

INNOVATIEVE STAP- EN EVENWICHTSTRaining IN EEN VIRTUELE OMGEVING

GRAIL

INHOUD

01	Innovatieve stap- en evenwichtstraining in een virtuele omgeving	4
02	Wat is trainen in een virtuele omgeving?	4
03	Voordelen	4
04	GRAIL	5
05	Praktisch	5
06	Contact	7

01 INNOVATIEVE STAP- EN EVENWICHTSTRAINING IN EEN VIRTUELE OMGEVING

In het UZ Gent kan je innovatief revalideren op de GRAIL (Gait Realtime Interactive Lab). Dat is een geavanceerde loopband die zich bevindt in een ruimte met omgevingen in virtual reality (VR).

Op de GRAIL train je (complexe) stap- en balansvaardigheden (zoals dubbeltaken, evenwichtsverstoring, hellingen enz.) in een uitdagende en veilige, virtuele omgeving.

02 WAT IS TRAINEN IN EEN VIRTUELE OMGEVING?

Virtual reality is een digitale technologie waarbij een virtuele, nieuwe werkelijkheid wordt gecreëerd met schermen of een VR-bril.

Op de geavanceerde loopband GRAIL beweeg je in een levensechte, onvoorspelbare wereld dankzij een scherm dat je gezichtsveld vult. Je stapt dus bijna letterlijk een andere wereld in. Zo kan je door te bewegen bijvoorbeeld figuren en voorwerpen op het scherm in de juiste richting sturen.

In ons oefenprogramma gebruiken we VR om je op een veilige manier fysiek uit te dagen en zo je revalidatieproces te bevorderen.



03 VOORDELEN

- ▲ De trainingsmodaliteiten kunnen aangepast worden aan je niveau.
- ▲ VR-training is uitdagend en stimulerend.
- ▲ Je kan oefenen in een veilige omgeving.
- ▲ Tijdens het oefenen krijg je onmiddellijk feedback over de kwaliteit van je bewegingen. Zo kan je voortdurend je manier van bewegen bijsturen.
- ▲ De oefenintensiteit (aantal herhalingen of trainingsduur) kan op een leuke en gevarieerde manier worden verhoogd.

04 GRAIL

De GRAIL bestaat uit een geavanceerde loopband die simultaan krachten meet. De loopband heeft verschillende functies:

- ▲ Hij bestaat uit twee delen die onafhankelijk van elkaar kunnen versnellen en vertragen. Zo train je het evenwicht tijdens het stappen.
- ▲ Je kan met een opgelegde snelheid stappen of met een snelheid die jij zelf bepaalt.
- ▲ De loopband kan in zijn geheel op- en neerwaarts kantelen en zijwaarts verplaatsen. Daardoor kunnen we nabootsen dat je over hellingen en verstoringen stapt tijdens een 'wandeling'.
- ▲ Op een groot scherm kunnen we gesynchroniseerde VR-omgevingen en oefeningen projecteren. Daardoor waan je je in een omgeving waarin je evenwicht tijdens het stappen kan oefenen, al dan niet in combinatie met taken voor de armen of denkoefeningen.

Het doel van VR-training op de GRAIL is om het stappen of je vertrouwen in het stappen te verbeteren in een veilige omgeving. Dankzij een veiligheidsharnas kan je niet vallen.

05 PRAKTISCH

Wie komt in aanmerking?

Het opstarten van VR-training wordt altijd beslist door het behandelend team na een intake sessie. Er zijn een aantal voorwaarden waarmee het team rekening houdt:

- ▲ Je moet minstens 10 minuten kunnen rechtstaan zonder hulp of hulpmiddel (supervisie is wel toegestaan).
- ▲ Je moet veilig de transfer naar de loopband of het evenwichtsplatform kunnen maken met één therapeut.
- ▲ Je mag niet meer dan 120 kg wegen. Dat is de maximum draagkracht van het harnas.
- ▲ Kinderen moeten minstens 6 jaar zijn.
- ▲ Je hebt een geldig kinevoorschrift.

Is de training veilig?

Tijdens de VR-trainingen dragen revalidanten altijd een veiligheidsharnas. Dat geeft vertrouwen om op een veilige manier op maximaal niveau te trainen.

Hoe vaak train je?

Een trainingsperiode start met een intakesessie waarbij we je gangpatroon analyseren. Daarna kan je 12 sessies oefenen. Dat kan over een periode van 6 weken aan een frequentie van 2 keer per week, of over een periode van 12 weken aan een frequentie van 1 keer per week. Deze periode kan niet onderbroken worden.

Optioneel kan je op het einde van de sessies opnieuw een analyse laten uitvoeren.

Wat breng je mee?

- ▶ Het is belangrijk dat je stevige en platte schoenen draagt die goed aansluiten aan de voet. Enkel propere en droge schoenen zijn toegelaten.
- ▶ Draag kledij waarin je gemakkelijk kan bewegen, bij voorkeur geen kledij met reflecterende zones. Dat kan de projectie tijdens de trainingen verstoren. Indien nodig kan de VR-therapeut de reflecterende zones afplakken. Voor de intakesessie is het belangrijk dat je een korte short meebrengt.
- ▶ Je mag gerust een flesje water en een handdoekje meebrengen voor tijdens de training.
- ▶ Vergeet niet om eventuele voethulpmiddelen mee te brengen (spalken, brace enz.).



Waar gaan de trainingen door?

- ▲ De trainingen gaan door in het bewegingslabo in de Smart Space van het UZ Gent via ingang 40, route 464.
- ▲ Ben je nieuw in het UZ Gent, meld je dan aan bij Aanmelden en inschrijven via ingang 11. Als je al gekend bent in het UZ Gent, mag je rechtstreeks naar ingang 40 gaan en je aanmelden aan de aanmeldzuil. Kom daarna naar het bewegingslabo.

Kostprijs

De prijs van de intakesessie met analyse bedraagt ongeveer 235 euro. Het ziekenfonds betaalt daarvan een deel terug. Afhankelijk van je terugbetalingsstatuut bedraagt je eigen bijdrage ongeveer 130 euro.

Een trainingssessie wordt aangerekend aan de huidige nomenclatuur voor kinesitherapeutische behandelingen. Je kan die raadplegen via je ziekenfonds. Per sessie betaal je het persoonlijk aandeel en een supplement van 28 euro dat niet wordt terugbetaald.

Deze tarieven kan je niet combineren met een kinesitherapeutische behandeling (privé of in het ziekenhuis) of met een consultatie bij een arts Fysische geneeskunde op dezelfde dag.

06 CONTACT

Zorg dat je op tijd bent. Als je onverwacht niet aanwezig kan zijn, verwittig ons dan minstens 24 uur op voorhand. Afspraken kan je enkel krijgen via de telefoon.



Smart Space

Ingang 40, route 464

T +32 (0)9 332 12 43

E smartspaceuzg@uzgent.be

www.uzgent.be/smart-space

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be

Volg ons op

