



Walking Workshop

OverEINDse dagen '24

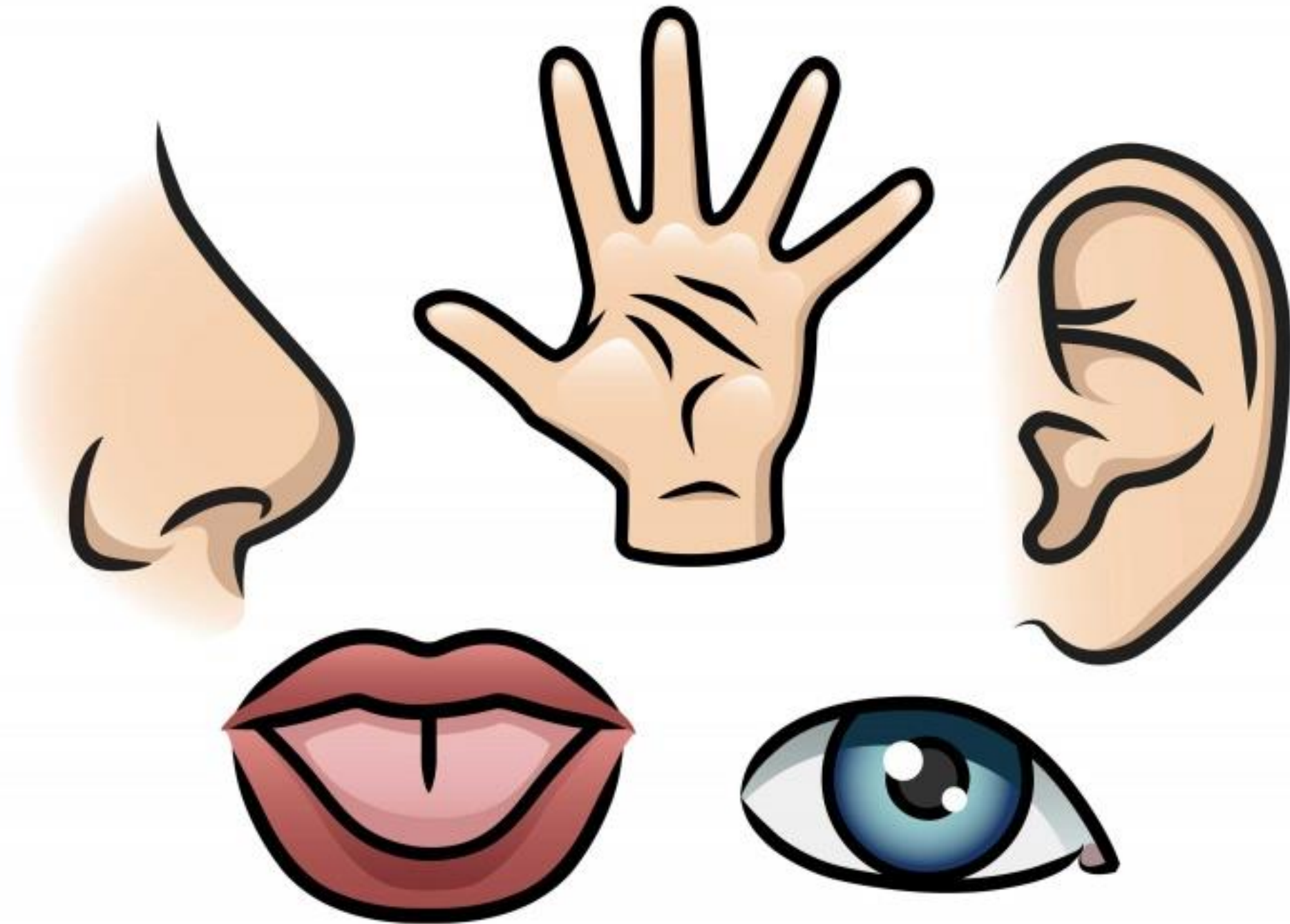
Corien Heemstra – Huisarts

Stefanie Kuppens – Revalidatiearts, Máxima MC

