

# Beenorthese: een hulpmiddel om beter te lopen

U komt in aanmerking voor een (nieuwe) beenorthese, omdat u problemen heeft met staan of lopen. Wat een beenorthese is leest u in deze folder. In deze folder staat ook welke afspraken u krijgt en bij wie u moet zijn. Verder leest u wat er gedaan gaat worden en hoe lang het duurt. Bewaar deze folder goed. Dan kunt u alles nog eens nalezen.

## Wat is een beenorthese?

Een beenorthese is een hulpmiddel dat steun geeft en om het been wordt gedragen. Er bestaan veel verschillende uitvoeringen van beenorthesen.

## Wat is het doel van de beenorthese?

Een beenorthese is meestal bedoeld om steviger te kunnen staan en lopen. De klachten die hierdoor verminderen zijn niet voor iedereen hetzelfde. De beenorthese kan helpen om vallen te voorkomen of om pijn of vermoeidheid tijdens het lopen te verminderen.

Om te bepalen of een beenorthese bij u kan helpen, krijgt u eerst een afspraak met de revalidatiearts. De revalidatiearts bespreekt met u wat het probleem is (intake-gesprek) en doet een lichamenlijk onderzoek.

## Hoe worden de problemen met het lopen onderzocht?

Om de problemen met het lopen verder te onderzoeken, krijgt u een afspraak in het Bewegingslaboratorium. Hier krijgt u een gangbeeldanalyse om precies te zien hoe u loopt. Met speciale camera's maakt de bewegingslaborant opnamen. Verder onderzoekt de bewegingslaborant hoeveel energie u verbruikt tijdens het lopen (energieverbruikmeting). Dit geeft inzicht in hoe vermoeiend het lopen is. Ook vult u een aantal vragenlijsten in. U ontvangt een aparte informatiefolder over de gangbeeldanalyse en de energieverbruikmeting.

## Is een beenorthese de oplossing voor u?

De revalidatiearts beoordeelt vervolgens de resultaten van de gangbeeldanalyse en de energieverbruikmeting. Daarna stelt hij een behandelplan op. Dit plan wordt met u besproken in een telefonische afspraak of op het spreekuur. Soms blijkt uit de metingen dat een beenorthese voor u geen geschikte oplossing is. Dan bespreekt de revalidatiearts wat voor u een beter geschikte behandeling is.

Als u wel een beenorthese advies krijgt, stelt u hierna samen met de fysiotherapeut een aantal haalbare doelen op. Het gaat om activiteiten die nu niet zo goed meer gaan, maar die met een

beenorthese kunnen verbeteren. De doelen worden opgesteld om over een langere tijd te kijken of de beenorthese helpt.

## **Door wie wordt de beenorthese aangemeten en gemaakt?**

De beenorthese wordt op maat voor u gemaakt door de instrumentmaker van OIM Orthopedie. De instrumentmaker komt elke week naar Amsterdam UMC, locatie AMC en heeft dan spreekuur samen met de revalidatiearts en/of arts-assistent in opleiding tot revalidatiearts. Dit spreekuur heet het technisch spreekuur.

## **Hoe wordt de beenorthese aangemeten en gepast?**

Tijdens de eerste afspraak bepalen de revalidatiearts en de instrumentmaker samen met u welk type beenorthese het meest geschikt is. Uw eisen en wensen hierbij zijn belangrijk. Daarna maakt de instrumentmaker een gipsafdruk van uw been. Ook heeft u een afspraak met de fysiotherapeut waarbij u doelen gaat opstellen over wat u graag met de orthese zou willen bereiken.

Twee weken na het maken van de gipsafdruk komt u terug op het technisch spreekuur. U past dan een buigzame testkoker die van de gipsafdruk is gemaakt. Als de koker goed zit, wordt de uiteindelijke beenorthese gemaakt (zie afbeelding).



*Afbeelding: Verschillende soorten beenorthesen*

Weer twee weken later komt u terug om de beenorthese te passen. De revalidatiearts en instrumentmaker kijken of de beenorthese goed zit. Hierna wordt de beenorthese afgewerkt.

