



Cursus 'Trainingsfysiologie bij chronisch zieken'

Sportzorg Nederland, Bilthoven

Donderdag 18 en vrijdag 19 februari 2016

Inleiding

Over de positieve effecten van sport en bewegen, ook voor mensen met een chronische ziekte (al dan niet in het revalidatietraject), wordt steeds meer bekend. Dit heeft er mede aan bijgedragen dat steeds meer mensen met een chronische ziekte blijven of (weer) gaan sporten.

(Sport)artsen zien deze mensen regelmatig op het reguliere spreekuur. Relatief vaak zullen sporters met een chronische ziekte vragen stellen over hun fysieke belastbaarheid en een verantwoorde wijze van sportbeoefening/sporthervatting. Soms zijn het rechtstreekse vragen over de inhoud en de opbouw van een trainingsprogramma. Om de sporter met een chronische ziekte goed te kunnen adviseren zal de (sport-)arts dus in staat moeten zijn om adviezen te geven over fysieke belastbaarheid en verantwoorde trainingsprogramma's. Hierbij is het doel niet alleen een betere belastbaarheid bij 'bewegen in de vrije tijd', maar ook een betere belastbaarheid in de werksituatie.

In de cursus 'Trainingsfysiologie bij Chronisch Zieken' wordt in twee dagen eerst in het kort de epidemiologie van chronische ziekten besproken, waarna een overzicht wordt gepresenteerd van de bewegingsrichtlijnen die er al in Nederland zijn. Daarna wordt bij vijf chronische ziekten in het kort de achtergrondtheorie besproken, waarna het accent gelegd zal worden op de (valkuilen en aandachtspunten bij de) inspanningsdiagnostiek en het opstellen en beoordelen van trainingsprogramma's.

De docenten van deze cursus zijn gevraagd vanwege hun expertise op dit gebied bij respectievelijk NeBasNSG, TNO, het Máxima Medisch Centrum te Veldhoven, de Universiteit van Maastricht en diverse andere (intramurale) instellingen. Zij zijn in staat om de theorie in de praktijk van sporters met een chronische ziekte toe te passen en om deze kennis op een begrijpelijk niveau aan de (sport-)arts over te brengen.

Algemeen

Voorafgaande aan de cursus worden vier aios-sportgeneeskunde gevraagd zelf een korte voordracht voor te bereiden over 'Trainingsfysiologie bij een (nader te bepalen) chronische ziekte'.

Doelstelling

De (sport)arts dient kennis, inzicht en vaardigheden van de inspanningsfysiologie bij sporters met een chronische ziekte te verwerven en de invloed van training daarop. Het algemene doel is dat de (sport)arts de sporter met een chronische ziekte adequaat kan begeleiden in situaties die raakvlakken hebben met de trainingsfysiologie.

Doelgroep

Aios-sportgeneeskunde, sportartsen en artsen die de SOS-cursus 'Trainingsfysiologie' hebben gevolgd.

Deze cursus maakt deel uit van het verplicht cursorisch onderwijs in het kader van de opleiding tot sportarts.

Aantal deelnemers

Het maximaal aantal cursisten bedraagt 25.

Datum

Donderdag 18 en vrijdag 19 februari 2016.

Locatie

Sportzorg Nederland, Professor Bronkhorstlaan 10 (gebouw 26), Bilthoven

Accreditatie

- De cursus is voor sportartsen voor 12 uur geaccrediteerd.
- De cursus is voor huisartsen voor 12 punten geaccrediteerd.

Certificaat

De deelnemers ontvangen aan het einde van de cursus een certificaat.

Kosten

De prijs voor deze cursus incl. maaltijden en cursusmateriaal bedraagt € 850,--.

Inschrijven

U kunt zich digitaal inschrijven via onze website:

www.sportgeneeskunde.com/nascholingsagenda.



Programma 'Trainingsfysiologie bij chronisch zieken'

Donderdag 18 februari 2016

- 09.00 - 09.30 uur *Ontvangst*
- 09.30 - 09.35 uur Welkom en inleiding; **E. Stolk**, sportarts
09.35 - 10.05 uur Exercise is Medicine; **E. Verhagen**, epidemioloog
10.05 - 11.20 uur Inspanningsfysiologie bij chronisch zieke kinderen;
T. Takken, klinisch inspanningsfysioloog
- 11.20 - 11.35 uur *Pauze*
- 11.35 - 12.50 uur Diabetes mellitus type 2 (en syndroom X);
R. Rozenberg, sportarts
- 12.50 - 13.45 uur *Lunch*
- 13.45 - 14.45 uur Diabetes mellitus type 1; **L.P. Heere**, sportarts
- 14.45 - 15.00 uur *Pauze*
- 15.00 - 16.00 uur Hartfalen; **V. Niemeijer**, sportarts
16.00 - 16.15 uur Evaluatie eerste dag; **E. Stolk**

Vrijdag 17 februari 2016

- 09.00 - 09.05 uur Welkom door dagvoorzitter/kerndocent; **G. Schep**
09.05 - 12.00 uur Intramuraal werkende sportartsen en chronisch zieken
- Oncologie
- Hartrevalidatie (na een hartinfarct)
- COPD (theorie en praktijk)
Onderbroken door twee voordrachten door aios-sportgeneeskunde.
- 12.00 - 13.00 uur *Lunch*
- 13.00 - 16.15 uur Vervolg Intramuraal werkende sportartsen en chronisch zieken
Onderbroken door twee voordrachten door aios-sportgeneeskunde.
- 16.15 - 16.30 uur Evaluatie en afsluiting cursus