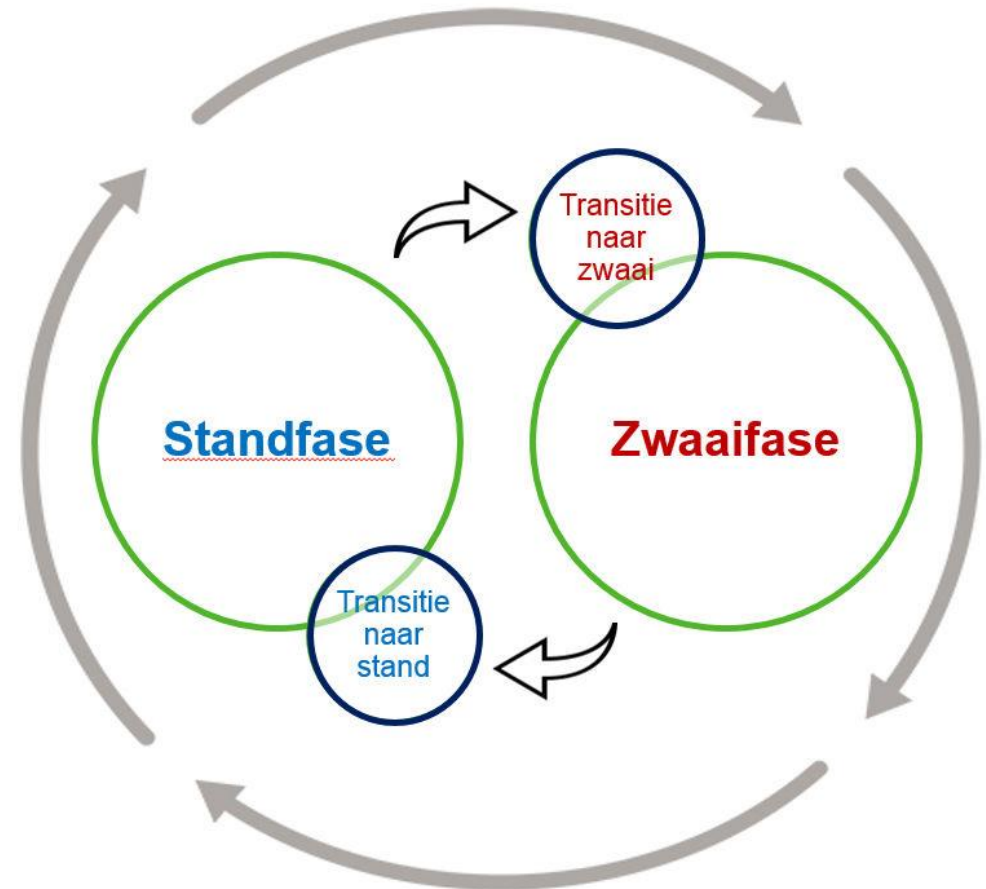
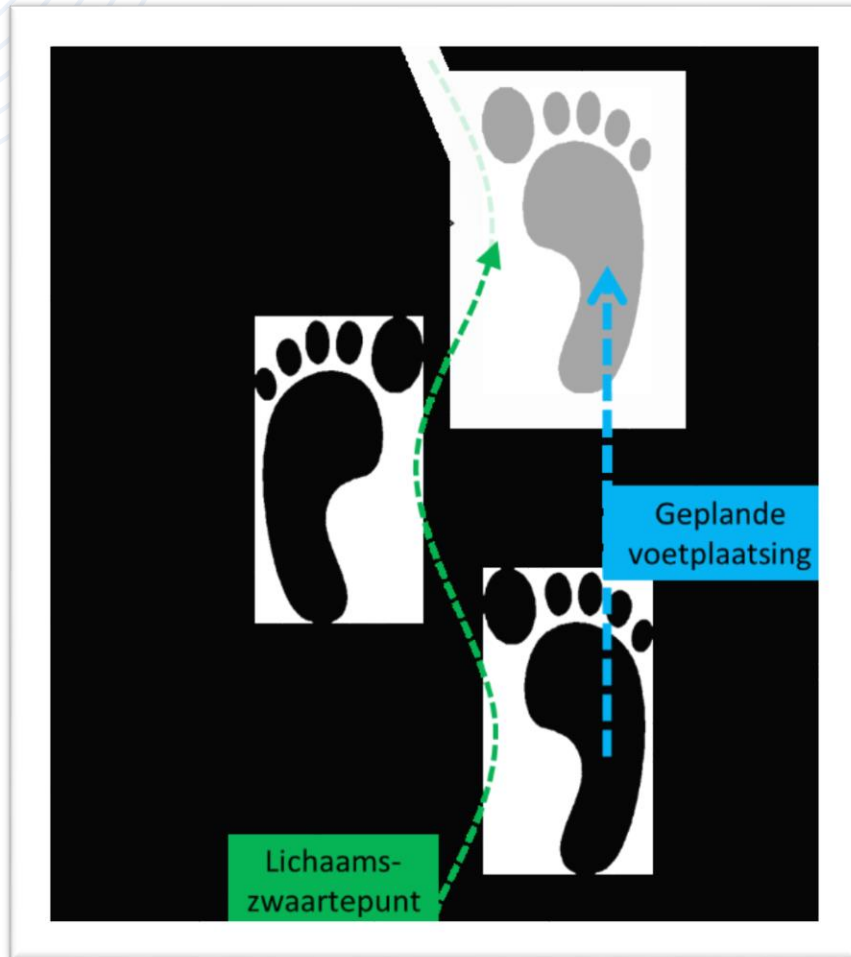
Amée Wolters – Neuroloog, Catharina Ziekenhuis Eindhoven

