



# Nocturne: Ik heb MS. Wat nu?

11 mei 2023



# Wat is MS? – Multiple Sclerosis

Dr. Kristien Clerinx

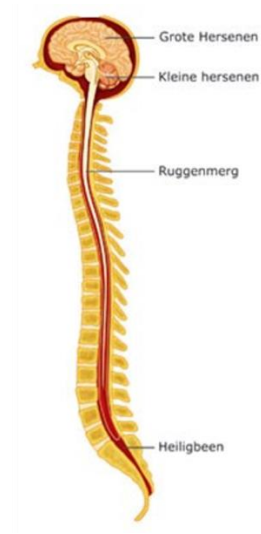
Neuroloog – AZ Turnhout

# Wat is MS? Multiple Sclerosis

---

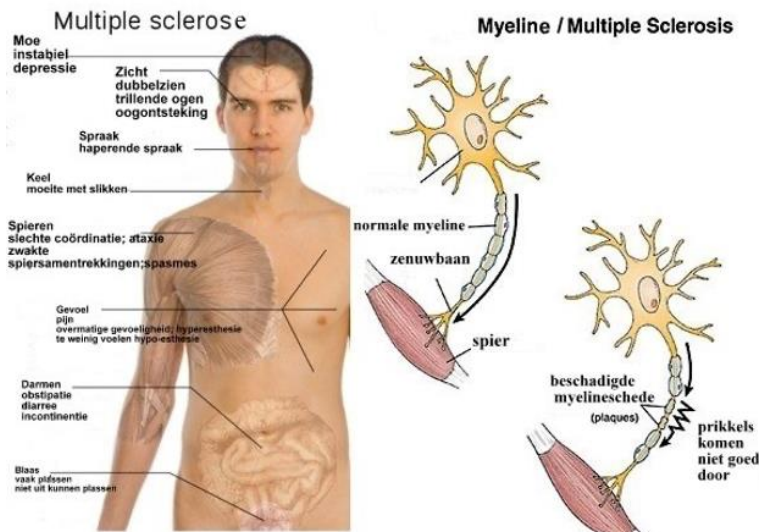
1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling

# Wat is MS? Multiple Sclerosis

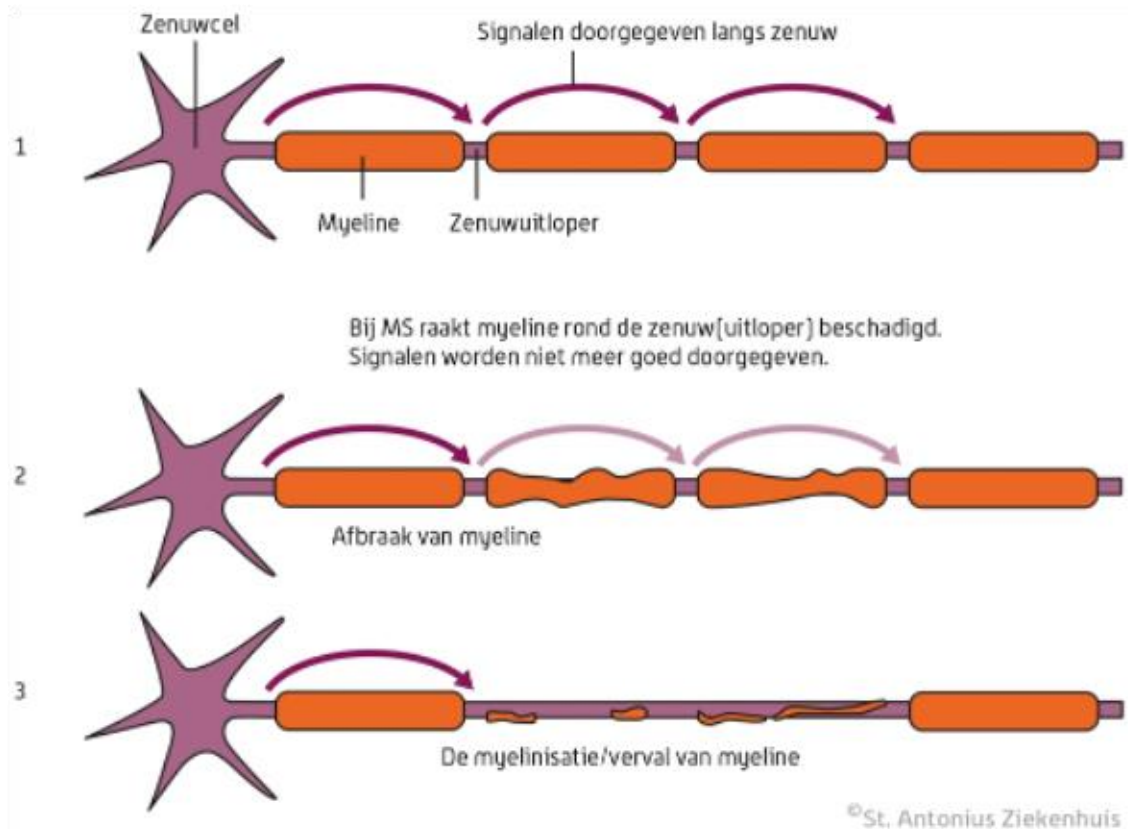


## AUTO – IMMUUN aandoening

- Afweersysteem
  - Witte bloedcellen: B en T cellen
- Aanval op **centrale zenuwstelsel**
- **Myeline** : isolatie materiaal rond neuronen (zenuwbanen)
  - Transport via neuronen wordt verstoord, vertraagd
    - Vertraagde communicatie van hersenen naar lichaam en omgekeerd

