de Adam's Hand voel ik me vrij. Het is niet zomaar een prothese, het is een verlengstuk van mijn eigen mogelijkheden. Dit is de toekomst."



BIONIT LABS®
TURNING DISABILITIES INTO NEW POSSIBILITIES



Beweegdag 12 april



Op zondag 12 april 2026 organiseren De Hoogstraat Orthopedietechniek, Rijndam Orthopedietechniek en Protec de Beweegdag 2026 op de Maarschalkerweerd (U-Track) in Utrecht. Een sportieve en gezellige dag van 10:00 tot 15:30 uur voor iedereen met een prothese of

orthese. Er zijn clinics en inloopmomenten, zodat u kunt kijken, meedoen en ontdekken wat bij u past. Denk aan framerunning, blade- en looptraining, golf, vr-tennis, rolstoelbasketbal en meer!

Aanmelden: beweegdag@dehoogstraat.nl.

Vermeld uw naam en met hoeveel personen u komt.

Familie en vrienden zijn ook welkom. Meer informatie:

<https://lnq.com/83o7k>

Veiliger lopen met krukken rond het zwembad

Zes eerstejaarsstudenten van de opleiding Mens en Techniek aan Fontys Hogeschool Eindhoven kregen de opdracht om een hulpmiddel te ontwerpen. Zij kwamen in contact met Siebe Doop, oud-bestuurslid van KorterMaarKrachtig en beenprothesegebruiker. Siebe vertelde de studenten dat hij graag weer naar het zwembad zou willen gaan, maar regelmatig bang was om te vallen.



Rond het zwembad is de vloer vaak glad, wat het gebruik van krukken extra risicovol maakt. De onzekerheid die daarmee gepaard gaat is ook niet bevorderlijk voor de stabiliteit. Om dit probleem aan te pakken hebben de studenten een kruk-dop voor een elleboogkruk ontwikkeld die eenvoudig kan worden bevestigd. De dop zorgt voor meer grip op natte oppervlakken en maakt het gebruik van krukken rond het zwembad een stuk veiliger.

Met dit ontwerp hopen de studenten dat mensen die gebruikmaken van krukken zich zekerder voelen en met meer vertrouwen kunnen bewegen in een natte omgeving.

KOEN SAUREN, JOOST VENNEMA, JOËS SCHELL,
TESSA VAN LOON, NICK THORN EN KIM ALBERTS

Jeugdlintje!



Benjamin heeft pasgeleden een jeugdlintje ontvangen van de burgemeester van Deventer. Dit is een onderscheiding voor kinderen die iets bijzonders gedaan hebben. Iemand heeft Benjamin hiervoor opgegeven, maar we weten niet wie dat gedaan heeft. Hij mocht naar het stadhuis komen, samen met nog drie andere kinderen die ook iets bijzonders gedaan hebben. Het was een serieuze bijeenkomst in een speciaal ingerichte zaal, met de burgemeester, andere belangrijke mensen van het gemeentehuis en de juryleden.

Toespraak

Benjamin werd naar voren geroepen en kreeg van de burgemeester een lange toespraak over dat hij andere kinderen met een handicap helpt met skateboarden. Hij heeft dit op meerdere plekken gedaan, met het Olympisch Stadion in Amsterdam als hoogtepunt. De burgemeester prees Benjamin voor zijn inspanningen voor kinderen met een handicap die ook gewoon willen bewegen en sporten. Benjamin doet dit samen met Stichting het Gehandicapte Kind en de Bubbel Brigade. Samen kijken ze naar wat er verbeterd moet worden om kinderen met een handicap niet buiten de boot te laten vallen.

Medaille

Na de toespraak kreeg hij een enorm applaus en reikte de burgemeester de medaille uit. Er werden veel foto's gemaakt door aanwezigen en de krant. Benjamin was uiteraard ontzettend trots! Daarna mocht hij een skateboard-demo geven op het binnenplein van het gemeentehuis. Dat is een plek waar het normaal verboden is om met een skateboard te komen dus Benjamin vond dat fantastisch! In de week erna is hij nog door de Stentor geïnterviewd, werden foto's gemaakt en kwam zijn verhaal in een hoop kranten terecht.

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.

Gert Baan

‘Goede voorbeelden zijn goud’

Foto: Wilco van Dijen



Gert Baan mist sinds anderhalf jaar zijn hele rechterbeen en -heup.

Door goede voorbereiding lukte het hem om snel zijn leven weer

op te pakken. Hij maakte daarbij dankbaar gebruik van tips en

adviezen van anderen in dezelfde situatie. En als echte 'technaut'

vindt hij niets leuker dan het bedenken van slimme aanpassingen.

Wat was de aanleiding voor de amputatie?

Ik kreeg zes jaar geleden synoviale chronomatose in mijn rechter heupgewricht. De vloeistof in de heupkop, het smeermiddel van het gewricht, is gaan lekken. En die heeft de eigenschap zichzelf te gaan delen en kraakbeen te vormen dat verhardt. Ik had daardoor veel pijn en blokkades bij bewegen. De eerste tijd werd dit weefsel regelmatig operatief verwijderd, maar het bleef terugkomen. Als er maar één druppel achterblijft, deelt het vanzelf weer verder. Het ontwikkelde zich tot chondrosarcoom graad 2, een vorm van kanker die niet reageert op bestraling of chemo. Vanaf dat moment kwam amputatie als optie in zicht. De arts raadde ons aan eerst nog een mooie reis te maken. We planden een reis naar Japan en in de aanloop vroeg ik hem om de kraakbeengroei nog één keer weg te halen. Toen bleek het overal te zitten met risico op uitzaaien naar de longen. De reis ging niet door en drie weken later - nu anderhalf jaar geleden - werden mijn rechterbeen en -heup geamputeerd.

Dat had dus best een lange aanloop...

Zeker, maar dat had ook een groot voordeel: ik kende al mensen met één been voor mijn amputatie. Via de basisschool waar mijn vrouw als leerkracht werkt, kwam ik in contact met Michael-Robbert Brans. En via mijn arts in het ziekenhuis kreeg ik contact met ervaringsdeskundige Ben Cornelis. Beiden mannen met één been die werken en een actief leven leiden. Ik zag aan hen dat dat dus kan. Dat voorbeeld is voor mij heel belangrijk geweest. En ze gaven me ook allerlei praktische tips en adviezen. Ben liet mij bijvoorbeeld zien hoe je met één been gaat zitten en hoe je met krukken de trap op en afdalt. Dat ben ik gelijk gaan trainen, al voordat mijn been werd geamputeerd. En Michael-Robbert had een mooie techniek om broekspijpen in te korten. Ook heel fijn, want ik wil er gewoon netjes uitzien en niet met zo'n hangende broekspijp rondlopen. Mijn advies aan anderen is: zoek mensen die hetzelfde hebben, zorg dat je iemand hebt die je laat zien hoe je dingen kunt doen.

Heb je nog andere voorbereidingen getroffen?

Ik ben gelijk begonnen mezelf aan te leren om in de auto met links te remmen en gas te geven. Mijn

gezin was daar niet zo blij mee, want doseren is in het begin best lastig... Ik kocht ook een racespel en samen met mijn zoon heb ik daar het gaspedaal van rechts naar links verplaatst. Door deze voorbereidingen had ik snel na de amputatie mijn rijbewijs terug. Het enige was dat ik in het begin bij de rijlessen iets te veel gas gaf; dat kwam door dat racespel.

Was je altijd al zo inventief?

Ja, ik ben programmeur en heb daarvoor elektronica gestudeerd. En ik vond het altijd al leuk om bijvoorbeeld mijn racefietsen zelf te bouwen. Dat komt mij nu goed van pas. Ik heb een rolstoel met aangepaste zitting nodig want mijn romp is nog niet sterk genoeg om goed te kunnen zitten. Maar in zo'n zitting zit je vast, en dat vind ik vervelend, want je zit nooit stil en het is ook goed om regelmatig de druk te verplaatsen. Dus ik ben nu bezig met een losse zitorthese die nog niemand heeft. Ik heb het geluk dat ik een orthesemaker heb die het ook leuk vindt om iets te maken wat niet standaard is. Op één of andere manier lukt het elke keer om dat soort mensen op mijn pad te krijgen.

Hoe is het voor je gezin en familie?

Ik heb het geluk dat mijn gezin me in alles steunt. Mijn vrouw doet ook veel van het praktische werk, zoals de boodschappen en de was. Als ik dat zelf moest doen was mijn energie al een heel deel weg en zou ik misschien niet kunnen werken. Voor mijn familie is het natuurlijk ook wennen. Zij willen me vaak ontzien en helpen. Goed bedoeld natuurlijk, maar niet nodig. Kort geleden is mijn moeder overleden. Bij het afscheid heb ik mijn rolstoel alleen tijdens de dienst gebruikt. Verder heb ik gestaan en gelopen met mijn krukken. Ik merkte dat mijn familie daardoor zag dat ik veel meer kan dan ze dachten. Ik sta sowieso liever als anderen dat ook doen. Als jij als enige zit moet je altijd omhoog kijken. Je kijkt altijd tegen de anderen op, waardoor het contact toch anders is.

Hoe gaat het op je werk?

