

Primeur:

een Lokomat in de eerste lijn

Bij fysiotherapiepraktijk Fortius in Nijkerk is een Lokomat in gebruik genomen. Dit slimme looptrainings-apparaat stond in ons land al bij enkele revalidatiecentra, maar is nu dus ook beschikbaar bij een eerstelijns fysiotherapeut. Het is de bedoeling dat er meer volgen.

Liesbeth Mekkering heeft een incomplete dwarslaesie C4 en kan beperkt lopen. Toen ze voor het eerst de kans kreeg om een Lokomat uit te proberen, werd dat een geweldige ervaring: 'Fantastisch, het voelde echt als lopen. Ik kreeg tranen in mijn ogen.' Liesbeth wilde blijven trainen met de Lokomat en vond dat deze training ook voor anderen beschikbaar moest komen in de eerste lijn. 'Overheid en zorgverzekeraars doen hier niets aan en daarom zijn we het zelf gaan regelen.' Liesbeth werkt als headhunter en heeft een uitgebreid netwerk. Samen met bekende zakenmensen zoals Gerard van den Tweel, Peter Karsten en Eegh van Arkel richtte ze de stichting Beter Lopen op. Het doel: geld inzamelen voor de aanschaf van Lokomats. 'Als stichting willen we zorgen dat er in iedere provincie een Lokomat komt te staan bij een eerstelijns fysiotherapiepraktijk.' Bekende Nederlanders, zoals modeontwerpster Sheila de Vries, werden ambassadeur van de stichting.

Kleine beurs

De aanschafkosten van de Lokomat die nu in Nijkerk staat - bijna een half miljoen euro - werden bijeengebracht via sponsoring. De verzekering vergoedt de fysiotherapeutische begeleiding en daarnaast wordt een eigen bijdrage gevraagd voor



De Lokomat heeft een soort exoskelet dat de bewegingen van de benen naar behoefte ondersteunt. Bij de looptraining wordt gebruikgemaakt van games, wat het trainen aantrekkelijker maakt.

de training. Liesbeth Mekkering: 'We hopen dat de zorgverzekeraars deze kosten gaan vergoeden, want we vinden het belangrijk dat de training ook voor mensen met een kleine beurs toegankelijk is. Fortius gaat de komende tijd gegevens verzamelen om daarover in gesprek te kunnen gaan met de verzekeraars. Bij iedereen wordt aan het begin van de training met de Lokomat een nulmeting gedaan en daarna wordt ieder kwartaal gemeten wat de vooruitgang is. Bijvoorbeeld: welke afstand kun je afleggen, binnen hoeveel tijd? Op deze manier willen we laten zien dat de opbrengst van de training groot is: lichamelijk, door een betere loopvaardigheid en de algemene gezondheidseffecten van bewegen, maar ook mentaal. Het doet je echt goed als je merkt dat je vooruitgang kunt boeken.'

Juiste bewegingen

Zelf blijft Liesbeth voorlopig twee keer in de week trainen met de Lokomat. 'Ik zie mezelf als een soort proefkonijn, in de goede zin van het woord, omdat ik minimaal een jaar op de Lokomat zal trainen. Ik weet niet hoe ver dat me zal brengen, maar ik heb er veel vertrouwen in. Nu al merk ik dat ik meer gevoel heb in mijn voetzolen en dat mijn rechterbeen véél minder ver naar buiten zwaait. Een mederevalidant die MS heeft vertelde dat hij door de training meer conditie heeft en zijn spitsvoet weer rechtop kan neerzetten. Dat soort effecten zijn ook logisch, want tijdens een training word je geholpen om de juiste bewegingen te maken, en dat dan heel intensief. Zelf zet ik nu 2500 stappen in 40 minuten, iets wat ik nooit zal halen als ik gewoon loop met mijn krukken.'