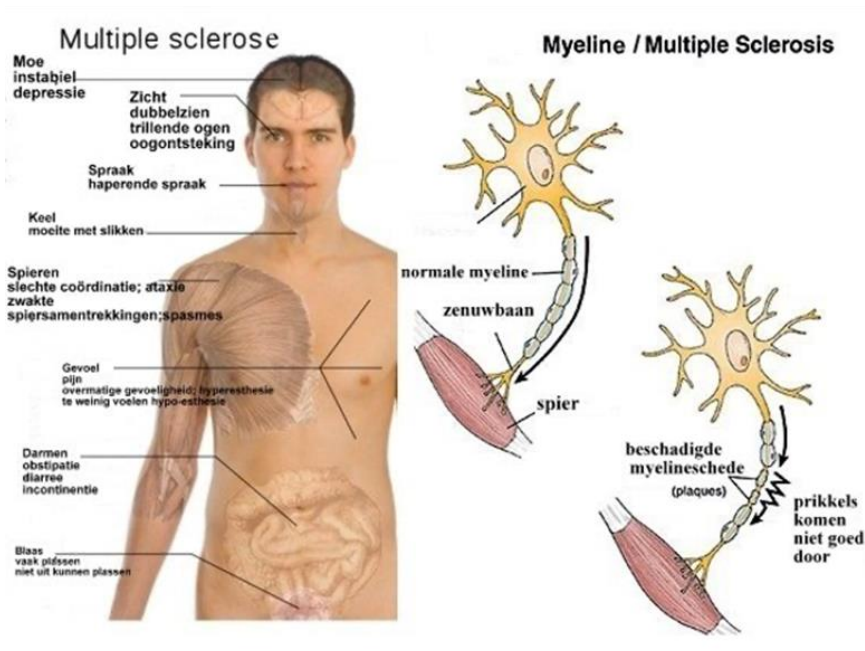


# Wat is MS? Multiple Sclerosis



Vertraging van de  
neuronen door  
verlies van  
myeline

# Wat is MS? Multiple Sclerosis



Neuronen zorgen in heel ons lichaam voor verbinding met de hersenen

- Spieren
  - Kracht, evenwicht, slikken-spreken , beven, spasmen.
- Gevoel/pijn
- Zicht
- Darmen
- Blaas
- Hormonen- seksuele stoornis
- Hersenen
  - Vermoeidheid-depressie-cognitieve klachten.
- **DIVERSITEIT AAN SYMPTOMEN**

# Wat is MS? Multiple sclerosis

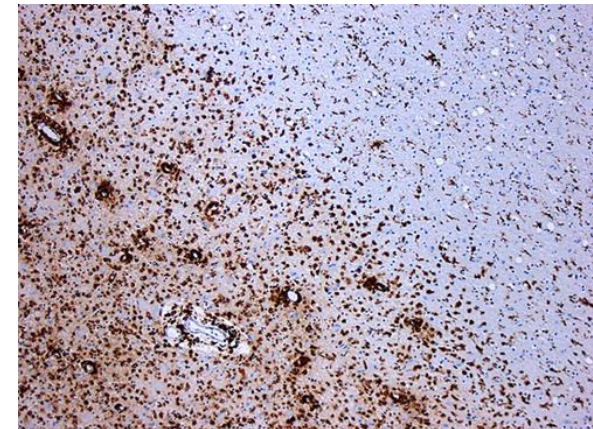
---

1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling



# Wat is MS? Historiek

- Historiek
  - Eerste beschrijving door Franse neuroloog Charcot in 1868
    - "Multiple = meerdere en Sclerosis = harde plaques"
    - Vooral **beschrijving** van symptomen obv verhalen van patienten:
      - Zicht
      - Spasmen
      - Spraakstoornis
  - In 20ste eeuw : Beschrijving van oorzaak van de ziekte:
    - Obv APO
      - Witte bloedcellen
  - Einde 20ste eeuw:
    - Eerste vormen van Immuun-modulerende-ziekteremmende therapie





# Wat is MS? Multiple sclerosis

---

1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling

# Wat is MS? Epidemiologie

---

- Wereldwijd 2,3M
- België +/- 16.500
  - 1/800
  - Life time risico 0,1-0,2 %
- Meestal tussen 20-60j diagnose
  - Soms kinderleeftijd
  - Soms > 60j
- 60% vrouwen en 40% mannen



# Wat is MS? Multiple sclerosis

---

1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling

# Wat is MS? Oorzaak

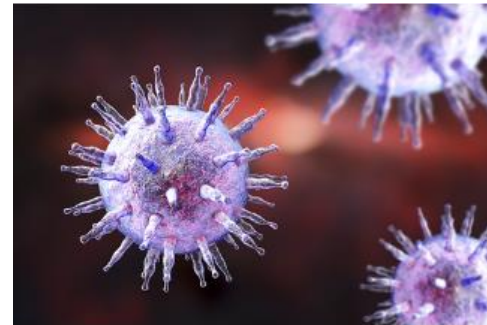
- Multifactorieel

- Niet besmettelijk
- Niet mono-genetisch



- ▶ **Genetisch**

- ▶ >100 genen geïdentificeerd die een rol spelen -> geen gentest beschikbaar
- ▶ Als **ouders** MS :
  - ▶ Life-time risico op MS 0,1-0,2%.
  - ▶ Bij één ouder met MS is dit 2-4% en
  - ▶ één 2<sup>e</sup> graads familielid met MS ongeveer 1%.



- ▶ **Omgeving**

- ▶ Alle MS patiënten hebben antistoffen tegen **EBV**.
  - ▶ Maar niet iedereen die EBV doormaakte krijgt MS...
- ▶ Opgroeien dicht bij de **evenaar** > minder MS (minder zonlicht)
- ▶ **ROKEN!**
- ▶ Vitamine **D** tekort