DISCLOSURES

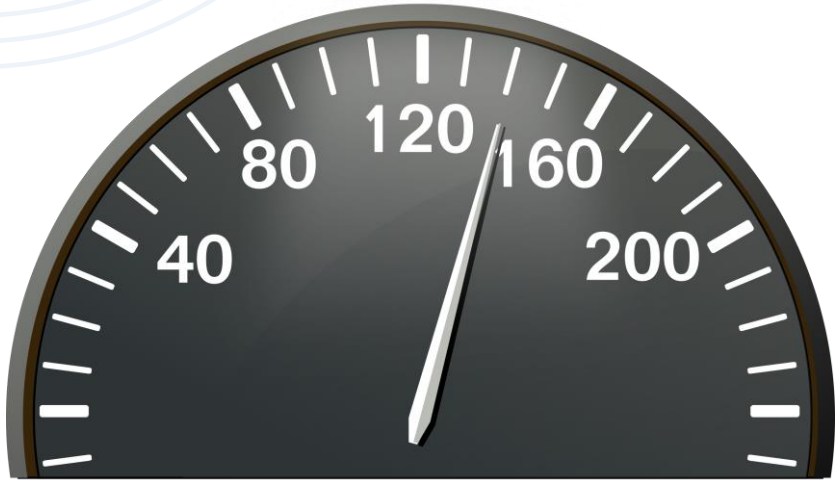
- (Potentiële) belangenverstrengelingen: Geen



