

Jaargang 1, nummer 2, april 2020

Dit is de 2de nieuwsbrief van ReumanetNL waarmee we jullie willen informeren over relevant nieuws op het gebied van fysio- en oefentherapie bij reumatische aandoeningen.

We zitten middenin een crisis als gevolg van het COVID-19 virus waar iedereen in meer of mindere mate door geraakt wordt. We wensen allen veel sterkte in deze moeilijke tijd. Pas goed op elkaar, blijf gezond of wordt snel beter!

Artikelen

Ter informatie 2 artikelen over oefentherapie bij mensen met axiale SpA:

Allereerst een artikel waarin met een meta-analyse het effect van begeleidde oefentherapie en huiswerkprogramma met elkaar werd vergeleken. De onderzoekers constateerden op basis van 7 studies met in totaal 271 patiënten met Spondylitis

Ankylopoëtica (SA) dat *'gesuperviseerde oefentherapie een groter effect had op het verlagen van de scores op de BASMI-(mobiliteit), BASDAI-(ziekteactiviteit) en BASFI-(functioneren).'* Ze concludeerden dat *'zowel gesuperviseerde oefentherapie als huiswerk oefenprogramma's bijdragen aan het verlagen van de BAS-scores bij SA patiënten, maar dat een begeleid oefenprogramma op korte termijn effectiever kan zijn voor het verlagen van de ziekteactiviteit.'*

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32080122>

In het tweede artikel werden 14 mensen met axiale spondyloarthritis geïnterviewd en bevraagd over hun ervaringen na hun deelname aan een 12-weken gesuperviseerd hoog intensief oefenprogramma. De onderzoekers concludeerden dat: *'De respondenten begeleidde hoog intensieve intervaltraining ervaarde als een uitdaging voor zowel lichaam als geest, maar ook beschreven als een positieve ervaring, met snelle lichamelijke effecten die het vertrouwen in hun eigen lichaam versterkten. De nieuwe ervaring leek de houding en motivatie van de respondenten rondom lichaamsbeweging te hebben veranderd en zorgde ervoor dat ze de meer regie namen voor hun gezondheid door de ziekte uit te dagen. Het oefenen in een sociale context, onder professionele begeleiding, verbeterde de self-efficacy ten aanzien van het oefenen en hielp de respondenten om zich aan het oefenprogramma te houden.'*

'De respondenten begeleidde hoog intensieve intervaltraining ervaarde als een uitdaging voor zowel lichaam als geest, maar ook beschreven als een positieve ervaring, met snelle lichamelijke effecten die het vertrouwen in hun eigen lichaam versterkten. De nieuwe ervaring leek de houding en motivatie van de respondenten rondom lichaamsbeweging te hebben veranderd en zorgde ervoor dat ze de meer regie namen voor hun gezondheid door de ziekte uit te dagen. Het oefenen in een sociale context, onder professionele begeleiding, verbeterde de self-efficacy ten aanzien van het oefenen en hielp de respondenten om zich aan het oefenprogramma te houden.' <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32237214>

Systematic Review and Meta-Analysis

Medicine®

OPEN

The comparative efficacy of supervised- versus home-based exercise programs in patients with ankylosing spondylitis

A meta-analysis

Hui Liang, MSN^{a,b}, Lingli Xu, BSc^c, Xu Tian, MSN^{d,*}, Shuya Wang, BSc^{b,e}, Xiaoling Liu, BSc^c, Yi Dai, BSc^{a,b}, Li Kang, BSc^{a,b}, Lisai Chen, BSc^{a,b}, Lifan Jin, BSc^{a,b,*}, Qin Li, BSc^{b,e}, Weiqing Chen, MD^{c,*}

ACR Open Rheumatology
Vol. 0, No. 0, Month 2020, pp. 1-7
DOI: 10.1002/acr2.11128
© 2020 The Authors. ACR Open Rheumatology published by Wiley Periodicals, Inc. on behalf of American College of Rheumatology.
This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License, which permits use and distribution in any medium, provided the original work is properly cited, the use is non-commercial and no modifications or adaptations are made.

How Do Patients With Axial Spondyloarthritis Experience High-Intensity Exercise?

Annelie Bilberg,¹ Silje H. Sveaas,² Hanne Dagfinrud,² and Kaisa Mannerkorpi¹

AMERICAN COLLEGE
of RHEUMATOLOGY
Empowering Rheumatology Professionals





Scholing

Helaas gaat de NPi basisscholing Reumatische Aandoeningen in verband met de Coronacrisis niet door. De NPi zal iedereen op de hoogte houden naar welke datum deze verplaatst gaat worden. Gezien de onzekerheid met de ontwikkeling van het virus en de daarbij behorende maatregelen is op dit moment nog geen nieuwe datum bekend.



Inschrijving voor de andere basisscholing, de EULAR online course voor health professionals is weer mogelijk vanaf juli 2020:



https://esor.eular.org/totara/catalog/index.php?catalog_cat_browse=74&orderbykey=text&itemstyle=narrow

Interview



In het magazine voor mensen met reuma, *Reumamagazine*, is de voorzitter van ReumanetNL geïnterviewd om meer bekendheid te geven aan ReumanetNL richting patiënten.

Het interview: <https://reumanetnl.nl/wp-content/uploads/2020/04/Interview-ReumanetNL-Reumamagazine.pdf>

Flyers

Het is mogelijk om tegen geringe vergoeding flyers (A5 formaat) te bestellen voor individuele fysio- en oefentherapeuten die lid zijn van ReumanetNL, waarop zij hun naam en/of praktijk kunnen zetten. Indien een lokaal reumanetwerk een folder wil waar alle leden op vermeld staan, kan dat ook indien alle leden van het lokale netwerk ook lid zijn van ReumanetNL. Reumanet Zeeland heeft hier al gebruik van gemaakt. Wilt u meer informatie over deze flyer dan kunt u mailen naar: info@reumanetnl.nl



Kennen jullie nog fysio- of oefentherapeuten met specifieke deskundigheid in de reumatologie? Verwijs ze naar www.reumanetnl.nl

Hartelijke groet
Bestuur ReumanetNL

Marijke Esseboom
Iris Mensert
John Reijnen
Salima van Weelij
Wilfred Peter