# Wat is MS? Multiple sclerosis

---

1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling

# Wat is MS? Diagnose

## • DIAGNOSE : SPREIDING – TIJD- RUIMTE

- Niet altijd onmiddellijk diagnose

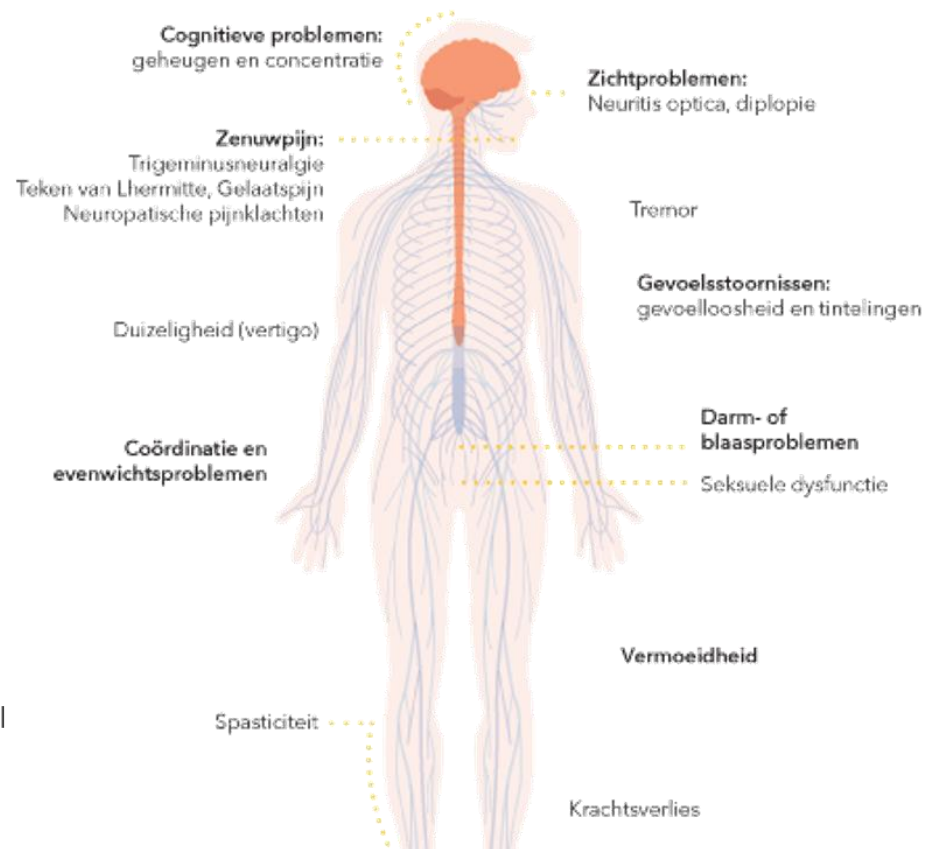
### ▶ **Symptomen** / opstoten

#### ▶ Divers ' uitval''

- ▶ Visus ( NO: bij 15-20% eerste symptoom)
- ▶ Gevoel
- ▶ Kracht- zwakte- spasmen- spasticiteit
- ▶ Coördinatie
- ▶ Concentratie- cognitie – spraak
- ▶ Blaasproblemen- darmproblemen
- ▶ Vermoeidheid
- ▶ Depressie-angst
- ▶ Sexuele dysfunctie
- ▶ ...

### ▶ Klinisch **neurologisch onderzoek**

- ▶ Clues die wijzen op stoornis en centrale zenuwstelsel



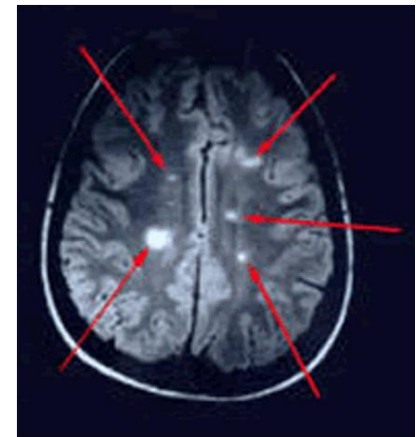
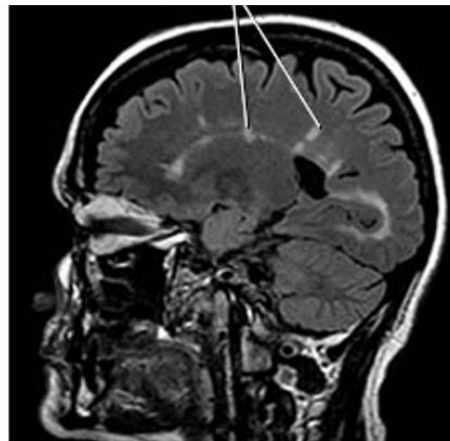


# Wat is MS? Diagnose

- MRI
- LP
- Geëvoceerde potentialen
- Bloedname:
  - Uitsluiten andere oorzaak

## MRI

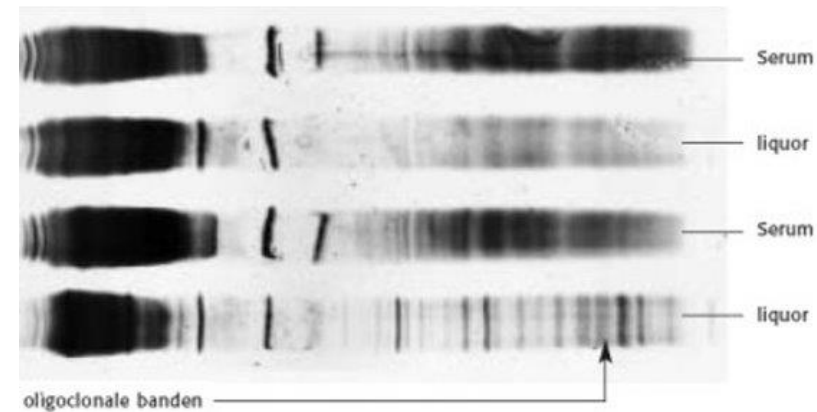
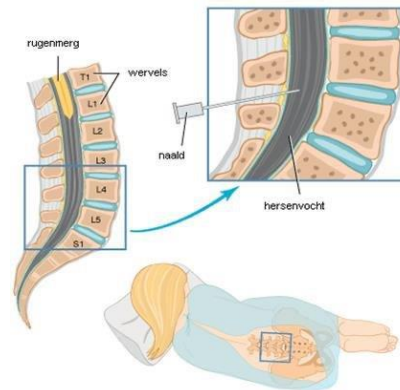
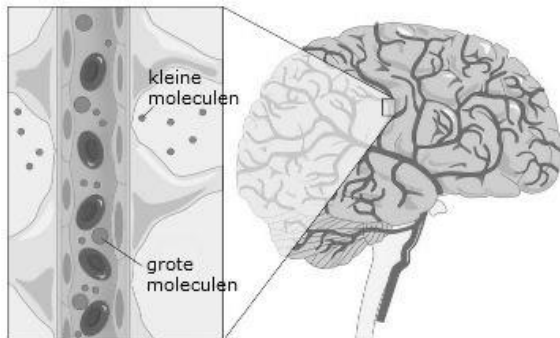
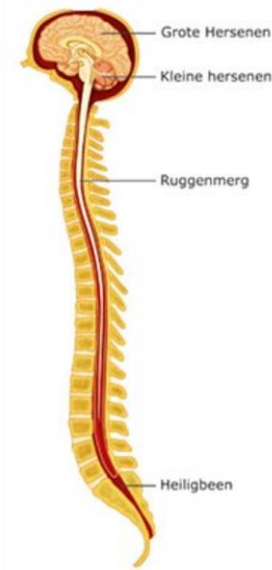
- Magnetische resonantie imaging
  - Geen X stralen
  - Magnetische velden
- Spreiding in tijd en ruimte