Weer twee weken later, dus 6 weken na het maken van de gipsafdruk, is de beenorthese klaar. Als de beenorthese goed past kijken de revalidatiearts en instrumentmaker naar bijpassende schoenen. Vaak past de beenorthese in gewone, wat ruimere schoenen met een vetersluiting. Soms zijn aanpassingen aan uw schoen nodig of krijgt u orthopedische schoenen (maatschoenen). In dat geval schakelen zij een orthopedisch schoentechnicus in. Verder zult u met de fysiotherapeut het lopen met de beenorthese uitproberen.

## Hoe leert u de beenorthese gebruiken?

Of, en hoeveel fysiotherapietraining u nodig hebt om te leren lopen met de beenorthese verschilt per persoon.

## Hoe gaat de controle na aflevering?

Wanneer u de beenorthese twee weken gebruikt heeft, komt u terug op het technisch spreekuur en bij de fysiotherapeut voor een controle. Soms zijn kleine aanpassingen nodig als de beenorthese knelt of bijgesteld moet worden.

## Hoe gaat de evaluatie na 3 maanden?

Drie maanden nadat u de beenorthese heeft meegekregen, komt u terug voor een evaluatie. Dit bestaat uit drie onderdelen.

Met de fysiotherapeut bespreekt u of u de doelen heeft gehaald, die eerder met u zijn opgesteld (evaluatiedoelen).

In het Bewegingslaboratorium krijgt u nog een keer een gangbeeldanalyse en een energieverbruikmeting en vult u vragenlijsten in om te kijken of het lopen met de beenorthese is verbeterd.

Tot slot beoordeelt de revalidatiearts de resultaten en bespreekt deze met u in een telefonische afspraak of op het spreekuur. Dit is de eindevaluatie.

## Hoeveel afspraken krijgt u en hoe lang duren ze?

In het onderstaande overzicht ziet u hoeveel afspraken u minimaal krijgt, bij wie u moet zijn en hoe lang de afspraken duren. Dit overzicht is een voorbeeld. Voor iedereen zal het er een beetje anders uitzien. Soms hebt u meer afspraken nodig. Als het kan, proberen wij meerdere afspraken op 1 dag te plannen.

Afspraak	Met wie?	Doel	Duur
1	Revalidatiearts	Intake-gesprek	±30 min
2	Bewegingslaborant	Gangbeeldanalyse, Energieverbruikmeting, Vragenlijsten	±2 uur
3	Revalidatiearts	Behandelplan bespreken (telefonisch of op het spreekuur)	5-15 min
4	Fysiotherapeut	Doelen opstellen	±40 min
	Instrumentmaker en revalidatiearts	Gipsmodel maken op technisch spreekuur	±30 min
5	Instrumentmaker en revalidatiearts	Testkoker passen op technisch spreekuur	±20 min
6	Instrumentmaker en revalidatiearts	Beenorthese passen op technisch spreekuur	±20 min

7	Instrumentmaker en revalidatiearts	Beenorthese afleveren op technisch spreekuur	±20 min
	Fysiotherapeut	Lopen met beenorthese uitproberen	±30 min
8	Instrumentmaker en revalidatiearts	Controle afspraak op technisch spreekuur	±20 min
	Fysiotherapeut	Controle afspraak met fysiotherapeut	±30 min
9	Fysiotherapeut	Evaluatiedoelen	±30 min
	Bewegingslaborant	Herhaling van: Gangbeeldanalyse, Energieverbruikmeting, Vragenlijsten	±2 uur
10	Revalidatiearts	Eindevaluatie (telefonisch of op het spreekuur)	5-15 min

*Opmerking: De afspraken met de orthopedisch schoentechnicus en de vervolgbehandelingen bij de fysiotherapeut staan niet in dit overzicht. Deze kunnen van persoon tot persoon verschillen.*

### **Heeft u nog vragen?**

Als u vragen heeft over het orthesetraject, bel dan gerust. U kunt bellen met het Bewegingslaboratorium, telefoon: 020-56 67614.

### **Kunt u niet op een afspraak komen?**

Bel de afsprakenbalie dan zo snel mogelijk, telefoon: 020-56 63345.