4 FASEN VAN DE LOOPCYCLUS



OP WEG NAAR DE SPREEKKAMER



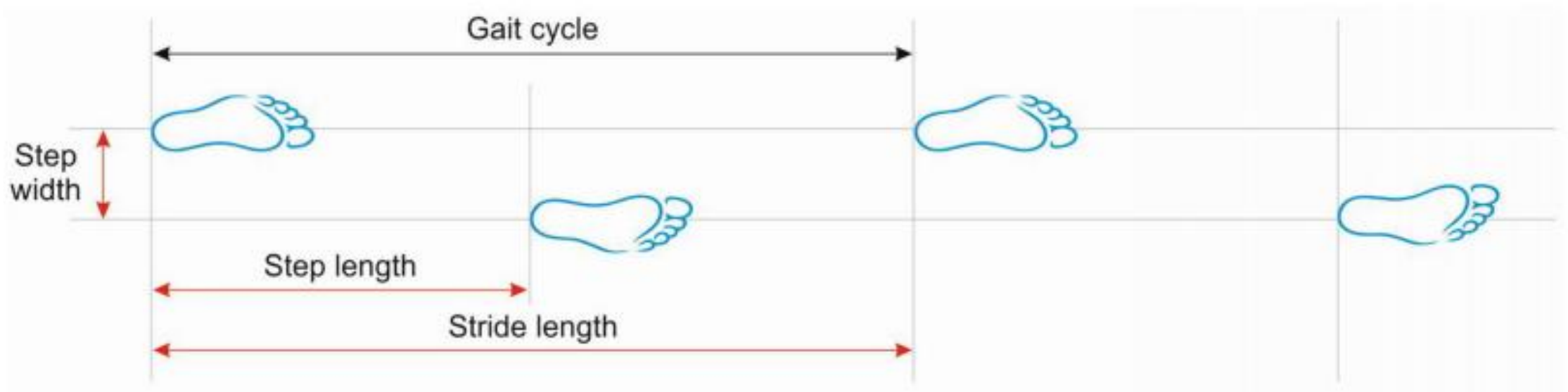
Snelheid

Houding



Armzwaai

Fig. 1 Phases of the normal gait cycle



+ staphoogte

Variabiliteit in beweging



Dubbeltaken



ANAMNESE



- Ervaren loopproblemen (struikelen, balansproblemen ed)
- Pijn klachten?
- Hoeveelheid val incidenten afgelopen jaar (> 3 is afwijkend)
- Gebruik van loophulpmiddelen
- Schoeisel? Orthesen?
- (Nieuwe) medicatie?




CATWALK





DIY:

-
- a. Snelheid
 - b. Houding
 - c. Armzwaai
 - d. Staplengte
 - e. Gangbreedte
 - f. Staphoogte
 - g. Variabiliteit in gang
 - h. Dubbeltaken
 - i. Specifieke testen
 - j. Overig
- 

Voorbeeld:

Hypokinetisch rigide gang
(parkinsonisme)

ROOD

Antalgische gang
(heup/knieproblemen)

ZWART

Cautious gait
(angst om te vallen, vaak oudere patiënt)

GOUD

Hemispastische gang
(bv. post CVA / NAH)

GROEN

Functionele loopstoornis

BLAUW

Atactische gang
(cerebellaire ataxie)

ROZE

Vestibulaire gang

WIT

(Dit is fout)

SAMENVATTING

	Kenmerken	Specifieke test	Gerelateerde klachten
Antalgische gang	Verkorte standfase op aangedaan been. Hinkend.	Heup-, knieprovocatietesten. Wortelprovocatietest.	Pijn. Beperkte bewegingsrange.
Hemispastische gang	Cirumductie (verminderde buiging knie). Flexie ipsilaterale arm. Slepen met voet.	Snelheidafhankelijke spasticiteit. Verhoogde reflexen.	Afgesleten anterior-mediale zijde schoenzool.
Hypokinetisch rigide gang	Traag, korte paslengte, rigide, minder optillen voeten. Hesitatie. Freezing.	Verbetering met externe cues. Toename klachten bij extra taak.	Andere hypokinetisch rigide kenmerken; o.a. bradykinesie, rusttremor.
Cautious gait	'walking on ice', armen breed, breedbasisch, korte stappen, traag.	Opvallende verbetering met geringe ondersteuning.	Geringe posturele instabiliteit. Angst om te vallen.
Functionele loopstoornis	Erg variabel. Inconsistenties. Bv. veel wankelen, maar niet vallen, buckling gait.	Verbetering bij afleiding, als niet geobserveerd of bv. achteruit lopen. Shoulder tap test.	Variabel. Ontstaat vaak vrij plotseling.
Atactische gang	Breedbasisch, gangdeviatie, wankelend.	Koorddansersgang, Tandem stand.	Andere cerebellaire kenmerken: Dysartrie, hypermetrie, nystagmus.
Vestibulaire gang	Breedbasisch. Deviatie naar één zijde	HINTS (HIT, nystagmus, test of skew). Toename klachten bij ogen	Vertigo, misselijkheid, braken (in acute fase)