# Wat is MS? Diagnose

## Lumbaalpunctie

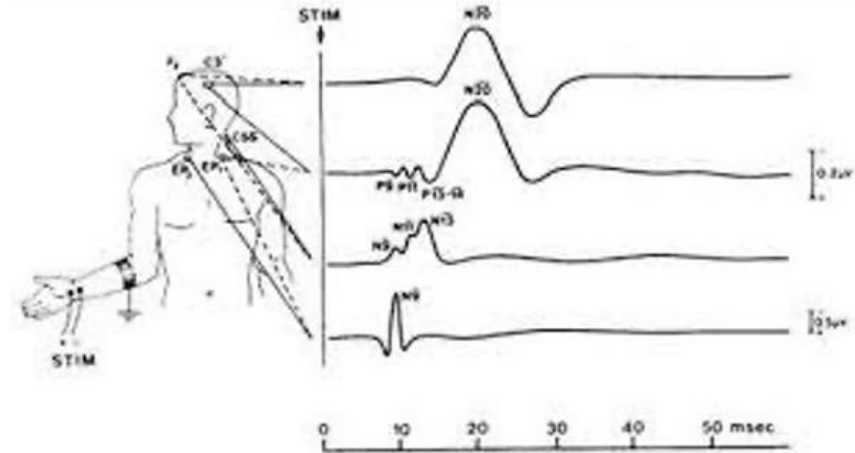
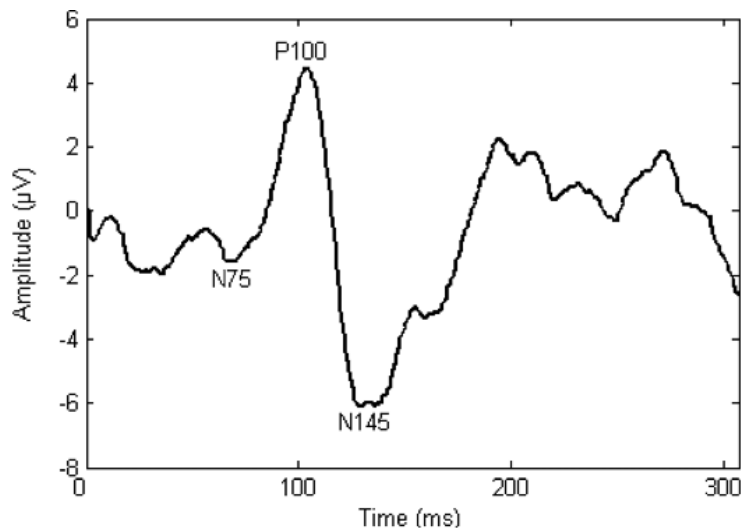
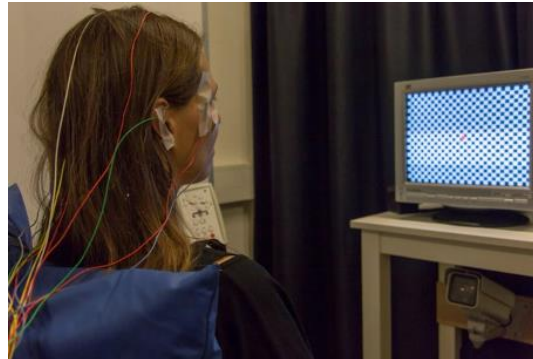
- Eiwitten
- Bloedhersenbarriere



# Wat is MS? Diagnose

## Geëvoeerde potentialen:

- VEP
- SSEP
- MEP



# Wat is MS? Diagnose

- DIAGNOSE : Spreiding in tijd en ruimte
  - **Mc Donald Criteria 2017**

Clinical Presentation	Additional Data Needed for Diagnosis
≥ 2 clinical attacks and objective evidence of ≥ 2 lesions	None
≥ 2 clinical attacks and objective evidence of 1 lesion	DIS: an additional attack implicating a different CNS site OR by MRI <sup>a</sup>
1 clinical attack and objective clinical evidence of ≥ 2 lesions	DIT: an additional clinical attack OR by MRI <sup>b</sup> <b>OR</b> CSF-specific oligoclonal bands
1 clinical attack and objective evidence of 1 lesion	DIS: an additional clinical attack implicating a different CNS site OR by MRI <sup>a</sup> <b>OR</b> DIT: an additional clinical attack OR by MRI <sup>b</sup> <b>OR</b> CSF-specific oligoclonal bands

# Wat is MS? Multiple sclerosis

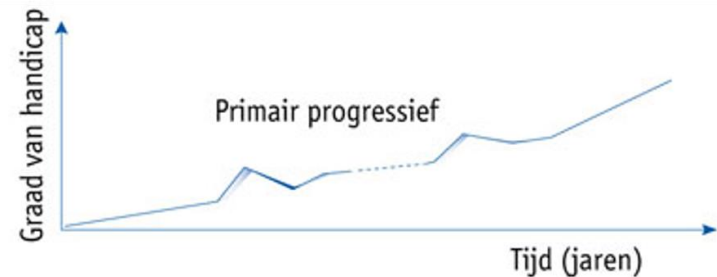
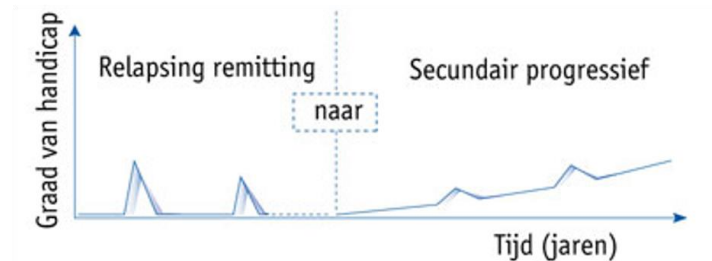
---

1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling

# Wat is MS? Ziekteverloop

## 2 (-3) types

- Relapsing MS
  - 85 %
  - Secundair progressieve
    - Zonder behandeling 50% van R-MS binnen de 10 jaar naar SP-MS
- Primair progressieve MS

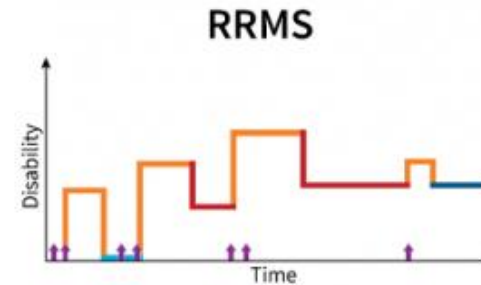




# Wat is MS: ziekteverloop

## Relapsing MS

- OPSTOTEN
  - Nieuw symptoom
    - 24h aanhoudt
    - Herstelt niet altijd volledig