Ik was IT-directeur bij een bedrijf dat garagedeuren en deuren voor industriegebouwen maakt. Die functie is op dit moment niet haalbaar naast alle tijd die ik nog kwijt ben aan revalidatie en het regelen van alle hulpmiddelen, dus ik ben nu projectleider bij hetzelfde bedrijf. Mijn collega's zien mij inmiddels niet meer als iemand met een beperking. En als we op het werk een probleem hebben zeg ik tegenwoordig: "Wij hebben geen probleem maar een leuke uitdaging. Als je problemen wilt zien ga je met mij mee naar het revalidatiecentrum, daar hebben mensen echte problemen." Wat dat betreft is mijn mindset helemaal veranderd.

*'Mijn
mindset is
helemaal
veranderd'*

Paspoort

- ▶ Wie: Gert Baan
- ▶ Leeftijd: 58 jaar
- ▶ Woont: in Zeewolde met zijn vrouw, zoon en dochter
- ▶ Werk: IT-projectleider
- ▶ Bijzonder: 1000° lid van KMK!

Hoe zit het met je energie?

Alles kost met één been meer energie, dus ik moet echt goed op mijn energiebalans letten. Daarbij heb ik vanaf het eerste moment last van fantoompijn. Als ik bezig ben heb ik er minder last van, maar 's avonds op de bank wordt het erger, dan moet ik echt steeds gaan verzitten. En ik rust elke middag een half uurtje, dat helpt. Ik heb soms wel een beetje last van bewijsdrang. Beide ervaringsgenoten hebben me daarvoor gewaarschuwd, dat je meer gaat doen dan je kunt. Daar heb je de volgende dag echt last van. Ik wéét van mezelf dat ik dat doe, maar je moet het dan ook nog in praktijk brengen...

Hoe gaat het lopen met prothese?

Mijn arts zei dat bij zo'n hoge amputatie een prothese bijna nooit lukt. Hij is ook best zwaar en onhandig, maar ik ben er toch blij mee. Ik gebruik hem bijvoorbeeld bij het schoffelen in de tuin en ook grasmaaien doe ik met prothese. Eigenlijk zou ik graag met m'n zoon willen gaan golfen, maar dan moet ik eerst nog meer balans hebben. De looptraining bij De Hoogstraat met Frank Dik is goud. Hij laat je dingen doen die je dacht dat je niet kon: grotere stappen nemen, verder lopen of lopen met één kruk. Daardoor zie je steeds dat je meer kunt dan je dacht. Ik heb wel het geluk dat ik sportief ben, dat ik graag train. Ik heb altijd hardgelopen en gefietst. Fietsen doe ik nu met een aangepaste ligfiets en in juni doe ik mee aan de HandbikeBattle in Oostenrijk.

Hoe gaat het nu met je?

Vorige week kreeg ik de uitslag van een MRI en longfoto's en die waren schoon. Ik word om de zes maanden gecontroleerd en dat blijft elke keer wel even lastig. Maar ergens is de amputatie ook een opluchting. Je wilt die tumoren gewoon kwijt, dat hoort niet in je lichaam. Ik ervaar mijzelf niet als beperkt terwijl ik het wél ben. Ik kan heel veel dingen opnoemen die ik niet meer kan, maar ik kijk liever naar wat ik wel kan. Dat zit in je, dat kan je niet leren. Natuurlijk heb ik ook weleens momenten dat ik ervan baal, bijvoorbeeld als ik even koffie wil pakken. Dan moet ik eerst de rolstoel pakken want met een kopje en krukken lopen gaat (nog)

'Alles kost met één been meer energie'

Foto: Wilco van Dijen



29

niet. Het scheelt ook dat ik al 58 ben. Wandelen in de bergen doe ik bijvoorbeeld niet meer, dat is zo'n energievreter. Als ik twintig was had ik dat nog wel gewild. Maar ik heb al zoveel kunnen doen in mijn leven. Nu ben ik vooral blij dat ik alles zelf kan. Ik kan de trap op, ik kan autorijden, ik kan werken en dat vind ik fantastisch.

Hebt u vragen voor Gert? Mail hem gerust: gert.baan@outlook.com

ROSANNE FABER

Maak je wereld groter

BADAL^x

OTN Implants

BADAL X is een permanent fixatiesysteem om een prothese direct aan het bot in de stomp van een geamputeerd ledemaat te bevestigen.

Studies hebben aangetoond dat het gebruik van het BADAL X-systeem de draagtijd van de prothese significant vergroot. Gebruikers geven aan dat de kwaliteit van hun leven enorm vooruit gaat. Lopen kost veel minder energie en in veel gevallen is ook zitten een stuk conformabeler.

*meer informatie op
www.otnimplants.nl
of vraag je behandelend medisch
specialist.*

Orthostore.nl is live, neem eens een kijkje!

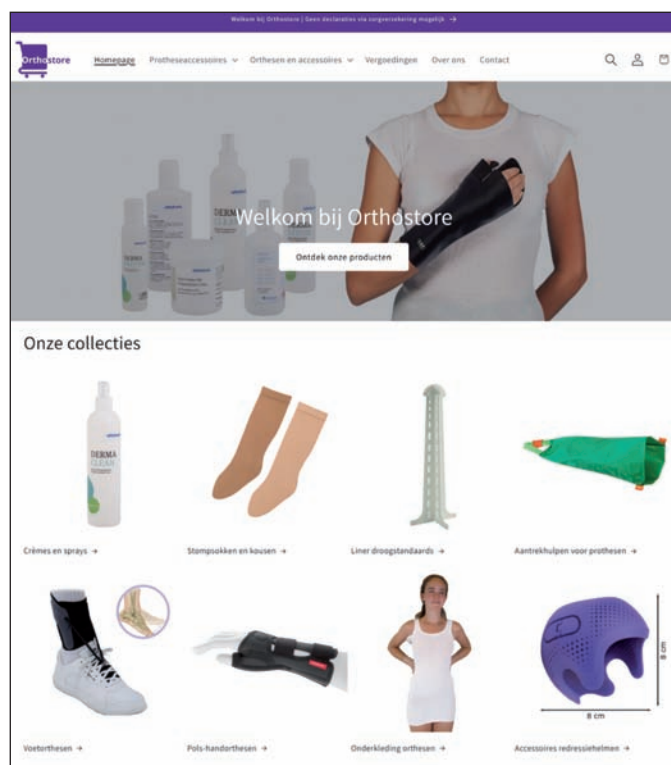


Eind vorig jaar is Orthostore gelanceerd. Dit is de nieuwe webshop van De Hoogstraat Orthopedietechniek, Rijndam Orthopedietechniek en Protec. Op de website van Ortho-

store vindt u een selectie orthopedische producten die u zelf kunt aanschaffen. Handig, want soms hebt u gewoon nét wat extra's nodig. Denk bijvoorbeeld aan stompsokken, een droogstandaard voor uw liner of crèmes en sprays om te gebruiken bij het aantrekken van uw prothese. Producten die u graag standaard in huis hebt of die u snel wilt kunnen bijbestellen, gewoon vanuit huis.

Webshop

Via Orthostore bestelt u eenvoudig wanneer het u uitkomt. De webshop is net open en breidt de komende tijd stap voor stap uit met nieuwe producten. Nieuwsgierig wat er al op staat? Neem eens een kijkje op www.orthostore.nl en ontdek het. Let op: de producten op Orthostore moet u zelf betalen. Orthostore dient geen declaraties in bij de zorgverzekeraar. Sommige producten worden mogelijk wel door een aantal zorgverzekeraars vergoed. Vraag dit na bij uw eigen zorgverzekering.



Overbelasting



Iedereen zal weten dat 11 september de datum is waarop in 2001 gruwelijke aanslagen zijn gepleegd in de Verenigde Staten. Sinds kort kleeft er voor mij nog een andere herinnering aan deze datum. Enthousiast als ik was dat het zo ongelooflijk goed ging sinds de osseointegratie, was ik lekker aan het wandelen geslagen. Na 37 jaar voornamelijk vaak ellende vanwege kokerproblemen en een lange revalidatieperiode, voelde mijn klikprothese, serieus, echt heel erg als mijn eigen been. En oh, wat genoot ik daarvan, onbeschrijfelijk!

Rondje west

Ik had wel vaker vanuit huis een 'rondje west' gelopen dat 2800 meter lang is, en ook weleens twee keer per week, met een paar dagen ertussen. Dat rondje liep ik dus op 8 september. Daags erna herhaalde ik het. En de dag dáárna (ja, ik was wel wat moe en achteraf gezien was dat dus een signaal) kortte ik het rondje in naar 1500 meter. Net als de twee voorgaande dagen helemaal 'los'; geen kruk of stok, *just me, myself and I*.

Foute boel

Op 11 september werd ik wakker. Van de pijn. Ongekend veel pijn. Intuïtief wist ik: dit is foute boel. En toch, zo eigenwijs (of misschien wel ronduit dom) als ik was, stapte ik, mét prothese aan, bij mijn vriendin in de auto die me naar de fietsenmaker bracht. Om vervolgens met mijn gerepareerde fiets zo'n negen kilometer naar huis te fietsen... Om een lang verhaal kort te maken: het heeft me bijna drie weken gekost om de prothese uiteindelijk tóch maar een paar weken in de kast te zetten. Zodat de stomp écht tot rust kon komen, wat kennelijk overduidelijk nodig was.