BEHANDELING LOOPSTOORNISSEN



- Medicatie
- Training
- Compensatie
- Hulpmiddelen



TRAINING

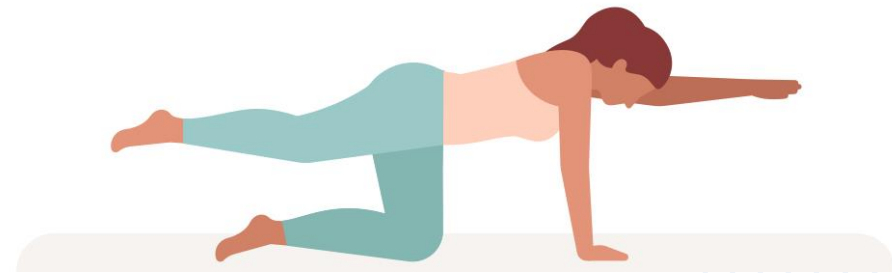
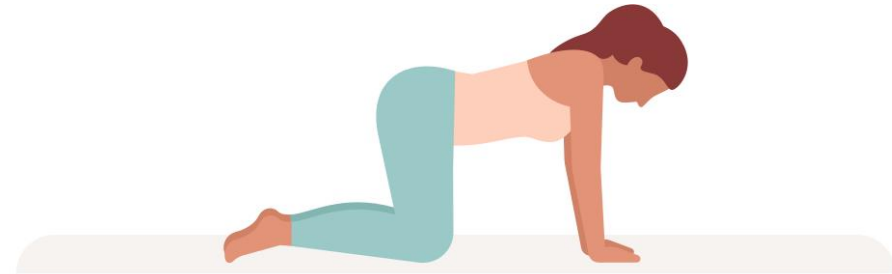
Loopvaardigheid:

- Balans
- Motorische controle benen
- Taakspecifiek!



BALANSCONTROLE

- Steady state balanscontrole
- Pro actieve balanscontrole
- Reactieve balanscontrole





BV

Lopen, draaien
zitten



COMPENSATIE

- Visuele controle
- Omgevingsaanpassingen
- Stemming/angst
- Cognitieve stoornissen
- Alternatief voor lopen