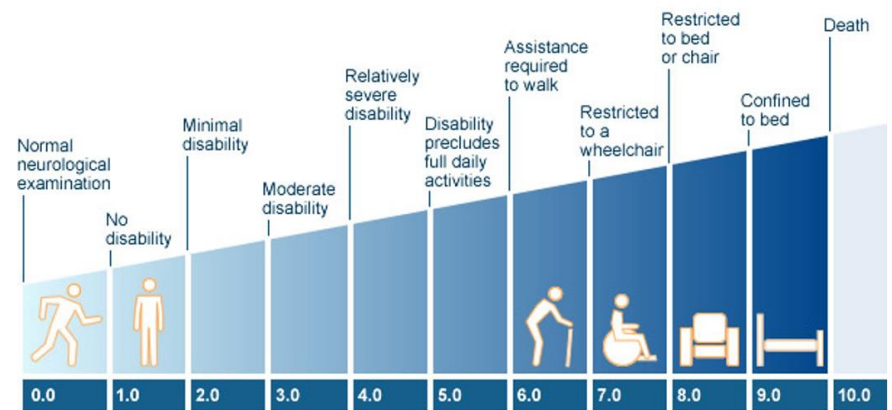
Source: Lublin et al., 2014.



Source: Lublin et al., 2014.

# Wat is MS? Ziekteverloop

- Ziekteverloop – Progressie
  - Score :
    - EDSS score
    - SDMT
    - 9 peg hole test
    - 10m WT
    - Neuropsychologisch onderzoek



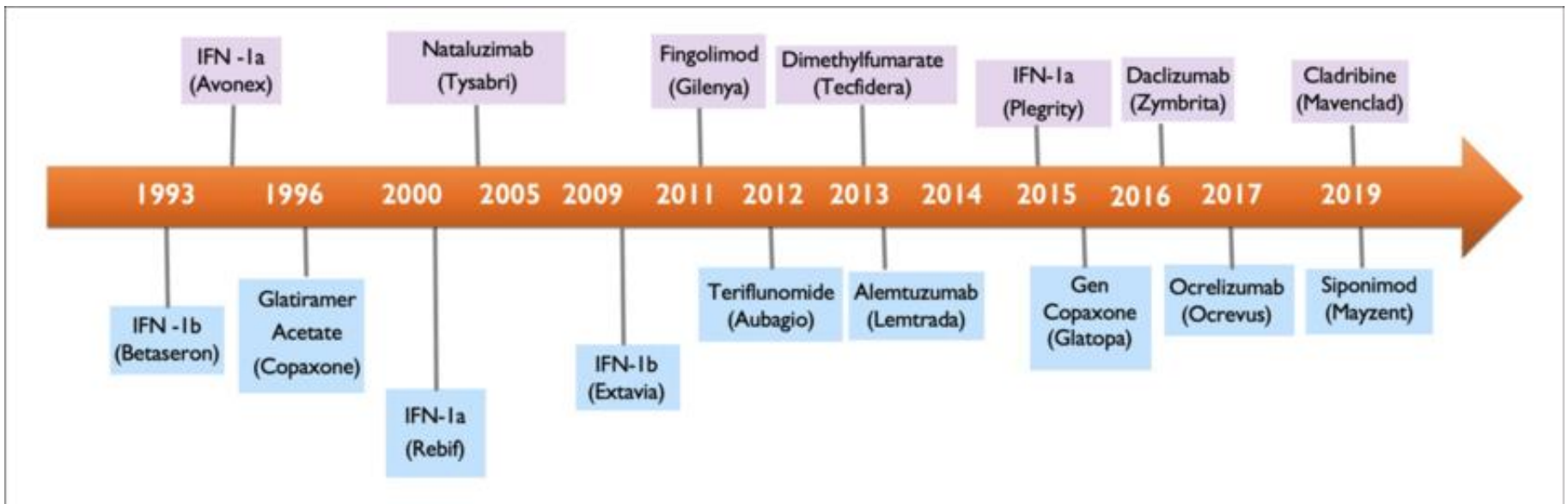
# Wat is MS? Multiple sclerosis

---

1. Definitie
2. Historiek
3. Epidemiologie
4. Oorzaak
5. Diagnose
6. Ziekteverloop
7. Na diagnose -> Behandeling

# Wat is MS? Behandeling

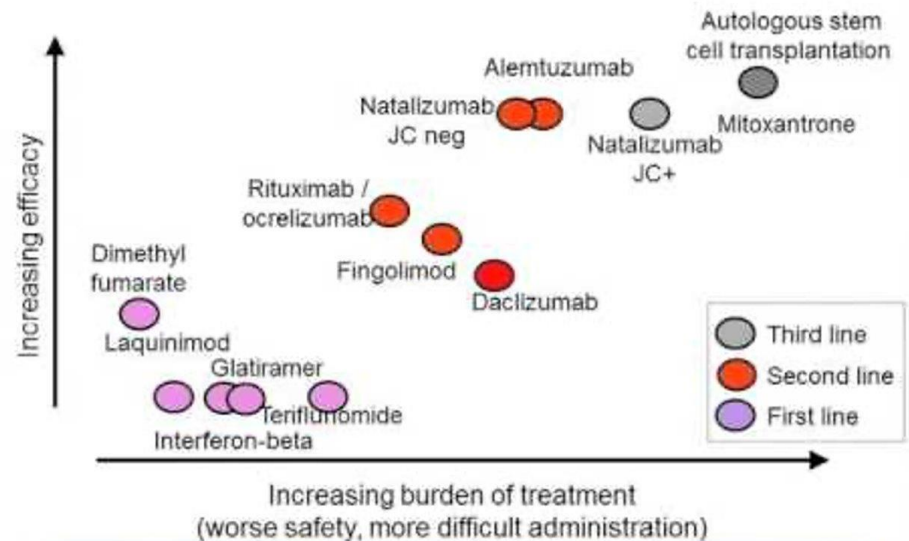
## Ziekte-remmende therapie (Immuun-modulerend)



# Wat is MS? behandeling

- Immuno-modulerend vs Immuunsuppressief
- Immuun reconstitution therapy
  - Vaccinaties
- Goede monitoring
  