Echt, ik heb nog zóveel te leren. Verstand komt met de jaren, toch? Laten we daar maar op hopen dan!

HANNEKE MOOIJ



Handige Kids Middag

Op zaterdag 1 november vorig jaar waren we met de LedeMaatjes aanwezig bij de Handige Kids Middag op de polikliniek Vorm & Beweging in het UMC Groningen. Dit was een middag waar kinderen met een speciale arm en/of een speciaal been elkaar konden ontmoeten. Er werd fanatiek gesport in de sportzaal, er werden uitdagende spellen gespeeld, mooie mobielen geknutseld, gipsafdrukken gemaakt van alle bijzondere handen en armen, een arm of gezicht geschminkt en heerlijke cupcakes versierd. Ook was er een fietsparcours inclusief wipwap gemaakt midden in het ziekenhuis. Het parcours werd door verschillende kinderen afgelegd met hun eigen aangepaste fiets die ook nog versierd kon worden. Daarnaast waren er informatietafels met prothesen, hulpmiddelen en andere gadgets. Kortom: het was een zeer geslaagde middag!

MIRANDA VAN LIESHOUT





Het Magische Eftelingproject - slot

De afgelopen twee jaar hebben we in 'Kort&Krachtig!' uitgebreid stilgestaan bij het Magische Eftelingproject. Het doel van dit project was om een product te maken waarmee beenprothesegebruikers ook kunnen genieten van de achtbaan. Immers: zonder zo'n product mogen zij niet in achtbanen plaatsnemen, omdat er een kans is dat hun prothesebeen door de grote krachten loslaat.

Het is door een brede samenwerking van medewerkers van de Efteling, technici, een kinderrevalidatiearts, een student van de TU Delft én leden van de werkgroep Lede-Maatjes gelukt om in korte tijd een goed product te maken waardoor dit probleem is opgelost: de SafeStrap!

Alle artikelen over dit mooie project zijn gebundeld in een boekje met als titel Het Magische Eftelingproject. Bekijk dit digitale *flipbook* hier: <https://online.fliphtml5.com/rueer/hskx/>.

HARRY DIETZ

Het Magische Eftelingproject



Ook mensen met een beenprothese kunnen voortaan genieten van de achtbaan!

Net Als Jij: een vervolgproject

Een aantal jongeren die zijn geboren met een kort been of een beenamputatie hebben ondergaan nemen de komende twee jaar zélf het voortouw in het verbeteren van hun zorg. Onder de naam 'Implementatie Net Als Jij: voor en door jongeren' starten KorterMaarKrachtig en Rijndam Revalidatie een gezamenlijk project waarin jongeren en zorgverleners sámen bouwen aan betere zorg in de transitiefase: de overgang van kinderzorg naar volwassenenzorg.

'Jongeren weten uit eigen ervaring waar het wringt en wat helpt', zegt projectleider Cecilia Kalsbeek van KorterMaarKrachtig. 'We geven die ervaringskennis nu een vaste plek in hoe de zorg georganiseerd wordt. Dat maakt de zorg menselijker, begrijpelijker en toekomstbestendiger.'

Net Als Jij

Net Als Jij is een beweging van jongeren met een lichamelijke beperking die de zorg beter, transparanter, betekenisvoller en mensgerichter willen maken. Samen met patiëntenorganisaties, revalidatiecentra en zorgprofessionals ontwikkelen zij hulpmiddelen, trainingen en workshops rond transitie en eigen regie. Het project 'Implementatie Net Als Jij' is mogelijk gemaakt door een subsidie van ZonMw. De projectbegeleiding is in handen van Iris van Wijk (De Hoogstraat), Cecilia Kalsbeek en Harry Dietz. Meer weten? Kijk op www.netalsjij.nl of mail naar netalsjij@kortermaarkrchtig.com (Cecilia Kalsbeek).

Zorgpad voor de overstap naar volwassenenzorg

In het project wordt de succesvolle Net Als Jij-aanpak - die eerder is ontwikkeld met jongeren uit heel Nederland - verder uitgewerkt en toegepast binnen Rijndam Revalidatie. Jongeren begeleiden zorgteams tijdens de workshop De Transitieroute, waarin ze samen een concreet zorgpad ontwerpen voor de overstap naar de volwassenenzorg.

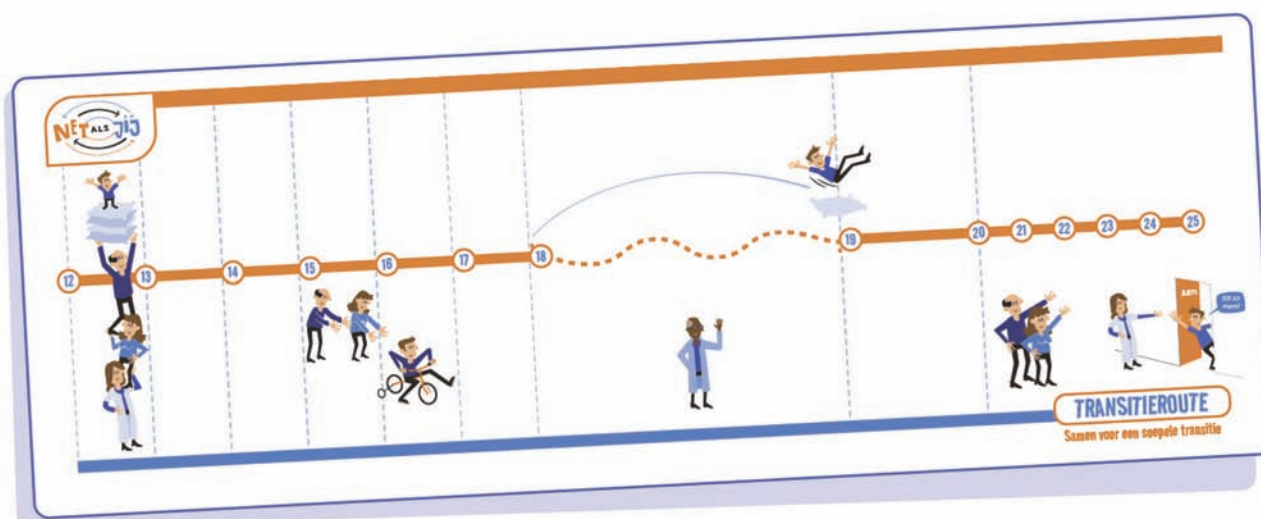
Ook Rijndam Revalidatie ziet dit als een belangrijke stap: 'De overgang naar de volwassenenzorg is een spannend moment in het leven van veel jongeren,' zegt Sandra Titulaer, revalidatiearts bij Rijndam. 'Door hun ervaring centraal te zetten, kunnen we onze begeleiding beter afstemmen en jongeren meer eigen regie geven.'

Leer- en VeranderKompas van Vilans

Het project loopt van november 2025 tot oktober 2027 en wordt uitgevoerd met gebruik van het Leer- en VeranderKompas van Vilans. Dit is een methodiek die helpt om vernieuwingen écht te verankeren in de praktijk. De jongeren die meedoen worden bovendien opgeleid tot peer-trainers, zodat zij - ook na afloop van het project - andere jongeren kunnen ondersteunen bij hun transitie.

'Het mooiste is dat we samen iets blijvends neerzetten', vertelt Noor van Lingen, één van de jongeren die meewerkt. 'We zorgen ervoor dat jongeren beter voorbereid zijn op hun toekomst.'

De opgedane kennis en materialen worden gedeeld via Net Als Jij, KorterMaarKrachtig en samenwerkingspartner CP Nederland, zodat ook andere revalidatiecentra ermee aan de slag kunnen.



Illustratie: Hjalmar Haagsman

Gezellige eerste borrelbijeenkomst



Zaterdag 1 november was het zover: de eerste informele borrel met de LedeMaten. Een erg geslaagde avond, het was zelfs zó gezellig dat we daarna ook nog even zijn gaan stappen! Ik kende de meeste mensen al van het zeilkamp dat elk jaar door LedeMaatjes wordt georganiseerd voor kinderen onder de 18 jaar. Ondanks dat dat voor mij alweer een hele tijd geleden is, voelde het vanaf moment één weer vertrouwd.

Begrip

We hebben uren gepraat over van alles en nog wat, maar natuurlijk ook over onze lichamelijke beperkingen. Het is bijzonder om te praten met mensen die echt begrijpen wat je bedoelt, omdat ze in hetzelfde schuitje zitten. Verder is het interessant om te horen hoe de rest tegen dezelfde problemen aanloopt als jij en hoe zij daarmee omgaan. Zo kun je veel van elkaar leren!

Luchtig

Tegelijkertijd was er ook veel ruimte voor luchtige gesprekken, en werden er juist ook veel grappen gemaakt over onze beperkingen. Omdat je elkaar zo goed begrijpt, hing er een open sfeer, waarin eigenlijk alles bespreekbaar was. Ik vind dit contact met lotgenoten heel waardevol en gezellig. Het is fijn om ervaringen met elkaar te delen en het is ook gewoon ontzettend leuk om elkaar weer te zien. Ik zou het dan ook iedereen aanraden om een keer naar deze borrel te komen. Je kunt je opgeven via noorvanlingen@kortermaarkrachtig.com.

