

Gezonde proefpersonen gezocht in Heliomare, Wijk aan Zee

Project Fitness and Functioning after Stroke (FaFaS)

Voor een onderzoek naar de fysieke belasting van het dagelijks leven na een beroerte zoeken wij gezonde proefpersonen. Wilt u bijdragen aan meer kennis over de revalidatie na een beroerte? En daarbij nog iets te weten komen over uw eigen fitheid? Lees dan hieronder verder.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de onderzoekers: fafas@heliomare.nl of 088-9208148.



Wie? Gezonde volwassenen mannen en vrouwen in de leeftijd 45-70 jaar. Niet met hart-/vaatziekten, longaandoeningen en/of metabole ziekten.

Wanneer? Maart 2019 tot december 2019.

Hoe vaak? 2 á 3 bezoeken (1x 1 uur en 2 x maximaal 2,5 uur).

Waar? Inspanningslab Heliomare revalidatie, **Wijk aan Zee**

Wat? Bij het eerste bezoek zult u een maximale fietstest uitvoeren op een fietsergometer. Tijdens deze test meten we uw zuurstofopname, hartslag en vermogen op de fiets. Tijdens de twee volgende bezoeken voert u telkens een aantal dagelijkse activiteiten uit. Om het energieverbruik te meten zult u hierbij een masker dragen (zie foto).

Vergoeding? Gemaakte reiskosten worden vergoed. U krijgt een verslag mee van uw eigen testresultaten.

Interesse? Mail voor meer informatie naar de onderzoekers : fafas@heliomare.nl of bel Heliomare Research & Development: 0889208148.

Achtergrond: Hoeveel energie kost het dagelijks leven na een beroerte?

Mensen die een beroerte hebben gehad zijn vaak minder fit dan hun gezonde leeftijdsgenoten. Dagelijkse activiteiten, zoals lopen, kosten hen juist vaak meer energie. Als een activiteit veel energie kost en iemand niet zo fit is, kan dit leiden tot vermoeidheid. Mensen gaan de activiteit misschien langzamer of minder vaak uitvoeren. Dit kan weer leiden tot beperkingen in het dagelijks leven.

Het vergroten van de fitheid kan dus belangrijk zijn om weer mee te doen in het dagelijks leven. We weten alleen nog niet goed hoeveel energie mensen met een beroerte nodig hebben voor het dagelijks leven. Daarom willen we in dit onderzoek meten hoeveel energie dagelijkse activiteiten kosten na een beroerte. Om een vergelijking te kunnen maken met mensen zonder beroerte meten we ook gezonde mensen.

Zie ook : <https://www.heliomare.nl/FaFaS>