- Arts + MS nurse

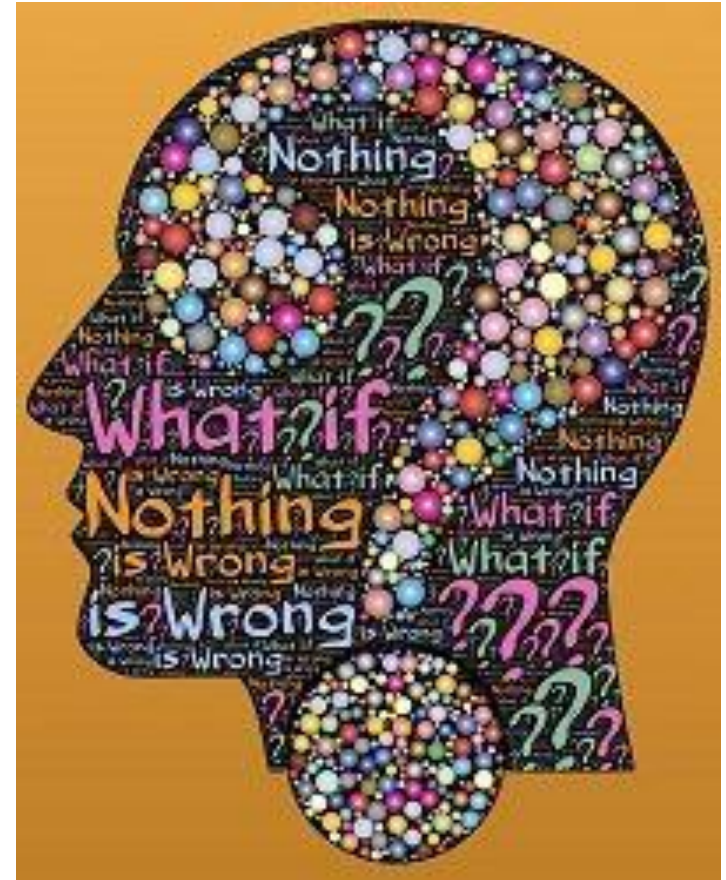
## First, Second and Third Line Therapies



ModRathm Hauser S. *Annals Neurology*. 2012;74:317-327

# Wat is MS? Behandeling

- Symptomatische behandeling
  - Pijn
  - Gangstoornis
  - Blaasfunctie
  - Constipatie
  - Sexuele functie
  - Zicht
  - Depressie
  - Angst
  - Geheugen
  - Concentratie
  - Vermoeidheid
  - ...





# Wat is MS? Behandeling

---

- MULTI-Disciplinair
  - Vlotte samenwerking
    - Neuroloog
    - MS nurse
    - Revalidatie arts : kine – ergo – logo
    - Psycholoog
    - Sociaal assistent – MS liga
    - Uroloog
    - Gynaecoloog
    - Oogarts
    - ...





# MS: Vermoeidheid en hittegevoeligheid

Dr. Kristien Clerinx

Neuroloog - AZ Turnhout

# MS: vermoeidheid

- Frequent voorkomend : 90 %
- Doch weinig begrepen
- Breed begrip
  - Perifere Spier-motor vermoeidheid / wandelvermoeidheid
    - Moeite om bepaalde spieractiviteit langere tijd vol te houden.
  - Slaperigheid
  - Mentale vermoeidheid



# MS: vermoeidheid

---

- Oorzaak
  - **Primaire factoren**
    - Disconnecties
      - van de corticospinale baan -> MEP
      - Cortico-striato-thalamo-corticale loop
    - Aantasting grijze stof / atrofie
    - Inflammatie : cytokines – TNF alfa- Interleukine 8 , IFN-gamma. duidelijk verhoogd
    - Opwarming tijdens activiteit ?
    - Endocrinologische stoornis/ hormonale stoornis
      - Geen eenduidelijke resultaten
      - Geen effect van chronisch corticoiden of andere hormonale therapie
  - **Secundaire factoren**

# MS: vermoeidheid

---

- Oorzaak
  - **Primaire factoren**
  - **Secundaire factoren**
    - Medicatie
    - Verstoord nachtritme
      - Mictieklachten: nycturie
      - Pijn/ RLS ( 3-5x vaker bij MS)
      - (centraal of obstructief ) slaapapnoe
      - Spasmen
    - Depressie- angst :
      - Grote correlatie tussen depression scales en MS-fatigue scales
      - Ook IL-8

# MS: vermoeidheid

---

- Behandeling:
  - NIET –medicamenteus
    - Blijven bewegen
      - Kine/ sport
      - LIPA: (lage intensiteit)
    - Exercise training verbetert niet alleen vermoeidheid, maar ook depressie
    - Exercise vergroot de neuronale plasticiteit van de corticospinale baan en vermoedelijk ook rol in remyelinisatie en herstel .
    - Mindfulness
  - medicamenteus

# MS: vermoeidheid

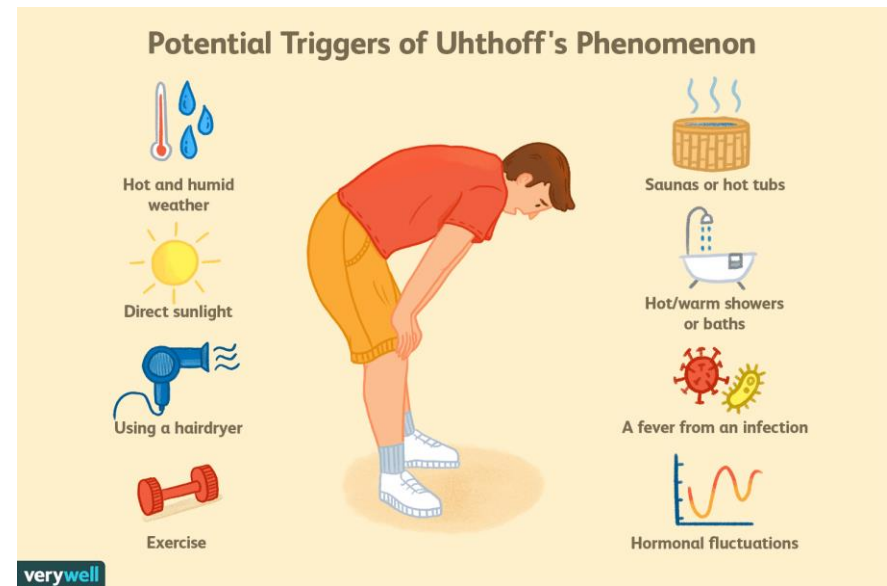
---

- Behandeling
  - Medicamenteus
    - Secundaire oorzaken
      - Vitamine tekort
      - Slaaptherapie
      - CPAP
      - Spasmolytica- pijnstillers- mictiecontrole
    - Medicatie:
      - Kleine studies-> lage bewijskracht
  - Acetyl L carnitine 2g/dag
  - Retinyl palmitaat
  - Amantadine 100mg/dag ( Symmetrel)
    - Laatste studies: mogelijks placebo
    - Nw : lage BD- livedo reticularis- oedeem- hoofdpijn- duizeligheid – nausea
  - Modafinil ( Provigil)
    - Alleen terugbetaald bij narcolepsie -> geen bewezen effect bij MS
    - 200-400mg/dag
    - Nw: angst-duizeligheid-hoofdpijn-palpitaties-hoge bd
  - Methylfenidaat
  - 4-aminopyridine ( Fampyra)