MAUD HELDENS

SPORT

Deel 2

Van hier naar LA

Volg Pierluigi Bomberg op zijn weg naar de Paralympics

Ik was een van de sprekers tijdens de internationale sportweek 2025 op Curaçao

Het is alweer half maart en het eerste kwartaal van het nieuwe jaar zit er bijna op. Een jaar dat voor mij met grote vreugde begon, want in de laatste week van 2025 ben ik vader geworden van Louis. Een prachtig mannetje dat mij meteen een belangrijke levensles leerde: het draait niet meer alleen om mij en mijn prestaties. Samen met mijn vrouw draag ik nu de verantwoordelijkheid voor zijn welzijn. Die zorg combineren met mijn trainingsschema's is soms een uitdaging, maar het gaat tot nu toe supergoed.

Sponsoring

Blij word ik ook als ik terugkijk naar afgelopen jaar, waarin ik het Nederlands record op de 100 meter sprint verbrak. Ik was 0,02 seconde sneller dan de vorige recordhouder, die deze titel al zes jaar in handen had. Daarnaast verwelkomde ik twee mooie nieuwe sponsors. De atletiekbond ondersteunt mij met onder andere trainingsschema's en fysiotherapie, maar verder verdien ik nog niets met mijn sport. Ik ben dan ook enorm dankbaar voor bedrijven zoals Livit Ottobock Care, die mij vanaf het allereerste begin ondersteunen met sportblades en technische begeleiding. Met de komst van de nieuwe sponsors kan ik weer een deel van mijn kosten dekken.

Curaçao

Een ander hoogtepunt was mijn droomreis naar Curaçao, waar mijn roots liggen. Daar zet ik me in om sporten met een functiebeperking meer op de kaart te krijgen. Ik sprak op een belangrijk sportcongres, onder andere met de minister van Sport en Cultuur, die mij kan helpen deze droom te realiseren. En ja, ik heb zijn nummer.

Alles wat er vorig jaar op mijn pad kwam heeft mij niet alleen als topsporter laten groeien, maar ook als mens. Ik durf steeds meer mezelf te zijn, mijn verhaal te delen en daarmee anderen te inspireren. Inmiddels heb ik alweer een aantal mooie indoorwedstrijden achter de rug en ik lig op schema. Gelukkig met minder last van blessures, al moet ik een beetje voorzichtig zijn met mijn goede been en mijn stomp. Tja, ik blijf een para-atleet en dat vergeet ik nog weleens!

PIERLUIGI BOMBERG

Livit Ottobock Care gaf me *mijn vrijheid* terug.

Op zijn 19e verloor Pierluigi Bomberg zijn onderbeen, maar niet zijn drive. Met de juiste mindset én de prothesezorg van Livit vond hij nieuwe kracht en een passie: sprinten. Nu traint hij voor de Paralympics.

Wij combineren vakmanschap, innovatie en persoonlijke aandacht in alles wat we doen. Daarmee helpen wij u graag vrijer leven. Wat uw bewegingswens ook is.

Wilt u ook alles uit het leven halen?

Maak voor een vrijblijvend advies of een second opinion vandaag nog een afspraak bij onze prothesespecialist bij u in de buurt. Kijk op [livit.nl](https://www.livit.nl) of scan de **QR-code**.



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



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



Grenzen verleggen op de atletiekbaan

Sinds kort is het in Heerenveen voor mensen met een beenprothese mogelijk om op een veilige en toegankelijke manier kennis te maken met atletiek.

Op 7 mei 2025 ging dit initiatief van start als pilot: een tien weken durend trainingsprogramma waarin vertrouwen in bewegen, techniek en vooral plezier in sport centraal stonden. De trainingen waren laagdrempelig en geschikt voor zowel beginnende als gevorderde sporters. Er werd gewerkt aan fitheid, vaardigheden en persoonlijke doelen, waarbij iedereen werd uitgedaagd binnen zijn of haar mogelijkheden. Eerst was het idee dat deelnemers na afloop zouden doorstromen naar reguliere atletiekgroepen. Maar al snel bleek dat er behoefte was aan een eigen trainingsgroep. Het enthousiasme van de deelnemers maakte de keuze eenvoudig: de pilot werd omgezet in de vaste sportgroep 'Atletiek met een prothese'.

Samenwerking

'Atletiek met een prothese' is tot stand gekomen dankzij een samenwerking tussen Sport Fryslân, AV Heerenveen, OIM Orthopedie en Revalidatie Friesland. In de werkgroep 'Atletiek met een prothese' werken betrokken professionals uit

bovengenoemde organisaties samen. Door kennis en ervaring te bundelen, kunnen de sporters optimaal ondersteund worden. Als werkgroep zijn we trots op deze samenwerking en de meerwaarde die we hiermee creëren voor prothesegebruikers. Mooie voorbeelden uit de atletiekgroep zijn onder andere: vijf kilometer wandelen tijdens de avondvierdaagse, aanleren van vaardigheden voor hardlopen met een blade en er is zelfs een jonge sporter doorgestroomd naar het paralympisch talententeam op Papendal.

Positief effect

Trainster Simone Falkena verzorgt enthousiaste en op maat gemaakte trainingen. Dat zorgt ervoor dat de sporters met plezier naar de baan komen. Het is fantastisch om te zien welk positief effect het sporten heeft op fysiek, mentaal en sociaal vlak. Door ervaringen te delen en begrip voor elkaar te hebben, inspireren de sporters elkaar. Wat begon als een idee is uitgegroeid tot een waardevolle samenwerking. We kijken positief terug op wat we samen bereikt hebben en we kijken ook vol vertrouwen vooruit. Samen bouwen we verder aan een sportomgeving waarin mensen met een prothese zich welkom voelen en met plezier kunnen bewegen.

ELINE HEIDA-DE HOOP, REVALIDATIEARTS REVALIDATIE FRIESLAND, NAMENS DE WERKGROEP 'ATLETIEK MET EEN PROTHESE'

Heb je interesse en wil je meer weten? Kijk dan op de site van AV Heerenveen: www.avheerenveen.nl/atletiek-met-een-prothese.

Tijdens de open training op 18 juni 2025 verzorgden trainster Simone Falkena en paralympisch atleet Joël de Jong de training.

De prothese van de toekomst komt steeds vaker uit de printer

In november verzorgde ISPO Nederland een webinar over de ontwikkelingen rond 3D-printen. Tijdens deze online bijeenkomst werd duidelijk dat 3D-printtechnologie cruciaal is voor de toekomst van prothesen en orthesen.

De eerste gastspreker was Neil van Es, eigenaar van het 3D-printbedrijf Parts on Demand. Dit Utrechtse bedrijf produceert op industriële schaal kunststof onderdelen voor onder meer machinebouwers, defensiebedrijven en de orthopedische sector. Van Es heeft de zenuwaandoening HMSN (hereditaire motorische en sensorische neuropathie). Door zijn aandoening rolde hij jaren geleden de orthopedische wereld in. Inmiddels noemt hij zichzelf 'gebruiker en producent'. 'Een wijs iemand zei ooit: *"Don't get high on your own supply"*, maar dat is mij niet echt gelukt', zegt hij lachend. Van Es vervult binnen zijn bedrijf een dubbele rol, wat volgens hem ook voordelen heeft. 'Ik weet wat er in de 3D-wereld mogelijk is. Met die blik kijk ik ook naar nieuwe ontwikkelingen en toepassingen.' Van Es loopt zelf met een op maat gemaakte enkel-voetorthese (EVO) van carbon. Hij ziet het de komende jaren niet voor zich dat zijn bedrijf zo'n orthese volledig in kunststof zou kunnen produceren. 'De mechanische belasting door het lichaamsgewicht is zo groot dat kunststof binnen no time kapot zou gaan.'

Hand- en polsspalken

Wel produceert Parts on Demand met behulp van 3D-technologie onder meer hand- en polsspalken. Daarbij wordt kunststof-



poeder versmolten met behulp van een laser. Deze techniek, bekend als Selective Laser Sintering (SLS), maakt het mogelijk om complexere vormen te produceren. Ook kunnen er meerdere functies in een orthese worden geïntegreerd. Een orthopedisch adviseur stuurt een digitale scan van het lichaamsdeel van de patiënt naar het bedrijf. Op basis van die scan wordt de orthese geprint en nabehandeld, zodat deze bestand is tegen zweet en eenvoudig schoon te houden is. Binnen een week wordt het product opgestuurd naar de adviseur die het besteld heeft, die de orthese vaak nog afmonteert met bandjes.

'Het 3D-printen op basis van een scan gaat negen van de tien keer meteen goed', zegt Van Es. 'We krijgen van klanten terug dat het proces dankzij de digitale 3D-scan flink is versneld. Er zijn bijvoorbeeld minder afspraken nodig om een polsspalk aan te passen.' Hij hoopt dat het productieproces van 3D-geprinte orthesen en prothesen de komende tien jaar verder zal digitaliseren. 'Met behulp van AI', zegt hij. Ook verwacht Van Es dat het aantal 3D-geprinte orthesen de komende jaren sterk zal toenemen. 'Vanuit het medische vakgebied gelden strenge eisen voor de productie. Omdat het nu nog om relatief kleine aantallen gaat, is het lastig om kosteneffectief te printen.'

