

Testen van uw fitheid en functioneren

Afdeling Fysiotherapie; voorbereiding op uw operatie

U bent door uw behandelend arts/specialist/oncoloog verwezen naar de afdeling Fysiotherapie van het Maastricht UMC+ voor een onderzoek naar uw lichamelijke (fysieke) fitheid en uw dagelijks functioneren (hoe goed u uw dagelijkse activiteiten kunt uitvoeren met betrekking tot onder andere mobiliteit en balans). Door middel van dit onderzoek kunnen de risico's op complicaties tijdens en na een grote operatie en uw herstel- en opnameduur beter in kaart worden gebracht. Op dit blad krijgt u meer informatie over dit onderzoek.

Doel van het onderzoek

Doel van het onderzoek is om uw lichamelijke fitheid en dagelijks functioneren voor de operatie te meten zoals:

- uithoudingsvermogen
- spierkracht
- dagelijks functioneren (o.a. mobiliteit, balans)

Om een zo goed mogelijk totaalbeeld te krijgen van uw fitheid en dagelijks functioneren, wordt de test op twee momenten uitgevoerd, namelijk;

1. na uw diagnose bij de specialist.
2. bij opname in het ziekenhuis voor de operatie.

Elke meting duurt ongeveer 45 minuten.

Vorbereiding

Draag gemakkelijk zittende kleding en schoenen.



Het onderzoek

U meldt zich op het afgesproken tijdstip bij het secretariaat van de afdeling Fysiotherapie, niveau (Volg B-0 paars). Hebt u begeleiding nodig maak dan gebruik van de diensten van de Unie Van Vrijwilligers (UVV) op het Poliplein. De fysiotherapeut haalt u op in de wachtruimte D en neemt u mee naar de onderzoekruimte. Hier krijgt u uitleg over het onderzoek dat bestaat uit een aantal testen en vragen.

Wandeltest

Hiervoor krijgt u een hartslagmeter rond uw borst bevestigd. Deze registreert uw hartslag tijdens de wandeltest. U wandelt tussen twee pionnen in een tempo dat wordt aangegeven door een geluidssignaal. De wandelsnelheid wordt elke minuut iets opgevoerd door de tijd tussen de geluidssignalen te verkorten. U probeert dit zo lang mogelijk vol te houden.

Timed-up-and-go test

De bedoeling van deze test is dat u op staat uit een stoel (met arMLEUNINGEN), drie meter loopt, omdraait, terug loopt naar



de stoel en weer gaat zitten. Probeer deze opdracht zo snel mogelijk uit te voeren.

Metten van uw spierkracht

Uw handknijpkracht, beenspierkracht en inademingsspierkracht worden door middel van drie oefeningen gemeten. Bij deze metingen heeft u of een krachtmeter in uw hand, tegen uw onderbeen of moet u door de inademingsspierkrachtmeter inademen. U probeert deze oefeningen zo krachtig mogelijk uit te voeren.

Vragenlijst

Tot slot vragen we u nog enkele korte vragenlijsten in te vullen over vermoeidheid, kwaliteit van leven en uw ervaringen met de metingen. Na de testen en het invullen van de vragenlijst kunt u naar huis.

Mogelijke complicaties

Het onderzoek wordt uitgevoerd onder begeleiding van een ervaren fysiotherapeut en is veilig.

De uitslag

Na het tweede meetmoment, voorafgaand aan uw operatie in het Maastricht UMC+, bespreekt de fysiotherapeut de uitslag met u.

Contact

Hebt u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan beantwoorden wij deze graag.

Afdeling Fysiotherapie 043-387 71 46 maandag tot en vrijdag van 08.30 uur tot 17.00 uur
Vraag naar Aniek Heldens (fysiotherapeut) en u wordt zo spoedig mogelijk teruggebeld.

Website

- www.mumc.nl
- www.gezondidee.mumc.nl
- <http://wiki.mumc.nl/fysiotherapie>

Odin 034362 / uitgave maart 2015

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl

Maastricht UMC+



Maastricht University

azM en UM werken samen onder de naam Maastricht UMC+