Biodextest spiergroepen

azdelta

Beste patiënt
Beste sporter

Je arts stelt voor om een Biodextest uit te voeren. In deze brochure vind je meer uitleg over dit onderzoek waarbij de maximale kracht van bepaalde spiergroepen wordt gemeten (isokinetische test). De test neemt een uur in beslag. De resultaten krijg je meteen tijdens een aansluitende raadpleging bij een revalidatiearts.

De artsen en medewerkers van Sport'R

1 Wat?

Isokinetisch betekent dat een gewricht beweegt met een constante hoeksnelheid. Dit is mogelijk door een elektromechanisch aangedreven dynamometer die **de beweging van een lichaamsdeel op constante voorgeselecteerde snelheid** houdt.

De inspanning of kracht die door een persoon uitgevoerd wordt, resulteert in een evenwaardige tegenkracht van het apparaat. Hierdoor wordt op elk moment van het bewegingstraject **een optimale kracht geleverd**, dit in tegenstelling tot 'klassieke' fitnessapparaten. Dit maakt een isokinetisch toestel uitermate geschikt om **maximale krachttesten** uit te voeren en om krachttraining of revalidatie veel efficiënter te laten verlopen. Het toestel kan dus zowel diagnostisch als therapeutisch gebruikt worden.

2 Waarom?

1. Diagnostisch

Door middel van isokinetische testing kan je de **maximale kracht van verschillende spiergroepen** testen: schoudergordelspieren (exorotatoren/endorotatoren) en bovenbeenspieren (quadriceps/hamstrings).
Deze testing is nuttig als **preventief onderzoek** bij sporters om risicofactoren op blessures aan het licht te brengen.

Ook bij bepaalde pijnklachten (schouderpijn, kniepijn, liespijn) kan een onderzoek van de spierkracht aangewezen zijn om de **diagnostiek te verfijnen** en/of een **revalidatieschema** op te stellen.

Ten slotte kan dit onderzoek ook aangewezen zijn om **na te gaan of de spierkracht voldoende gerevalideerd is** na een operatie (bijvoorbeeld na een voorste kruisbandoperatie, totale knieprothese of andere operaties).

Met deze test bekijken we:

absolute kracht van spiergroepen

relatieve kracht van spiergroepen (de kracht wordt geïnterpreteerd aan de hand van geslacht, leeftijd en sportactiviteit)

de balans van de verschillende spiergroepen ten opzichte van elkaar

hamstrings tegenover quadriceps
- bij knieproblemen: kraakbeenproblemen, patellofemorale pijn, meniscusklachten ...
- bij hamstringproblemen: terugkerende contracturen, spierscheuren, voornamelijk bij voetballers en lopers.
- bij liesproblemen

schoudergordelspieren
- bij schouderproblemen, voornamelijk bij sporten zoals volleybal, tennis ...

links-rechtsverschillen
- Asymmetrische spierkrachten kunnen de onderliggende factor zijn van spierletsels, gewrichtsproblemen, liesproblemen.
- Na revalidatie, bijvoorbeeld na een kruisbandoperatie, mag er geen al te groot links-rechtsverschil meer zijn om de kans op blessures zo klein mogelijk te maken.

2. Therapeutisch

Vermits in de volledige bewegingsbaan optimale kracht wordt uitgeoefend, zijn versterkende oefeningen op dit toestel veel efficiënter en veiliger. Daarom kan dit toestel ingeschakeld worden tijdens de revalidatie om sneller herstel van de spierfunctie te bekomen.

3 Indicaties

- Schouderklachten: schouderinklemming, instabiliteit
- Kniepijn: patellofemoraal pijnsyndroom, mediale band letsel, kruisbandproblematiek, kraakbeenletsels, meniscusletsel
- 4 tot 8 maanden na voorste kruisbandoperatie
- Frequente spierscheuren quadriceps en hamstrings
- Liesklachten
- Blijvende pijnklachten na operatie(s) of (langdurige) revalidatie

4 Hoe?

De volledige test gebeurt op een gestandaardiseerde manier: eerst een opwarming (10 minuten loopband, fietsen of roeien) en daarna positionering op de isokinetische dynamometer. Afhankelijk van het doel van de test worden maximale isometrische (statische) kracht, isokinetische kracht, excentrische krachtmetingen en eventueel krachtuithouding gemeten. Deze testen gebeuren aan verschillende snelheden: 60°/s, 120°/s, 180°/s, 240°/s.

Na de test kan een 10-tal minuten een coolingdown voorzien zijn om belangrijke spierstijfheid de dag nadien te vermijden.

5 Praktisch

- Draag sportieve kledij
- Warming-up + testing + coolingdown **bovenbeenspieren** = ± 60 minuten
- Warming-up + testing + coolingdown **schoudergordelspieren** = ± 90 minuten
- Raadpleging bij arts
  - Als het enkel een bespreking is, duurt dit 20 minuten.

6 Kostprijs

Een test van de bovenbeenspieren (biodex **knie**) kost **110 euro**, een test van de schoudergordelspieren (biodex **schouder**) kost **140 euro**. Voor deze testen is er **geen terugbetaling** door het **RIZIV**. Deze prijzen kunnen onderhevig zijn aan jaarlijkse indexering. Je ontvangt een factuur op je thuisadres.

Na de testing is er een raadpleging bij de arts gepland waarbij de gebruikelijke tarieven per onderzoek gelden.
De kostprijs hiervan is afhankelijk van je statuut bij je ziekenfonds.

Bij verdere vragen rond de kostprijs of je factuur, kan je terecht op onze **website** www.sportr.be of www.fysische-geneeskunde-azdelta.be of bij de dienst facturatie: factuur@azdelta.be - 051 23 76 66.

7 Locatie

- Sport'R, Sportmedisch centrum AZ Delta, Brugsesteenweg 90, 8800 Roeselare.
- Meld je aan bij het secretariaat van Sport'R, route groen, verdieping 0.0.

Notities

Contact

AZ DELTA CAMPUS BRUGSESTEENWEG
Brugsesteenweg 90
8800 Roeselare

Secretariaat Sport'R
t 051 23 63 70
e sportr@azdelta.be

www.azdelta.be
www.sportr.be
www.fysiche-geneeskunde-azdelta.be

Bron: dienst fysische geneeskunde & revalidatie - sportmedisch centrum Sport'R

Artsen

FYSISCHE GENEESKUNDE & REVALIDATIE
Dr. Simon Biebouw
Dr. Jan de Decker
Dr. Pierre Floré
Dr. Valerie Lefevere
Dr. Patrick Linden
Dr. Mathieu Maroy
Dr. Piet Mortelé
Dr. Joke Platteeuw
Dr. Pascale Rombauts
Dr. Charlotte Schepens
Dr. Michel Snoecx
Dr. Ann-Sophie Vanden Bulcke
Dr. Bruno Vanhecke
Dr. Carl Verduyn