Look Down



OPTIMALISEER DE OMGEVING



STEMMING/ COGNITIEVE STOORNISSEN



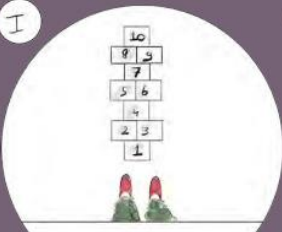
www.destapnaargezonder.n

|

55 OMWEGGETJES WAARMEE PARKINSON PATIENTEN FREEZING OMZEILEN


7 CATEGORIEËN

I




EXTERNE CUES

II




INTERNE CUES

III




VERANDEREN VAN VEREISTEN VOOR BALANS

IV




JE MENTALE TOESTAND VERANDEREN

V




VISUALISEREN OF BEKIJKEN VAN BEWEGING

VI



NIEUW LOOPPATROON

VII



ALTERNATIEVEN VOOR NORMAAL LOPEN



55 OMWEGGETJES



OVER EEN OMGEKEERDE WANDELSTOK STAPPEN



MET JE WIJSVINGERS TEGEN JE SLAAP DRUKKEN



DOEN ALSOF JE SCHAATST



JE KNIËEN HEEL HOOG OPTILLEN



DE RIEM MET TWEE HANDEN VASTHOUDEN











Radboudumc

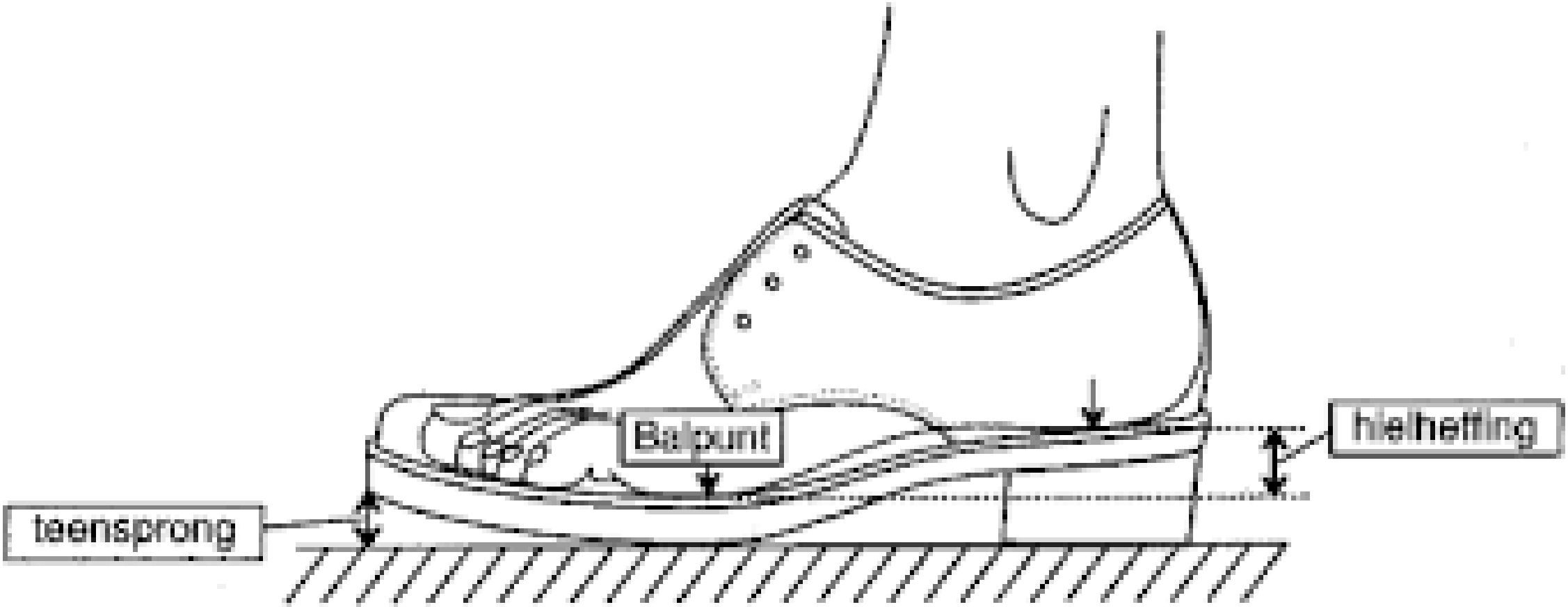


Radboudumc

HULPMIDDELEN



HULPMIDDELEN



ORTHESEN





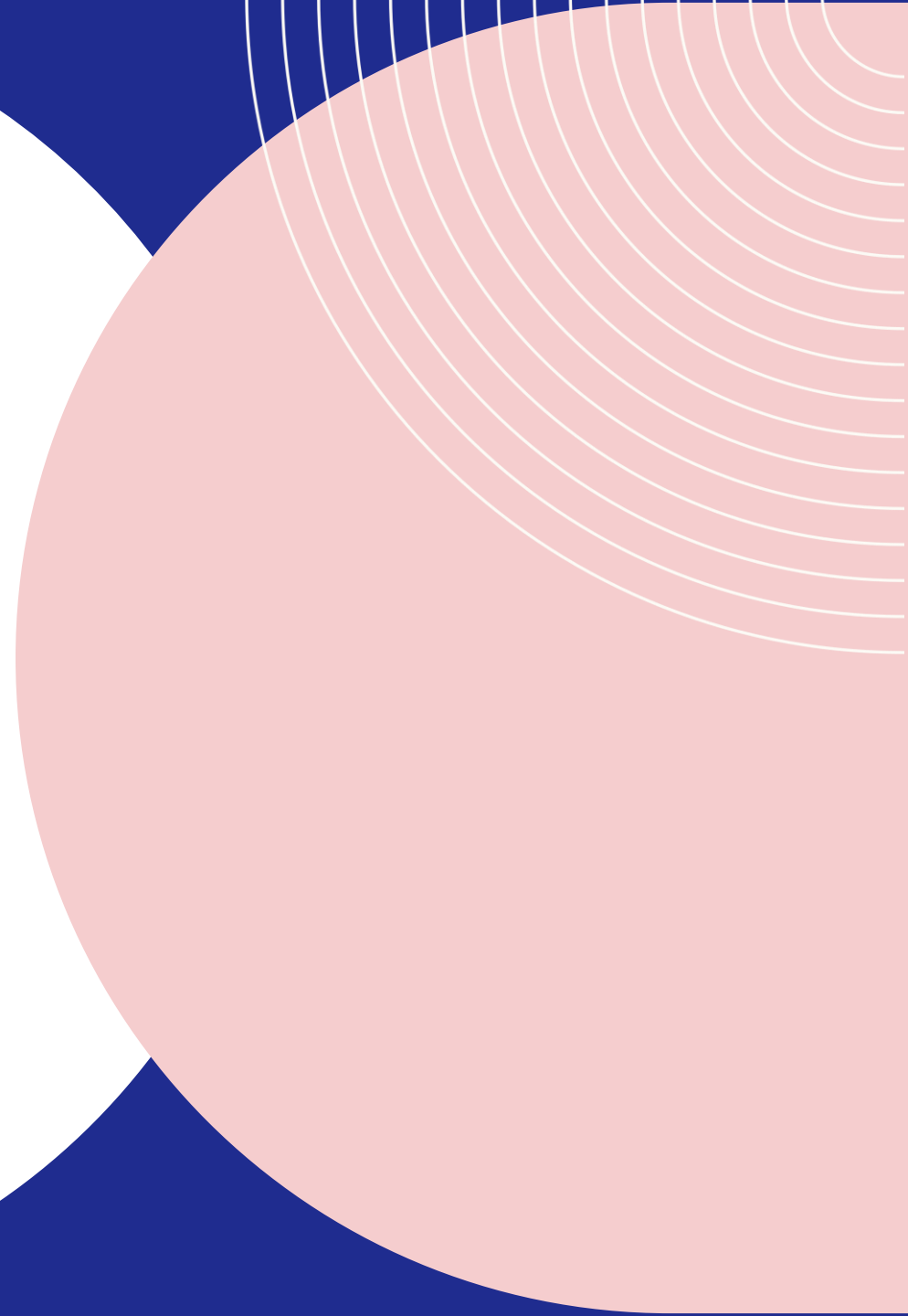
TAKE-HOME MESSAGE: BEHANDELING

- Medicatie
- Training
- Compensatie
- Hulpmiddelen

TAKE-HOME MESSAGE: ONDERZOEK

	Kenmerken	Specifieke test	Gerelateerde klachten
Antalgische gang	Verkorte standfase op aangedaan been. Hinkend.	Heup-, knieprovocatietesten. Wortelprovocatietest.	Pijn. Beperkte bewegingsrange.
Hemispastische gang	Cirumductie (verminderde buiging knie). Flexie ipsilaterale arm. Slepen met voet.	Snelheidafhankelijke spasticiteit. Verhoogde reflexen.	Afgesleten anterior-mediale zijde schoenzool.
