

Proefpersooninformatie



Geachte heer/mevrouw,

Door middel van deze brief willen we u benaderen voor deelname aan het onderzoeksproject rondom de HandbikeBattle, die plaats zal vinden in Oostenrijk op 14 juni 2018. Bijgaand treft u nadere schriftelijke uitleg en documentatie.

Sinds 2013 vindt er, in een samenwerking van Nederlandse revalidatiecentra, een uniek project plaats: onder leiding van elk centrum worden er 6-8 mensen met een dwarslaesie of andere aandoening getraind om in juni de Weisseespitze via de Kاونertaler Gletscherstrasse (Oostenrijk) te beklimmen in een handbike. Het gaat om een beklimming van bijna 20 km met 1000 hoogtemeters. Het belangrijkste doel van deze HandbikeBattle is om de handbiker uit te dagen om zijn of haar grenzen te verleggen en het zelfvertrouwen te vergroten. Graag willen we hier onderzoek aan koppelen om te bestuderen wat een dergelijke sportieve uitdaging mentaal en fysiek voor een effect heeft en hoe dat samenhangt met de sportprestatie. Revalidatiecentra Heliomare en Rijndam hebben eerder mensen in de handbike getraind en gemeten in het kader van het vergelijkbare Alpe d'Huez project. Deze deelnemers lieten een aanzienlijke vooruitgang zien in fitheid. Het betrof echter een kleine groep, de trainingen werden niet gemonitord, er was geen nameting om te onderzoeken of een dergelijke levensstijl vol te houden is op de langere duur en er werd niet gekeken wat het effect van een dergelijke uitdaging is op het mentale vlak.

De vragen die wij graag beantwoorden met het onderzoek rondom de Handbike Battle zijn daarom: 1) Wat is het effect van een dergelijke uitdaging op de fitheid en op het mentale vlak op de korte en lange termijn?; 2) Is er een relatie tussen de trainingsintensiteit, fitheid en de tijd van de beklimming??

Voor dit onderzoek benaderen we alle deelnemers van de HandbikeBattle in de hoop dat ze vrijwillig willen deelnemen en we antwoorden op deze vragen kunnen verkrijgen.

Persoonlijk voordeel?

Het onderzoek is gericht op het in kaart brengen van de fitheid, de training, het zelfvertrouwen en de kwaliteit van leven voordat de training voor de HandbikeBattle start en op het moment van de HandbikeBattle. Door het in kaart brengen van de fitheid kan er een goed trainingschema worden opgesteld. Tevens kan er door het monitoren van de training (trainingsduur en hoe zwaar het is) een indicatie verkregen worden of men te zwaar of te licht traint. Op die manier kan de handbiker goed en veilig trainen. Ook krijgt u een idee van wat een dergelijke uitdaging voor u betekent op het mentale vlak.

Wie voert het uit?

Het onderzoek wordt uitgevoerd in een samenwerkingsverband tussen alle deelnemende revalidatiecentra. Het zal worden uitgevoerd door verscheidene therapeuten en revalidatieartsen in de revalidatiecentra en gecoördineerd worden door onderzoeker Drs. Ingrid Kouwijzer (werkzaam in Heliomare), en begeleid worden door Dr. Sonja de Groot (werkzaam in Reade en bij het centrum voor Bewegingswetenschappen in Groningen) en Dr. Linda Valent (werkzaam in Heliomare).

Wat houdt deelname aan het onderzoek voor u in?

Op vaste tijdstippen zullen fysieke testen en vragenlijsten worden afgenomen bij de deelnemers aan het onderzoek. De volgende meetmomenten zullen daarbij worden aangehouden: Vlak voor de start van de trainingen (januari/februari), vlak voor de beklimming van de berg (eind mei/begin juni), 4 maanden na de beklimming van de berg (oktober) en 1 jaar na de beklimming van de berg (mei/juni). Tijdens de laatste twee metingen zullen alleen (digitaal) vragenlijsten worden afgenomen. Tijdens de laatste meting zal een deel van de proefpersonen worden gevraagd om de fysieke testen nogmaals uit te voeren. Een aantal testen zal in ieder geval worden afgenomen als screening voor de Handbike Battle, ook als u niet deelneemt aan het onderzoek. Naast deze vaste metingen zal de trainingsintensiteit in kaart worden gebracht en zullen er metingen worden verricht tijdens de beklimming. De verschillende metingen staan in meer detail beschreven in de bijlage.

Deelname is vrijwillig!

Deelname aan het onderzoek is geheel vrijwillig. U heeft altijd het recht, ook na eerder gegeven toestemming, om zonder opgave van redenen (verdere) deelneming aan het onderzoek te weigeren. Als u besluit om wel of niet deel te nemen aan dit onderzoek zal dit ook geen enkele consequentie hebben voor uw verdere deelname aan de HandbikeBattle.

U heeft altijd het recht om verdere informatie over het onderzoek en de resultaten daarvan te vragen. U kunt zich daarvoor richten tot de betrokken therapeut of revalidatiearts, dan wel direct tot de onderzoekers.

Ook is het mogelijk dat wij u in de toekomst opnieuw zouden willen benaderen voor onderzoek binnen hetzelfde onderzoeksgebied. Als u niet opnieuw benaderd wilt worden, respecteren wij dat natuurlijk. U kunt uw keuze op het toestemmingsformulier aangeven. U kunt later altijd nog beslissen deze toestemming in te trekken.

Verantwoording

Het onderzoek is goedgekeurd door de ethische commissie van het centrum voor Bewegingswetenschappen, UMCG, Rijksuniversiteit Groningen.