Medical Device Regulation

Gabrielle Tuijthof, hoogleraar aan de Faculty of Engineering Technology van de Universiteit Twente, legde tijdens het webinar uit dat medische producten binnen de Europese Unie moeten voldoen aan de Medical Device Regulation (MDR). 'In totaal worden in de EU zo'n 500.000 medische producten verkocht', zegt Tuijthof. Volgens haar vallen 3D-geprinte prothesen en orthesen onder de zogenoemde custom made hulpmidde-





Chris Baschuk

len: producten die specifiek op maat worden gemaakt voor één patiënt. Het is volgens de hoogleraar belangrijk dat aan alle Europese regels wordt voldaan, ook wanneer bijvoorbeeld een hobbyist een 3D-geprinte prothese maakt. De belangrijkste regelgeving is te vinden op de website van de Europese Unie.

Bovenste ledematen

Aan het webinar nam ook Chris Baschuk uit de Verenigde Staten deel. Hij is directeur klinische diensten bij Point Designs, een medisch-technologisch bedrijf dat is opgericht door onderzoekers die zijn gespecialiseerd in het ontwerpen van prothesen voor de bovenste ledematen. Point Designs richt zich vooral op het ontwerpen en produceren van geavanceerde 3D-geprinte prothesen voor vingers en kleine handdelen, met name voor mensen met een gedeeltelijke handamputatie. Afgestudeerd prothesemaker Baschuk legt uit dat bij het maken van een prothese altijd sprake is van drie communicerende vaten: het ontwerp, de materialen en de productiemethode. 'Dat is een driehoeksverhouding waarin je continu naar de juiste balans zoekt.'

Lego

Uit onderzoek blijkt volgens Baschuk dat prothesen voor de bovenste ledematen, zoals vingers, handen en armen, een grote kans hebben om niet door patiënten te worden gebruikt. 'Dat kan komen door het gewicht, maar ook door overmatig zweten of omdat de prothese oncomfortabel aanvoelt', legde hij uit. Ook het uiterlijk speelt een belangrijke rol, omdat deze prothesen goed zichtbaar zijn voor de omgeving. 'We denken daarom ook altijd goed na over hoe anderen op een prothese zullen reageren', aldus Baschuk. Dankzij het gebruik van 3D-geprinte onderdelen slaagt Point Designs erin prothesen te maken die tot vijftig procent minder materiaal bevatten dan traditionele prothesen. 'Daardoor is het gewicht gehalveerd en zijn ook de kosten aanzienlijk lager', zegt de directeur. Door het lagere gewicht ervaren gebruikers minder zweetklachten en meer comfort. Baschuk is enthousiast over de innovaties binnen de prothesewereld. 'We hebben veel meer mogelijkheden om aan de wensen van de patiënt te voldoen. En het is ook gewoon leuk om een 3D-geprinte prothese in elkaar te zetten, het is net een LEGO-pakket'.

CHRISTIAAN BRUIJL

COLUMN!

Belevenissen



Oudjaar 2018 staat voor altijd in mijn geheugen gegrift als het moment waarop mijn leven in tweeën werd gesplitst: vóór en na de amputatie van mijn linkerbeen. Het was een beslissing die ik nooit had willen nemen, maar uiteindelijk wel móést nemen. In mijn hoofd klonk slechts één vraag: kan ik dit écht aan?

Ik ben Hein, de pen achter de boekjes 'Belevenissen' en de columns op de website van KMK.

Knipoog

Met een fysieke beperking kent de wereld om je heen soms ongewilde of onverwachte uitdagingen: een drempel, het ontbreken van een lift, een stoeprand zonder oprit, een openbaar toilet dat niet toegankelijk is of de ongemakkelijke blikken van mensen die niet weten hoe ze moeten reageren.

Ik beschrijf die obstakels met een knipoog en ook met een glimlach. Want wat kom ik daarnaast ook vaak tegen? Vriendelijkheid van een vreemde die zijn auto verplaatst, iemand die de deur openhoudt of het kind dat onbevangen vraagt naar mijn rolstoel of zegt: "Je mag mijn been wel even lenen".

Mogelijkheden

Mijn filosofie, en de kern van elke column, is simpel: kijken wat ik wél kan. Want er kan zoveel wanneer je je focust op de mogelijkheden in plaats van op de beperkingen. Blijf niet zitten in wat je niet meer kunt.

Pak een pen, schilder met je mond, programmeer met één vinger of schrijf een column. En in mijn geval: blijf eropuit trekken. Els, mijn partner, en ik doen dat nog steeds, met een heerlijke caravan.



Het leven met of zonder beperking is een reeks 'Belevenissen'. Een 'ode' aan de veerkracht van de mens. Het leven is te mooi om het niet te leven. Ik heb gemerkt: ik kan het aan.

HEIN VAN DER ZANDE

Lees ook Heins boekjes 'Belevenissen 1 en 2' (<https://l1nq.com/Usfjh>) en zijn columns op de website (www.kortermaarkrachtig.com).

‘Waarom bereiken simpele hulpmiddelen de gebruiker niet?’

Een arm- of beenprothese (of ander orthopedisch hulpmiddel) kan je zelfstandigheid enorm vergroten, dat weet u als geen ander. Maar soms bestaan er slimme, eenvoudige oplossingen voor hulpmiddelen die niet (snel) vergoed worden. Sterker nog: soms worden ze niet eens genoemd in het behandeltraject, omdat het hulpmiddel toch niet vergoed wordt door de zorgverzekeraar. Daarover stelde Tweede Kamerlid Harmen Krul (CDA) schriftelijke vragen aan minister Bruijn van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Aanleiding was een artikel over goedkope, gebruiksvriendelijke hulpmiddelen die ‘op de plank blijven liggen’ omdat het voor makers niet loont om ze naar de markt te brengen (Financieel Dagblad, september 2025).

Wat stond er in het artikel in het Financieel Dagblad

Harmen Krul stelde zijn vragen naar aanleiding van een artikel van Maarten van Poll, dat verscheen in het Financieel Dagblad in september 2025, over het feit dat nieuwe en eenvoudige ontwikkelingen in de hulpmiddelenzorg vaak niet op de markt komen. Van Poll neemt ons mee naar de TU Delft waar simpele alternatieven voor complexe technologie ontworpen worden, die vaak op de plank blijven liggen omdat ‘vermarkten niet loont’. Dat kost de samenleving geld en ook individuele patiënten zijn de dupe. Juist in deze tijd waarin de zorgbudgetten onder druk staan, zou het fantastisch zijn als er betaalbare en eenvoudig bruikbare hulpmiddelen op de markt zouden kunnen komen. Zo ontwikkelde Gerwin Smit van de TU Delft de mHand Adapt, een op het oog eenvoudige handprothese met grijpfunctie. Alleen: in de vergoedingssystemen van sommige zorgverzekeraars valt deze hand tussen wal en schip. De mHand is duurder dan een puur cosmetische prothese, en zomaar een factor vijf goedkoper dan een elektronische variant. Orthopedische instrumentmakers, die protheses aanmeten, maken dus vaak verlies als

ze klanten de mHand meegeven. Het is dus bedrijfseconomisch aantrekkelijker om voor een cosmetische hand zonder grijpfunctie te gaan. En als het kan voor de wél ruim vergoede elektronische.

Welke Kamervragen stelde Harmen Krul aan de minister?

Krul wilde weten waarom eenvoudige alternatieven voor dure technologische hulpmiddelen de patiënt vaak niet bereiken, juist in een tijd waarin de zorgkosten steeds meer stijgen. Hij vroeg de minister onder meer:

- ▶ Herkent u dit probleem en hoe groot is het?
- ▶ Kunt u reageren op twee specifieke voorbeelden: de P-MATE en de mHand?
- ▶ Helpt of hindert de manier waarop hulpmiddelen worden vergoed en betaald (via de Zorgverzekeringswet)?
- ▶ Welke oplossingen ziet u, en hoe vergroten we het kostenbewustzijn?

De antwoorden van minister Bruijn

De minister zegt dat hij de signalen kent en dat sommige medische hulpmiddelen niet (goed) beschikbaar komen, terwijl ze juist kunnen helpen om stijgende kosten te voorkomen. ‘Ik ben blij dat onderzoekers en ingenieurs zich inspannen om eenvoudige en goedkopere alternatieven te ontwikkelen voor dure medische hulpmiddelen. Ik begrijp ook dat makers van hulpmiddelen het soms als lastig ervaren om toegelaten te worden tot de Europese markt.’ Hij noemt daarvoor een vijftal redenen.

1) Toelating in Europa is een drempel

De hulpmiddelenmarkt is Europees geregeld. Fabrikanten krijgen te maken met onder andere de MDR (Medical Device Regulation) en moeten een CE-certificaat hebben om een

hulpmiddel in Europa te mogen gebruiken. Een CE-certificaat is een keurmerk dat aangeeft dat een product voldoet aan de Europese regelgeving op het gebied van veiligheid, gezondheid en milieu. Zo’n certificaat is belangrijk voor de traceerbaarheid en veiligheid, maar de procedure rondom zo’n CE-certificaat is tijdrovend en ingewikkeld. Daarom wil de minister innovators beter ondersteunen, onder andere via het loket Zorg voor Innoveren.

