



# Het effect van training op het MS brein

In het MS Centrum Amsterdam (Amsterdam UMC, locatie VUmc) doen wij onderzoek naar de effecten van krachttrainen op het brein bij mensen met progressieve MS. Voor dit onderzoek zijn wij op zoek naar 30 deelnemers, maar ook fysiotherapeuten kunnen meedoen aan dit onderzoek.

## Doel van het onderzoek

De progressieve fase die volgt bij relapsing remitting MS wordt vaak gekenmerkt door verdere toename van lichamelijke klachten. Het hersenweefsel lijkt verder achteruit te gaan. Momenteel zijn er nagenoeg geen goede geneesmiddelen voor mensen met MS in deze fase van de ziekte. Uit recent onderzoek blijkt dat trainingsprogramma's een gunstige invloed kunnen hebben op het ziekteproces in het brein. Het doel van de EXERCISE PRO-MS studie is om te onderzoeken of spierkrachttraining de geleidelijke achteruitgang van de hersenen kan afremmen. Dus zijn er naast de effecten op het dagelijks functioneren en de algehele gezondheid ook effecten op het brein? Daar verwijst ons logo naar.

## Meedoen als fysiotherapeut

Het onderzoek duurt in totaal 48 weken, maar als fysiotherapeut bent u van groot belang van week 16 tot en met week 32 want in deze periode wordt er getraind volgens het trainingsschema van het onderzoek. De trainingen vinden 3 keer per week plaats en duren ongeveer een uur, waarvan in ieder geval twee trainingen onder begeleiding van een fysiotherapeut moeten worden verricht. U kunt de trainingen samen met uw patiënt doen.



## Kenmerken van MS deelnemers

- is tussen de 18 en 70 jaar oud
- heeft zin om onder begeleiding van een MS fysiotherapeut 16 weken te gaan trainen.
- heeft de diagnose multiple sclerose (MS) en er is sprake van geleidelijke toename van klachten na eerdere fase met schubs/relapses.
- kan minimaal 100 meter zelfstandig lopen met een loophulpmiddel aan één kant of zonder loophulpmiddel.

Deelname kan helaas niet als de MS patiënt :

- primair progressieve MS heeft
- niet in de MRI-scanner kan (bijvoorbeeld door prothesen of andere metalen in het lichaam en/of angst voor kleine ruimte).

## **Vragen of Interesse?**

Wilt u meer weten over deze studie, of is één van uw patiënten geïnteresseerd? Neem gerust contact op met Arianne Gravesteijn, onderzoeker bij het MS Centrum Amsterdam locatie VUmc, per mail: [ExerciseProMS@amsterdamumc.nl](mailto:ExerciseProMS@amsterdamumc.nl) Zij kan u verdere uitleg geven.

In bijgevoegd filmpje bedoeld voor patiënten vertelt Arianne over de studie.