

Spreekuur op dinsdag

Door Susanne de Groot-Borsje, revalidatiearts Amphia Ziekenhuis en Revant Revalidatiecentrum

Gamen kan heel nuttig zijn

Ongetwijfeld staan op veel Sinterklaas verlanglijstjes de games weer hoog genoteerd. En ouders zullen zich afvragen of ze daar wel verstandig aan doen: is het niet verslavend? Zet het misschien aan tot geweld?

Een heel ander geluid is er te horen uit de revalidatiegeneeskunde. Samen met gamebouwers werken revalidatieartsen aan de verfijning van game-toepassingen die mensen helpen zo goed mogelijk te functioneren in het dagelijks leven. Met een geavanceerde game kan de reactiesnelheid en de oog-handcoördinatie getraind worden. Heel nuttig voor iemand die een beroerte heeft gehad en aan een zijde restverschijnselen heeft. Er is ook een virtual reality omgeving in de maak voor bijvoorbeeld mensen die slecht ter been zijn. Zo'n veilige omgeving om te oefenen hoe je handig van een stoerprand af stapt, kan een enorme hulp zijn om meer vertrouwen te krijgen in je eigen lichaam.

Dat is waar het om draait voor een revalidatiearts: er voor zorgen dat de patiënt weer optimaal kan functioneren in de maatschappij, ondanks beperkingen en restverschijnselen. Ik noemde net al het voorbeeld van iemand met een beroerte. Maar ook mensen waarbij amputatie nodig is, of slachtoffers van een verkeersongeluk, of mensen met kanker; allemaal moeten ze leren om te gaan met hun veranderde lichaam. De eerste vraag die mensen vaak aan me stellen is: "voor hoeveel procent word ik weer de oude?" Maar dat is zo persoonsafhankelijk. Als revalidatiearts kijken we niet alleen naar die verlamde hand, we kijken naar de mens in zijn geheel. Hoe was iemand voorheen, hoe is zijn mentale toestand? Wat moet iemand kunnen om weer in zijn eigen omgeving te kunnen functioneren? Als je een jonge violist bent en je raakt eenzijdig verlamt, dan ligt dat natuurlijk anders dan bij iemand die met pensioen is en actief in het leven staat.

Ook bij ziektebeelden waarvan je misschien denkt dat het alleen maar slechter wordt, speelt de revalidatiearts een belangrijke rol. Ik zie geregeld jonge mensen met MS. "Mijn leven is voorbij, ik eindig in een rolstoel", denken de meesten als ze net de diagnose hebben gekregen. Als revalidatiearts kunnen we dan veel betekenen. Door uit te leggen dat MS vele uitingsvormen heeft. Sommige patiënten zullen inderdaad een rolstoel nodig hebben, maar veel anderen niet. En ook al kom je in een rolstoel, dan kun je nog steeds een zinvol en rijk leven hebben. Dankzij innovatieve technieken als revalidatiegames kunnen bewegingen heel zorgvuldig gemeten worden. Daardoor kun je heel gericht oefenen, voorkom je overbelasting en kunnen ook deze patiënten vaak weer opbouwen. Maar er valt nog heel veel te ontwikkelen. Dus wat er op het verlanglijstje van de revalidatiearts staat, dat kunt u wel raden...