2) De minister kiest geen specifieke prothese of voorziening

Minister Bruijn zegt dat hij ‘uiteraard niet gaat over de keuze

‘Simpele alternatieven voor complexe technologie blijven op de plank liggen’

De vragen werden door Harmen Krul ingezonden op 17 september 2025, de antwoorden van de minister kwamen op 7 oktober 2025. Zie voor alle vragen en antwoorden ook de officiële bekendmakingen van het ministerie: <https://zoek.officielebekendmakingen.nl/ah-tk-20252026-207.html>.

ele en goedkopere ikers niet?’

voor specifieke hulpmiddelen’. In de praktijk bepalen zorgverleners wat passend is, en de inkoop loopt via zorgverzekeraars, aanbieders en leveranciers. Hij verwijst daarbij naar het **generiek kwaliteitskader hulpmiddelen**: de behandelaar kijkt wat past bij de situatie van de gebruiker van het hulpmiddel - met als uitgangspunt (vrij vertaald): ‘Duur waar het moet, goedkoop waar het kan’.

3) ‘Hoe groot is het probleem?’ Daar is geen overzicht van
Krul vroeg de minister om inzicht in de omvang. De minister antwoordde dat hij geen goed inzicht heeft in de omvang. Volgens hem is de markt ‘ook zó groot’ (meer dan 500.000 medische hulpmiddelen in Europa) dat gericht onderzoek naar ‘alle gevallen’ niet realistisch is. Hij zet liever in op het opschalen van veelbelovende innovaties via afspraken in het Aanvullend Zorg- en Welzijnsakkoord (AZWA). Voor gebruikers van hulpmiddelen kan het AZWA betekenen dat er meer oog komt voor hun behoeften en dat innovatieve hulpmiddelen sneller beschikbaar worden, dankzij een betere samenwerking tussen zorgverleners, verzekeraars en andere betrokken partijen.

4) Bekostiging: veel via ‘markt’ en contracten
Over de rol van de Zorgverzekeringswet zegt de minister dat hulpmiddelen al sinds 1989 zijn uitgesloten van tarief- en prestatieregulering; prijzen ontstaan meestal via contracten tussen zorgverzekeraars en aanbieders/leveranciers. Toezichthouders (NZa/ACM) letten erop dat toetreding van alternatieve aanbieders niet onnodig wordt geblokkeerd. Hij wijst ook op eerdere signalen over concurrentierisico’s en een complexe sector met verschillende wetten (Wmo, Wlz, Zvw).

5) ‘Hoeveel geld kunnen we besparen?’
Krul vroeg ook naar mogelijke besparingen. De minister antwoordde dat hij geen zicht heeft op prijsafspraken, omdat die bij verzekeraars, zorgaanbieders en zorgkantoren liggen. Wel wil hij de casus bespreken in overleggen met inkopers en verzekeraars om het belang te benadrukken.

Wat betekent dit voor u als gebruiker van hulpmiddelen?

Eigenlijk omzeilt de minister de vragen van Harmen Krul. Hij erkent het probleem, maar stuurt vooral via ‘voorwaarden’ (toelating, opschalen, afspraken) en minder via directe keuze of vergoeding per hulpmiddel.

Voor u als gebruiker vertaalt zich dat vaak naar drie praktische knelpunten:



- 1. Regels en bewijs:** een hulpmiddel moet veilig zijn en toegelaten worden tot de markt. Het moet voldoen aan de eisen vanuit de (Europese) MDR. Dat betekent dat veel innovatieve projecten stranden voordat ze u kunnen bereiken. En dat is op twee manieren jammer te noemen. Ten eerste omdat het voor u misschien het juiste hulpmiddel zou zijn en ten tweede omdat zo kostenbesparing in de zorg ook nog eens tegengehouden wordt.

Lees door op pagina 42

2. **Bekendheid:** uw behandelaar moet het (innovatieve) hulpmiddel kennen en het passend vinden. Dit vraagt alertheid van de orthopedische instrumentmakerij en van u als (mondige) cliënt. Uiteraard doet KorterMaarKrachtig er alles aan om u zo goed mogelijk te informeren over innovaties en nieuwe producten op de markt. Zo kunt u goed geïnformeerd het gesprek met uw orthopedisch instrumentmaker ingaan.

3. **Contracten en vergoeding:** toch zal het niet eenvoudig zijn een alternatief (misschien wel goedkoper) hulpmiddel vergoed te krijgen als dat niet opgenomen is in de afspraken die de zorgverzekeraar met de orthopedisch instrumentmakerij heeft gemaakt. De meeste zorgverzekeraars werken tegenwoordig met zorgarrangementen en vaste bedragen die ze per hulpmiddel vergoeden aan de instrumentmakerij. De instrumentmaker kan u helpen met aanpassingen en leveringen binnen het bedrag dat de orthopedische instrumentmakerij heeft gekregen van de zorgverzekeraar voor uw voorziening.

Vragen die u zelf kunt stellen

Uit onderzoek blijkt dat veel prothesedragers denken dat een duur hulpmiddel, zoals een computergestuurde knie, beter is dan een mechanische knie. Dit is lang niet altijd juist. Zo is voor sommige cliënten een mechanische protheseknie passender dan een elektronische variant. De volgende vragen kunnen

helpen bij het gesprek met uw revalidatiearts, protheseteam, instrumentmaker en verzekeraar.

- ▶ Welke opties zijn er naast deze hightech variant? Wat is de meest praktische keuze voor mijn doelen?
- ▶ Is er ook een eenvoudiger alternatief dat hetzelfde kan?
- ▶ Staat dit hulpmiddel op de lijst van wat mijn verzekeraar vergoedt?
- ▶ Kan ik een second opinion krijgen bij een ander prothese-team/revalidatiecentrum?

CAROLINE VAN DEN KOMMER

Van de hoofdredactie

Het is ons al jaren een doorn in het oog dat de regelgeving rond de verstrekking van hulpmiddelen voor prothesegebruikers in Nederland zo ingewikkeld is. Dat geldt ook voor de enorme kosten van de prothese-onderdelen (tienduizenden euro's voor een elektronische knie).

We hebben Kamerlid Krul gevraagd wat hij met de antwoorden van de minister gaat doen en welke stappen hij verder gaat zetten. Bij het verschijnen van dit nummer hadden we nog geen antwoord ontvangen.



EEN MICROPROCESSOR KNIE ZOALS GEEN ANDER

KNEURO KNEE

by  BrainRobotics



Meer weten?
Neem contact met ons op!

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



Prothesegebruikersdagen

De kracht van ontmoeting en innovatie

Hoe kennisdeling, nieuwe technologie en persoonlijke verhalen het verschil maken voor prothesegebruikers.

Op 8 november 2025 organiseerde Heckert & van Lierop voor de achtste keer de Prothesegebruikersdag in Eindhoven. Een dag vol ontmoetingen, kennisdeling en inspiratie voor iedereen die een amputatie heeft ondergaan of om een andere reden een prothese gebruikt.

‘Het is een waardevolle traditie geworden omdat het tweerichtingsverkeer oplevert: bezoekers leren van elkaar en wij delen de nieuwste inzichten over prothesen en leefstijl. Dat doen we niet alleen, maar samen met leveranciers en partners zoals Uniek Sporten en KorterMaarKrachtig’, vertelt mede-eigenaar en prothesemaker Rudi van Zutven. ‘Het gaat niet alleen om techniek, maar om het totaalplaatje: hoe iemand zich voelt, beweegt en durft te leven. Samen zoeken we naar oplossingen die vrijheid geven.’

Contact en innovaties

Voor veel deelnemers is deze dag een kans om ervaringen uit te wisselen met mensen die dezelfde uitdagingen kennen. Lotgenotencontact geeft herkenning én praktische tips. Daarnaast horen bezoekers over innovaties zoals elektronische knieën die zich automatisch aanpassen aan je looppatroon.

Denken in mogelijkheden

Anouk Schonk weet daar alles van. ‘Onder lichte dwang van mijn ouders bezocht ik in 2024 Heckert & van Lierop. Ik stond op het punt om weer te vertrekken, toen een medewerker mij aansprak. Door het persoonlijke contact en de open mindset van Rudi heb ik een afspraak gemaakt. Het denken in mogelijkheden is echt een verrijking voor mij.’

In 2025 was Anouk zelf onderdeel van het programma van de Prothesegebruikersdag: zij demonstreerde haar Navii®-



*‘Vooruitgang zit
niet alleen in
technologie,
maar ook in
verbinding’*

kníe en liet zien hoe deze innovatie haar dagelijks leven én sportmogelijkheden heeft veranderd. Op het Instagram-account van Anouk kunt u haar volgen: @anoukschonk.

Verbinding

De Prothesegebruikersdag laat zien dat vooruitgang niet alleen in technologie zit, maar ook in verbinding. Er wordt geleerd van elkaar - klanten, experts en leveranciers - en dat maakt dit event uniek. Hopelijk is het ook een inspiratie voor andere instrumentmakers om zo’n dag in hun eigen regio te organiseren.

De volgende Prothesegebruikersdag bij Heckert & van Lierop is op 10 april 2027. Meer weten? Kijk op www.heckert-vanlierop.nl of volg @deprothesebouwers op Instagram.

Paralympische Talentdag veranderde Anna's leven: 'Ik durf weer te dromen'

Anna de Jong (17) uit Oudebildtzijl verloor drie jaar geleden haar rechteronderbeen. Haar droom om topsporter te worden leek voorbij. Tot ze vorig jaar de Paralympische Talentdag bezocht. 'Mijn zelfvertrouwen heeft sinds die dag echt een boost gekregen.'