Alle gegevens uit het onderzoek worden bewaard en verwerkt en zullen vertrouwelijk behandeld worden. Deze geregistreerde gegevens zijn alleen ter inzage voor de daartoe geautoriseerde en gekwalificeerde onderzoeksmedewerkers.

Mocht u nog vragen hebben naar aanleiding van deze brief dan kunt u natuurlijk contact opnemen met ondergetekenden.

Graag horen we van u of u bereid bent om aan dit onderzoek deel te nemen. U kunt daarvoor contact opnemen met het aanspreekpunt binnen uw centrum.

Met vriendelijke groeten,

Drs. Ingrid Kouwijzer, junior onderzoeker	i.kouwijzer@heliomare.nl	0251-288013
Dr. Sonja de Groot, senior onderzoeker	s.d.groot@reade.nl	020-6071699
Dr. Linda Valent, senior onderzoeker	l.valent@heliomare.nl	0251-288013

Aanspreekpunten revalidatiecentra:

Erik Tange, Reade, Amsterdam (e.tange@reade.nl)

Mark van de Mijll Dekker, Heliomare, Wijk aan Zee (m.van.de.mijll.dekker@heliomare.nl)

Anja de Haan, De Hoogstraat, Utrecht (handbikebattle@dehoogstraat.nl)

Eric Helmantel, UMCG lokatie Beatrixoord, Haren (h.j.helmantel@umcg.nl)

Jan Kamberg, Rijndam, Rotterdam (jkamberg@rijndam.nl)

Fanny Schils, St. Maartenskliniek, Nijmegen (f.schils@maartenskliniek.nl)

Paul Grandjean, Adelante, Hoensbroek (p.grandjean@adelante-zorggroep.nl)

R. Zandkamp, Het Roessingh, Enschede (r.zandkamp@roessingh.nl)

Anniek van Vilsteren – Bessebinders, Vogellanden, Zwolle (a.van.vilsteren@vogellanden.nl)

Misha Metsaars, Libra Revalidatie en Audiologie, Eindhoven (m.metsaars@libranet.nl)

Arno van Noord, Tolbrug Specialistische Revalidatie, Den Bosch, (a.v.noord@tolbrug.nl)

Mirjam van den Bos, Revant, Breda (m.vandenbos@revant.nl)

Bijlage: Nadere informatie over de metingen

Een deel van onderstaande metingen zal in ieder geval bij u worden afgenomen omdat het behoort tot de verplichte screening bij deelname aan de HandbikeBattle, ook als u niet deelneemt aan het onderzoek. Dit wordt weergegeven met de term 'standaard afgenomen' achter de test.

Fysieke testen

Screening (standaard afgenomen)

De deelnemers aan de HandbikeBattle worden éénmalig gescreend door een revalidatie- of sportarts middels een basis sportmedisch onderzoek, met een hartfilmpje, het meten van uw bloeddruk en het uitvoeren van een maximale inspanningstest. Persoonlijke karakteristieken en gegevens rondom de beperking (b.v. laesiehoogte en compleetheid) zullen in de screening worden meegenomen.

Antropometrie (15 minuten)

De buikomvang en het gewicht van de proefpersonen zal op testmoment 1 en 2 worden bepaald. De lengte van de proefpersonen zal worden gevraagd.

Inspanningstest (45 minuten, standaard afgenomen)

Deelnemers zullen op testmoment 1 en 2 worden gevraagd om een longfunctietest en vervolgens een piek inspanningstest uit te voeren. Indien mogelijk zal deze test in elk revalidatiecentrum worden uitgevoerd in de eigen handbike op een lopende band of op een rollerbank of met behulp van een armcrank ergometer. Met behulp van de inspanningstest willen we graag de piek zuurstofopname, piek hartfrequentie en het piek vermogen vastleggen. Deze informatie is ook noodzakelijk voor het goed instellen van de training.

Vragenlijsten (30 minuten)

Om een indruk te krijgen van een fysieke uitdaging, zoals de HandbikeBattle, op o.a. de mentale gezondheid, kwaliteit van leven, zelf-effectiviteit en het zelfvertrouwen worden vragenlijsten afgenomen op alle meetmomenten.

Tevens zal er op het eerste testmoment worden gevraagd wat uw motivatie is om mee te doen aan de HandbikeBattle en wat u wil bereiken. Net na de beklimming en een paar maanden na de beklimming wordt een aantal open vragen schriftelijk gesteld om te achterhalen wat de HandbikeBattle heeft opgeleverd voor de deelnemer (positief dan wel negatief).

Trainingsintensiteit

Om de training van de deelnemers te kunnen monitoren (voor uzelf als wel voor onderzoek), zal er gebruik worden gemaakt van Strava, een veelgebruikte app waarmee de gereden afstand, snelheid en de zwaarte van de training bijgehouden kan worden. Deelnemers kunnen in de app aangeven met wie ze de data willen delen en aan wie ze de ruwe data willen toesturen. De deelnemers wordt ook verzocht om tussen testdag 1 en de HandbikeBattle maandelijks een vragenlijsten in te vullen om eventuele blessures in kaart te brengen.

De deelnemers die trainen met een hartslag- en/of vermogensmeter zullen worden gevraagd om deze gegevens te delen met de onderzoekers en om maandelijks twee vragenlijsten in te vullen om mogelijke overtraining in kaart te brengen.

Metingen tijdens bergbeklimming

De tijd van de bergbeklimming wordt gemeten. Indien mogelijk zullen er enkele handbikes worden uitgerust met een Powertap en hartslagmeter om zo het geleverde vermogen en de hartfrequentie tijdens de beklimming in kaart te brengen en af te zetten tegen het piek vermogen en piek hartfrequentie gemeten tijdens de inspanningstest.