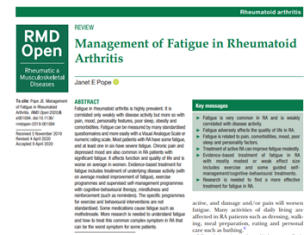


Jaargang 1, nummer 4, augustus 2020

Dit is de 4de nieuwsbrief van ReumanetNL waarmee we jullie willen informeren over relevant nieuws op het gebied van fysio- en oefentherapie bij reumatische aandoeningen.

Publicaties

Evidence-based behandeling voor vermoeidheid bij RA omvat de behandeling van de onderliggende ziekteactiviteit (met een lichte verbetering van de vermoeidheid), begeleidende oefentherapie en zelfmanagementprogramma's met cognitieve-gedragstherapie, mindfulness en reinforcement (zoals herinneringen).

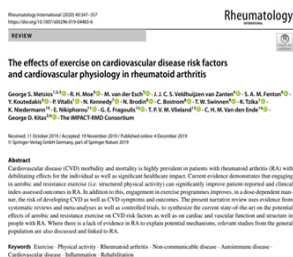


Pope JE. *Management of Fatigue in Rheumatoid Arthritis*.

RMD Open. 2020 May;6(1):e001084. doi: 10.1136/rmdopen-2019-001084.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7299512/pdf/rmdopen-2019-001084.pdf>

Er is bewijs dat aerobe en spierkracht versterkende oefentherapie de klinische en zelf gerapporteerde klachten bij mensen met RA verbeterd. Daarnaast vermindert deze oefentherapeutische interventie ook het risico op het ontwikkelen van cardiovasculaire symptomen en uitkomsten.



Metsios GS, Moe RH, van der Esch M, van Zanten JJCSV, Fenton SAM, Koutedakis Y, Vitalis P, Kennedy N, Brodin N, Bostrom C, Swinnen TW, Tzika K, Niedermann K, Nikiphorou E, Fragoulis GE, Vlieland TPVM, Van den Ende CHM, Kitas GD; IMPACT-RMD Consortium. *The effects of exercise on cardiovascular disease risk factors and cardiovascular physiology in rheumatoid arthritis*.

Rheumatol Int. 2020 Mar;40(3):347-357. doi: 10.1007/s00296-019-04483-6.

<https://reumanetnl.nl/wp-content/uploads/2020/03/Metsios-2020-The-effects-of-exercise-on-cardiovascular-disease-risk-factors-and-cardiovascular-physiology-in-rheumatoid-arthritis.pdf>

Scholing Reumatologie

De Najaarsdagen van de NVR het landelijke reumatologie congres, zal dit jaar in verband met COVID-19 plaatsvinden via Webinars. Het programma is als volgt:

<https://www.nvr.nl/wp-content/uploads/2019/10/flyer.pdf>

Inschrijven kan via:

https://www.eventtouch.eu/nvr/nvr/?locale=nl_NL&embed=b028b0605558f79c7c40c57a999d50cd en de kosten zijn € 50 per dag.

De opzet van de Webinars is zo dat men uitgenodigd wordt om samen te gaan kijken en dat er quiz vragen over de inhoud gesteld worden waarmee als groep zelfs wat te winnen valt. Ook leuk voor ons als fysio- en oefentherapeuten om aan deel te nemen als je bijvoorbeeld lokaal georganiseerd bent als reumanetwerk dit te gaan regelen als lokaal reumanetwerk activiteit. Dus zoek lokaal contact met elkaar en ga het organiseren!



Bij het Kick-off symposium van november 2019 was het voornemen om jaarlijks een vorm van scholing te organiseren. Door de ontwikkelingen als gevolg van COVID-19 zijn face-to-face scholingen moeilijker te organiseren. Daarom is de commissie scholing en deskundigheidsbevordering zich aan het beraden om een digitaal event op te zetten. Wij houden u op de hoogte!

Onderzoek

Het onderzoek naar langdurige fysio-/ oefentherapie bij mensen met ernstige beperkingen als gevolg van RA of axSpA is van start gegaan. Meer informatie over deze L-EXTRA en L-EXSPA studies is te vinden op de website van ReumaNederland: <https://reumanederland.nl/reuma/onze-themas/onderzoek-oefentherapie-bij-ra-en-axiale-spa/>. Inmiddels zijn al 28 mensen geïnccludeerd in deze twee parallel lopende landelijke studies en zijn diverse collega's die lid zijn van ReumanetNL al bij deze studie betrokken als meetlocatie zo dicht mogelijk bij de patiënt in de buurt en/of als therapeut die de experimentele interventie in het kader van deze onderzoeken gaat uitvoeren.

Mooi dat we als landelijk netwerk betrokken zijn bij dit bijzondere onderzoek voor mensen met veel beperkingen als gevolg van reuma!

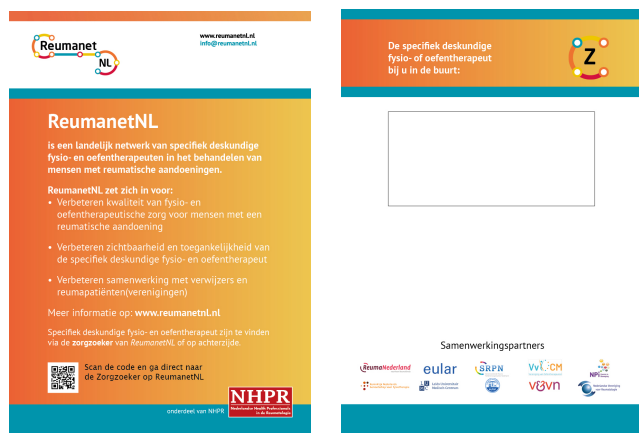


Flyers

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. De eerste 20 stuks zijn gratis, daarna zijn de kosten: 20 stuks 7,50/ 40 stuks 12,50 / 60 stuks 17,50 / 80 stuks 20,00 / 100 stuks 22,50. Een aantal collega's heeft hier al gebruik van gemaakt.

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 als eerste een bestelling gedaan. Kosten rond de 75 euro voor 500 exemplaren (meer of minder kan ook)

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*