Anna droomde ervan om profvoetballer te worden. Voetballen deed ze het allerliefst. Toen ze door een meningokokkenbacterie haar rechteronderbeen verloor, leek sporten op hoog niveau onmogelijk. 'Ik zag dat na mijn amputatie niet meer gebeuren. Op de Talentdag zag ik wat er allemaal wél kon. Inmiddels train ik op topsportcentrum Papendal en lunch ik tussen olympische en paralympische topsporters. Dat is toch gewoon heel cool.'

Talentdag

Het is nog geen jaar geleden dat Anna zich op Papendal meldde. Twee keer per jaar vindt daar de Paralympische Talentdag plaats. Sporters met een amputatie of een andere lichamelijke, visuele of licht verstandelijke uitdaging kunnen paralympische sporten uitproberen en samen met coaches ontdekken of topsport bij hen past. De Talentdag blijkt een succesvolle manier om nieuwe paralympiërs te vinden: bijna 40 procent van de huidige Nederlandse paralympische ploeg is hier ooit ontdekt.

Spannend

Anna meldde zich op advies van haar trainster en prothesemaker aan. Ze was toen al een paar maanden bezig met sprinten en verspringen op een blade, maar wist nog weinig over de Talentdag. 'Ik vond het best spannend. Ik kende daar niemand. De eerste sport die ik deed was volleybal. Nog nooit gedaan, maar ik vond het heel leuk. Het was ook gezellig en de spanning viel weg.'

Toch lag haar focus op atletiek. 'De eerste keer dat ik met een blade rende, voelde meteen goed. Het ging zoveel gemakkelijker dan op mijn gewone prothese. Ik wist direct: dit wil ik doen.'

Nieuw doel

Drie jaar geleden liep Anna nog op twee gezonde benen, totdat een deel van haar rechteronderbeen, haar linkervoet en -kuit door een meningokokkenbacterie werden aangetast. 'De artsen stonden met lege handen. De bacterie was sneller dan de antibiotica. Mijn rechterbeen werd langzaam zwart en moest uiteindelijk gedeeltelijk geamputeerd worden.'

Er volgde een zwaar revalidatie- en rouwproces, maar inmiddels gaat het een stuk beter, vertelt ze. Het vinden van een nieuwe sport en een nieuw doel helpt daarbij. 'Op de Talentdag zag ik welk leven er misschien ook voor mij is weggelegd. Toen de talentcoach na de training hintte dat ik een mailtje kon krijgen dat ik door was, was ik zó blij.'

Paralympics

En die mail kwam inderdaad. Inmiddels traint Anna al een paar maanden mee met het talententeam. 'Dat gaat heel goed. Het fijne is dat ik tussen de andere paralympische sporters niets hoeft uit te leggen. Niemand kijkt raar op als ik kramp heb en mijn blade even moet afdoen. Iedereen weet hoe het is. Mijn ouders en mijn vriend grappen weleens dat ze alvast tickets gaan kopen voor de Paralympische Spelen in Los Angeles in 2028. Het is stiekem wel een droom, maar misschien is 2032 realistischer.'

Wil je zelf ook ervaren wat de Paralympische Talentdag voor jou kan betekenen? Voor meer informatie en om je aan te melden voor de Talentdag op 9 mei, kijk op: <http://nocnsf.nl/talentdag>.

ROOS OOSTERBAAN, NOC*NSF

Foto: Fleur Schouten

Anna (rechts) traint ook regelmatig met paralympisch kampioen Fleur Jong



COLUMN!

Kajakken in Thailand



Als ik dit schrijf zit ik nog in Thailand. Ook dit jaar besloten we het nieuwe jaar te starten in dit heerlijke land, met een rondreis met eigen vervoer. Nu had ik ergens gelezen dat je prachtige kajaktochten kon maken door een grot. Dat leek me wel wat. Alleen: Thailand is qua infrastructuur niet te vergelijken met Nederland. Dus is het altijd maar de vraag of ik

met één been überhaupt op de plek kan komen waar je de kajak in en weer uit moet. Ik zou als ik alleen zou reizen allang afgehaakt zijn, maar Marcel kent geen grenzen, dus toog hij optimistisch naar het kajakbedrijf en overdonderde de twee Thaise jongens met vragen.

'Of ze even een been de trap op wilden sjouwen naar de hut'

Vragen

Hoe we er moesten komen, hoeveel treden de trap had, of we tijdens de tocht in en uit de kajak

moesten, of ze ons kwamen ophalen en vooral, ja vooral, of ze een been terug naar onze hut wilden brengen, als we in de kajak waren gestapt. Want een C-leg gaat niet mee als je een wildwatertocht gaat maken, die combi is niet wenselijk. Overigens wist ik dat niet, van die wildwatertocht. Ik had me ingesteld op een rustig riviertoeltje.

In het Thai legden de twee jongens aan een dove jongen uit dat hij een been moest transporteren. Hij keek even naar mijn twee benen, keek nog eens en toen Marcel mijn broek opstroopte, lachte hij.

Gladde paadjes

De trap naar de rivier, zo'n 20 meter beneden ons, was goed te nemen met twee krukken en niemand verblikte of verbloosde toen er een been weer mee de trap op ging en ik met één been de kajak instapte. Tijdens het tochtje moesten we af en toe even uit de kajak, gelukkig waren de krukken mee en kon ik over stenen hellingen en gladde paadjes weer veilig de andere kant op komen, dankzij de hulp van Marcel en de gidsen. De kajaktocht was prachtig, maar had wel wat andere uitdagingen: twee watervallen moesten er genomen worden, van zeker 6 meter hoog. De C-leg zou dit niet overleefd hebben. Ik wel gelukkig.

De moraal van dit verhaal: denk niet dat je iets niet kunt, totdat je het geprobeerd hebt. En doe je ogen dicht als je een waterval moet nemen en hoop op de goede afloop.

CAROLINE VAN DEN KOMMER

PRODUCTEN !

Kleine voetjes en grote avonturen

46

Voor kinderen die leven met een kort been of een amputatie gaat mobiliteit veel verder dan alleen lopen. Goed kunnen bewegen is essentieel om te kunnen spelen, onafhankelijk te zijn en mee te kunnen doen aan het dagelijks leven.

Actieve levensstijl

Bij het ontwikkelen van prothesen voor kinderen moet niet alleen rekening worden gehouden met een kleiner lichaam, maar ook met groei en een hoog activiteitsniveau. En de prothese moet gebruikt kunnen worden in veel verschillende omstandigheden. De nadruk ligt op flexibiliteit, duurzaamheid en natuurlijke beweging. In september 2025 introduceerde Össur

de Pro-Flex LP Junior, een prothesevoet voor kinderen, die is ontwikkeld volgens dezelfde ontwerpprincipes als de Pro-Flex LP voor volwassenen. De voet is bedoeld voor kinderen met een actieve levensstijl.

Soepel en natuurlijk

De enkel van de Pro-Flex LP Junior heeft een groot bewegingsbereik en kracht in alle richtingen (multiaxialiteit). De voet

zelf is opgebouwd uit drie bladen, waardoor hij soepeler loopt, en de gesplitste voorvoet zorgt voor een beter evenwicht op oneffen terrein. Ook het omgekeerd taps toelopende ontwerp zorgt voor groter bewegingsbereik en voor het teruggeven van energie. Een schokabsorberende hielbumper draagt tenslotte bij aan het comfort tijdens langdurig staan en lopen. Dit alles zorgt voor een natuurlijke manier van lopen en minder belas-



*'Ouders
kunnen hun
kind gewoon
kind laten
zijn'*

Foto's: copyright Össur



47

Alles wat ze leuk vinden

Ragnar Örn Gunnarsson, hoofdontwerper van de Pro-Flex LP Junior: 'We wilden onze bestaande Pro-Flex-lijn ook voor kinderen beschikbaar maken. We wilden een voet met een goede afrol, een krachtige afzet en - heel belangrijk - duurzaamheid. We wilden er ook zo zeker mogelijk van zijn dat kinderen de voet niet zouden kunnen breken en dat de voet nog steeds bruikbaar zou zijn als dat toch zou gebeuren. Daarom hebben we ervoor gekozen om het midden- en onderblad van glasvezel te maken en niet van koolstofvezel; glasvezel scheurt in plaats van dat het in stukken breekt. Dit alles betekent dat kinderen alle activiteiten en sporten kunnen doen die ze leuk vinden, en dat ouders zich gerust kunnen voelen dat ze hun kinderen gewoon kind kunnen laten zijn.'

ting van de gezonde kant. Op school, op de speelplaats of op ontdekkingsstocht in de buitenlucht kan deze voet de meest energieke kinderen bijhouden.

Waterdicht

De voet heeft een volledig waterdichte cover met een kliksluiting waardoor hij makkelijk te verwijderen is om hem schoon te maken. De cover is bestand tegen zowel zoet, zout als chloorhou-

dend water, en ook tegen vuil water en lichaamsvloeistoffen. De cover heeft een antislipzool en interne afvoerkanalen voor water.