Hypokinetisch rigide gang	Traag, korte paslengte, rigide, minder optillen voeten. Hesitatie. Freezing.	Verbetering met externe cues. Toename klachten bij extra taak.	Andere hypokinetisch rigide kenmerken; o.a. bradykinesie, rusttremor.
Cautious gait	'walking on ice', armen breed, breedbasisch, korte stappen, traag.	Opvallende verbetering met geringe ondersteuning.	Geringe posturele instabiliteit. Angst om te vallen.
Functionele loopstoornis	Erg variabel. Inconsistenties. Bv. veel wankelen, maar niet vallen, buckling gait.	Verbetering bij afleiding, als niet geobserveerd of bv. achteruit lopen. Shoulder tap test.	Variabel. Ontstaat vaak vrij plotseling.
Atactische gang	Breedbasisch, gangdeviatie, wankelend.	Koorddansersgang, Tandem stand.	Andere cerebellaire kenmerken: Dysartrie, hypermetrie, nystagmus.
Vestibulaire gang	Breedbasisch. Deviatie naar één zijde	HINTS (HIT, nystagmus, test of skew). Toename klachten bij ogen	Vertigo, misselijkheid, braken (in acute fase)

VRAGEN?



Antwoorden:

DO

Hypokinetisch rigide gang
(parkinsonisme)

Antalgische gang
(heup/knieproblemen)

Cautious gait
(angst om te vallen, vaak oudere patiënt)

Hemipastische gang
(bv. post CVA / NAH)

Functionele loopstoornis

Atactische gang
(cerebellaire ataxie)

Vestibulaire gang

ROOD

ZWART

GOUD

GROEN

BLAUW

ROZE

WIT