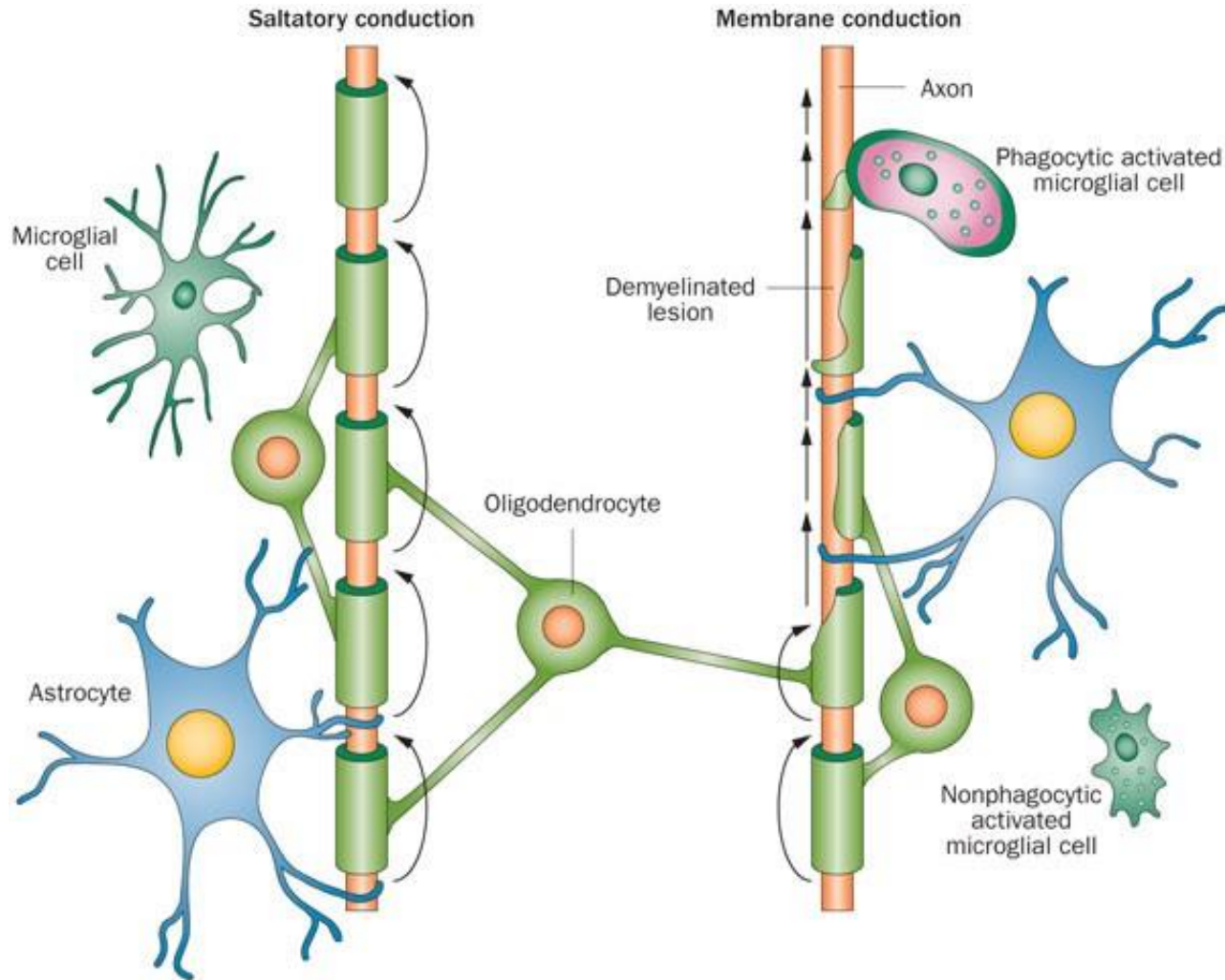


# MS: hittegevoeligheid = Uhthoff's Fenomeen

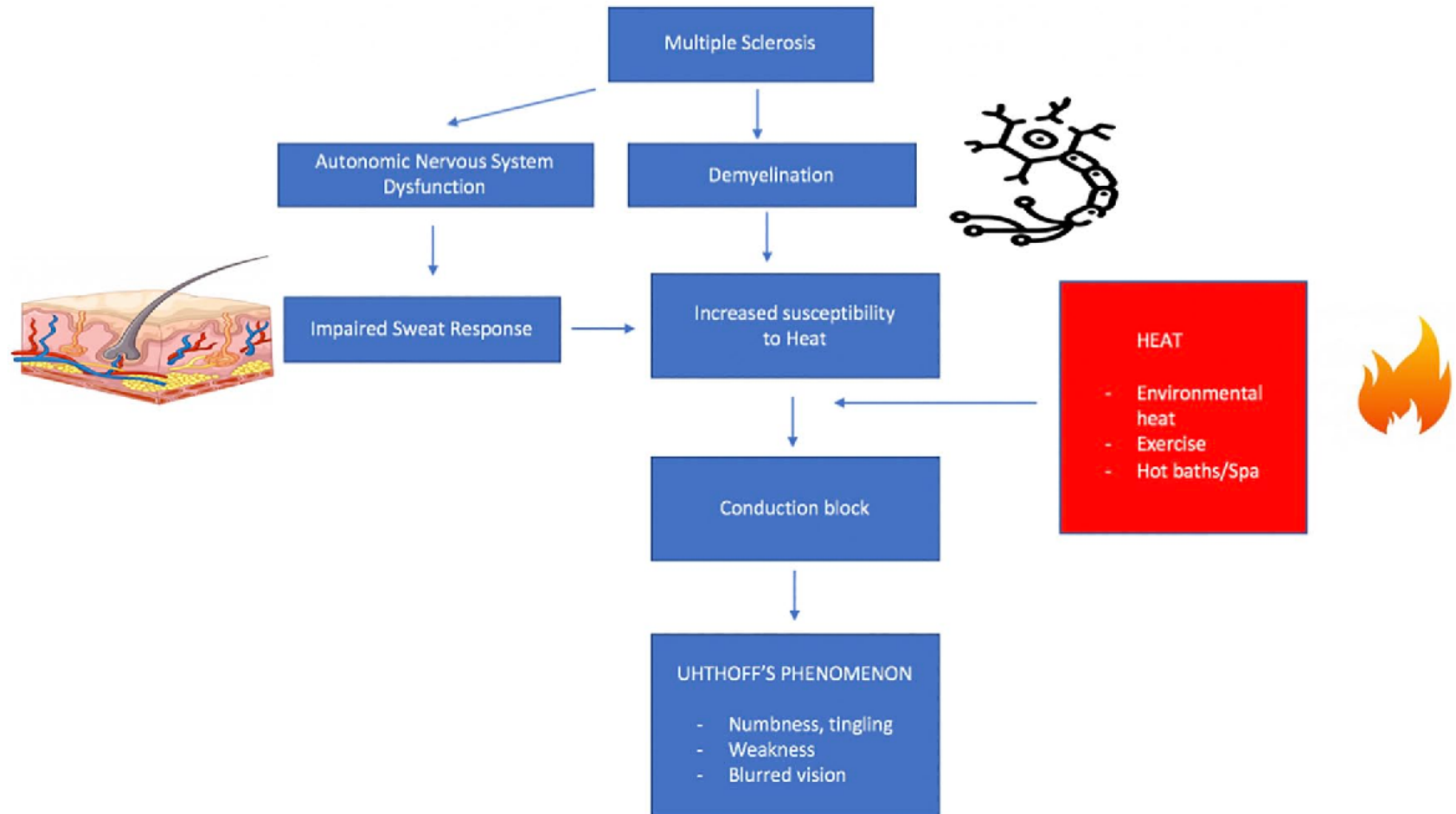
- Signaaloverdracht van neuronen is onderhevig aan temperatuursverandering.
- Neuronen met (vroegere ) myelineschade: extra gevoelig
  - Bij opwarming ( zon, warme baden, sauna, koorts) -> oude symptomen spelen terug op
  - Bij afkoeling -> herstel snelheid signaaloverdracht



# MS: hittegevoeligheid



# MS: hittegevoeligheid





# Een dag van de MS verpleegkundige in AZ Turnhout

# De MS verpleegkundige als eerste aanspreekpunt

---

- Laagdrempelig contact – met vlotte bereikbaarheid
  - Informerende en ondersteunende rol
  - Vertrouwensrelatie
- Tussenpersoon tussen patiënt en arts
- Niet enkel medisch – maar ook paramedisch
  - Advies geven , levensstijl
  - Luisterend oor
  - Coaching – motiveren

# MS wat nu? De MS verpleegkundige helpt!

---

- Op consult na de 1<sup>e</sup> diagnosestelling
  - Patiëntenvoorlichting (kort) wat is MS ?
    - Aanvulling op informatie door neuroloog
    - Informatiebrochures- online info
- Contactgegevens – bereikbaarheid
- Toelichting medicatiemogelijkheden
- Afspraken plannen
- Opstart medicatie
  - documenten medisch adviseur / ev medicatie meegeven
- Zo nodig verpleegkundige service afspreken

# Vervolg Consultaties

---

- Voorbereiding consultatie neuroloog
  - Patient komt meestal eerst bij verpleegkundige
- Evolutie bespreken ahv vragenlijst
  - Nieuwe klachten uitdiepen
- Aandacht voor ziektebeleving / ziekteprogressie
- Benoemen van klachten – MS gerelateerd
- Uitvoeren van testen ( looptest, geheugentest)
- Advies geven
- Zo nodig medicatie mee geven – informeren
- Subcutane behandeling toedienen
- Bloedafname
- Vervolg afspraken maken

# Consultatiedagen

---

- Voorbereiding:
  - Medicatie afhalen ziekenhuisapotheek
  - Opvolging voorbereidende onderzoeken :
    - labo- beeldvorming
    - Multidisciplinaire samenwerking: pneumoloog-cardioloog-dermatoloog- oftalmoloog