Zelfvertrouwen

Met zijn lage bouwhoogte en aanpasbare ontwerp weerspiegelt de Pro-Flex

LP Junior een bredere trend in kinderprothesen om kinderen met een korter been of amputatie in staat te stellen zich tijdens hun hele jeugd zelfverzekerd door de wereld te bewegen en samen met hun leeftijdsgenoten op ontdekking gaan.

LIZ LANCASHIRE, ÖSSUR

Kijk op de website van Össur voor informatie en een leuk filmpje:
<https://www.ossur.com/nl-nl/prosthetics/voeten/pro-flex-lp-junior>

Persoonlijke benadering voor 100% tevredenheid

Orthopedische hulpmiddelen zijn heel persoonlijk. Natuurlijk zijn er standaarden, maar als persoon ben je uniek en zo wil je ook graag behandeld worden. Bij Bewegingsvisie gaan we altijd uit van het hoogst haalbare en om daarachter te komen willen we je leren kennen. Met de beste technieken en materialen en tijd voor het opbouwen van een relatie bereiken we het hoogst haalbare: 100% tevredenheid.

bewegingsvisie

info@bewegingsvisie.nl
www.bewegingsvisie.nl



AOFE

CLINICS

**AOFE Clinics is gespecialiseerd in
amputatiegeneeskunde met als doel
iedereen in beweging te houden!**

'Mijn motto? Hou je doel voor ogen.

*Mijn doel was om pijnvrij en zonder beperkingen
te kunnen lopen.*

*Daarom nam ik het besluit mijn onderbeen te
laten amputeren.*

*Nu kijk ik vooruit, ben ik gemotiveerd om met
een prothese stappen te kunnen zetten.'*

Christiaan Kruize



+31 (0)26 20 24 041 | mail@aofeclinics.nl | www.aofeclinics.nl



Facebook ondersteunt!

Mijn naam is Ellen Nieuwland. Ik ben sinds anderhalf jaar de coördinator van de Facebookpagina van KorterMaarKrachtig. Daarnaast ben ik ook vrijwilliger voor inloophmomenten in Almere, Hilversum en Lelystad en 'vliegende kiep' voor de inloophmomenten in het noorden van Nederland.

De redactie van Kort&Krachtig! vroeg mij om een overzicht te maken van onderwerpen die mensen met een amputatie op Facebook bespreken. Ik ben daarbij vooral uitgegaan van de communicatie in de (besloten) Facebookgroep Arm en Been

Amputaties Benelux, want op de Facebookpagina van KMK wordt alleen gereageerd op informatie die wij zelf plaatsen en vindt weinig andere communicatie plaats.

De reageerders blijken voornamelijk beengeamputeerden, maar er zijn ook enkele groepsleden met een hand-/arm-prothese. In het afgelopen kwartaal kwamen vragen over de volgende onderwerpen langs, in volgorde van het aantal keren dat erover werd gesproken. Het is zeker geen volledig overzicht; vrijwel wekelijks komen er nieuwe onderwerpen bij.

Huidproblemen, voornamelijk roodheid, soms blaren

Het advies was standaard (zoals het hoort): de liner zoveel mogelijk uit laten en vooral bij een (revalidatie)arts verder om advies vragen. Adviezen om in de toekomst blaren te voorkomen werden ook veel gegeven, zoals tijdig controleren wanneer je veel loopt, het gebruik van Engels pluksel op gevoelige punten en een beetje vaseline op de plek waar de liner/sleeve aan de huid trekt.

Problemen met de koker en gebrek aan medewerking/oplossingen door instrumentmakers

Dit is vaak een lastig onderwerp om over te adviseren, omdat veel mensen gebonden zijn aan de dichtstbijzijnde locatie. Wanneer dit niet zo is, dan kun je gaan 'shoppen' tot je een instrumentmaker hebt gevonden waar je een klik mee hebt en die goed meedenkt in oplossingen en mogelijkheden.

Aanpassen van kleding bij het dragen van een prothese

Er worden verschillende opties gegeven, met name stretchbroeken, rechte pijpen of het laten inzetten van ritsen of klittenband. Primark heeft in enkele winkels aangepaste kleding voor verschillende

doeleinden. Het kan het waard zijn daar eens te gaan kijken, maar doe wel even vooraf onderzoek welke winkel het dichtst bij jou in de buurt zit.

Gevoelsproblemen bij knie-ex (botknobbels)

Suggesties variëren van opvullen van de holtes - zodat je niet op de knobbels loopt - met behavulling (heel creatief en uiteraard bedacht door een vrouw...) tot advies vragen aan de chirurg of revalidatiearts. Oplossingen hoeven niet altijd ingewikkeld of duur te zijn.

Osseointegratie

De vragen van mensen die een botverankerde prothese gebruiken gaan voornamelijk over welke locatie het beste zou zijn voor de operaties en welke chirurg je wel of niet zou moeten hebben. Er worden ook veel vragen gesteld over de behandeling van het stoma.

Klachten over behandelaars

Dit is een erg subjectief onderwerp en er komen dan ook verschillende antwoorden op, zoals is te verwachten.

Stomprevisie met TMR-operatie (Targeted Muscle Reinnervation)

Deze operatie is bedoeld om de zenuw die aan de buitenkant van het been loopt in

een spier te verankeren en hopelijk daarmee pijn te verminderen. De operatie wordt nog niet heel veel uitgevoerd en de resultaten blijken erg wisselend.

Conclusie

Er is in de Facebookpagina Arm en Been Amputaties Benelux een duidelijke 'wij staan samen'-cultuur ontstaan en dat is voor veel mensen hard nodig, aangezien niet iedereen zich gehoord of begrepen voelt in de eigen omgeving. Het is voor niet-geamputeerden ook vaak lastig om zich voor te stellen hoe ons dagelijkse leven eruitziet. Helemaal als je plotseling met een amputatie geconfronteerd wordt of als iemands energieniveau net na de amputatie erg wisselt. 'Gisteren kon je nog wel gewoon meedoen, waarom vandaag dan niet?' Dat soort vragen van omgevingsgenoten zijn lastig, zeker als je het steeds opnieuw moet uitleggen. In de Facebookgroep is daar veel begrip voor. KorterMaarKrachtig heeft nog wel een pad te effenen om het begrip voor mensen die een amputatie hebben ondergaan te vergroten, maar ik zie de toekomst heel positief in. Samen gaan en staan wij er voor elkaar!

ELLEN NIEUWLAND

Facebookpagina Arm en Been Amputaties Benelux: <https://www.facebook.com/groups/2182866398681122/>
Facebookpagina KorterMaarKrachtig: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100057684608512>

"Samen sterk in wat ons uniek maakt"

KOM NAAR DE KORTE ARMEN DAG!

6 JUNI 2026 | 13:00 - 17:00 UUR



- KOM KIJKEN IN DE WERKPLAATS
- GA LANGS BIJ DIVERSE DEMONSTRATIES
- ONTVANG TIPS & TRICKS
- ONTMOET ELKAAR EN HET TEAM VAN DE HOOGSTRAAT
- ONTDEK NIEUWE MOGELIJKHEDEN BIJ WORKSHOPS

Locatie: De Hoogstraat Revalidatie, Utrecht

50

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 € 35,- per jaar. Jongeren tussen 18 en 25 jaar betalen € 25,- per jaar. *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 € 35,- 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

ISSN 2352-6262

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 Kakkar, Caroline van den Kommer, Annelies van Lonkhuyzen

Columnisten: Pierluigi Bomberg, Veronique Gorter, Caroline van den Kommer, Ruud Leijendekkers, Hanneke Mooij, Corry van der Sluis, Hein van der Zande

Vormgeving: John de Vries, Vriedesign

Druk: Grafisch Bedrijf Vanderperk Groep BV, Groot-Amers

Medewerkers aan dit nummer: Kim Alberts, Femke de Backer, Siebe Doop, Eline Heida-de Hoop, Maud Heldens, Frida Klaij, Aniek Kolen, Mieke Lacher, Liz Lancashire, Maaïke Lange, Miranda van Lieshout, Tessa van Loon, Irene Newsum, Ellen Nieuwland, Roos Oosterbaan, Lisa Rovers, Anne van Run, Koen Sauren, Joë Schell, Verena Schuurmans, Nick Thorn, Albert Velthuis, Joost Vennema, Demi Verheul, Anke Verlouw

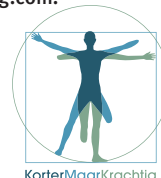
Foto cover en 'Interview!': Wilco van Dijen

Aanleveren kopij: de volgende uitgave van 'Kort&Krachtig!' verschijnt rond 1 juni 2026. Kopij kan tot 1 april 2026 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

HECKERT & VAN LIEROP



PROTHESEN - ORTHESEN

Dromen die uitkomen.

Kimberly Alkemade - Paralympics 2024.



Ontdek wat wij
voor jou kunnen doen.
Of ontmoet *de*
prothesebouwers op
de Prothesedagen
- 27 en 28 maart -
in Lelystad.



by HECKERT & VAN LIEROP



Hoofdlocatie:
De Witbogt 10
5652 AG Eindhoven



088 22 00 888
info@heckert-vanlierop.nl
www.heckert-vanlierop.nl

[in](#) [f](#) [@heckertenvanlierop](#)
[@deprothesebouwers](#)



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



Orthesen

Prothesen

Compressiezorg

