



Neuropathie: verbeteringen bij het lopen

Spreker: dr. Willeke Kruithof, consultant Rehabilitation Medicine (Revalidatiearts) bij UMC Utrecht

Lopen lijkt iets triviaals zolang het allemaal vanzelf gaat. Het is echter een wonderlijk delicaat spel tussen spieren, gewrichten, perceptie van je stand in de ruimte en aansturing door zenuwen en hersenen. Wanneer alle onderdelen goed werken en op elkaar zijn afgestemd is er balans bij zowel het staan en het lopen.

Bij axonale polyneuropathie zijn echter de perceptie én de aansturing verstoord doordat er sprake is van degeneratie van de 'bekabeling': de zenuwen. Onbalans wordt dus gebrekkig gedetecteerd en de correcties (door het autonome zenuwstelsel en/of door de hersenen) komen ook niet goed aan bij de spieren. Daardoor is 'gewoon' lopen voor veel polyneuropathiepatiënten geen vanzelfsprekendheid meer. Men struikelt vaak, ook al over heel kleine voorwerpen, en is dan niet altijd in staat om vallen te voorkomen.

Mensen hebben diverse verwachtingen ten aanzien van verschillende aspecten van lopen (tempo, loopafstand, afwikkeling, enz.). Dit is heel persoonlijk, want voor eenieder neemt het lopen een andere plaats in, op het werk, thuis, op vakantie of bij het uitoefenen van je hobby's.



Willeke Kruithof spreekt over verbeteringen bij het lopen

De revalidatiearts gaat op basis van een gesprek hierover en een lichamelijk onderzoek bepalen wat er specifiek voor jou verbeterd moet en kan worden. Er wordt daarbij ook gekeken naar eventuele andere problemen die je ervaart zoals krachtverlies, angst, vermoeidheid, (zenuw)pijn en gevolg-effecten die optreden wanneer je compenseert in je beweging (bijvoorbeeld een zere knie omdat je ter ontlasting van pijn ergens anders op een andere manier bent gaan lopen). Hiermee wordt door de revalidatiearts een behandeling op maat (per onderliggend probleem) uitgewerkt die gerealiseerd kan worden bij een sportschool, de fysiotherapeut of bij het revalidatieteam om de impact van het verlies te minimaliseren.