- Consultaties :
  - Directe samenwerking neuroloog
  - Voorbereiding consultatie neuroloog
  - Toediening subcutane therapie (filmpje)
  - Labo- urine onderzoek afnemen



# “ Infuusdagen”

---

- Dagopname voor infuustherapie
  - Duur: 1-6uur
- Persoonlijke behandeling door MS nurse
  - In direct contact/ overleg met neuroloog
- Follow up
  - Parameters
  - Nevenwerkingen
- Verdere onderzoeken/ follow up plannen

# Aandacht voor psycho-sociale aspecten - samenwerking MS liga

---

## Contact aanbieden MS liga

- Afspraak sociaal assistent van MS liga
  - dinsdagnamiddag elke 2 weken aanwezig in AZ Turnhout
- Verzekering
- Tewerkstelling
- VAPH
- Vlaamse aanpassingspremie
- rijbewijs
- FOD
- Mantelzorgpremie
- Mobiliteitshulpmiddelen
- Plaspas
- Lotgenotencontact

# Aanwezigheid- bereikbaarheid

---

- 4 dagen per week aanwezig
  - Consultatiedagen
  - "Infuusdagen"
- Vlotte bereikbaarheid voor MS-patiënt (AZ TURNHOUT)
  - Dagelijks Permanentie per mail
  - Telefonisch consult
- Dagelijks contact en overleg met neuroloog
- Goede samenwerking met producenten van de medicatie (farmaceutische firma's)



# MS verpleegkundige: een onmisbare schakel in MS behandeling

---





# MS revalidatie in AZ Turnhout

Multidisciplinaire revalidatie

# Inhoud

---

- Ambulante neurorevalidatie
- MS Move
- Groepsrevalidatie MS

# Ambulante neurorevalidatie



# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## Wat?

---

- Multidisciplinaire revalidatie bestaat uit revalidatie van minstens twee verschillende paramedische disciplines
  - **Logopedie**
    - Slikken, eten en drinken
    - communicatie
  - **Ergotherapie**
    - Cognitieve problemen
    - Fijne motoriek
    - Kracht BL
    - ADL
    - Transfers en hulpmiddelen
  - **Kinesitherapie**
    - Gangrevalidatie
    - Uithouding
    - Kracht OL
    - Evenwicht, coördinatie, stabiliteit
    - dubbeltaken



# Ambulante neurorevalidatie bij MS

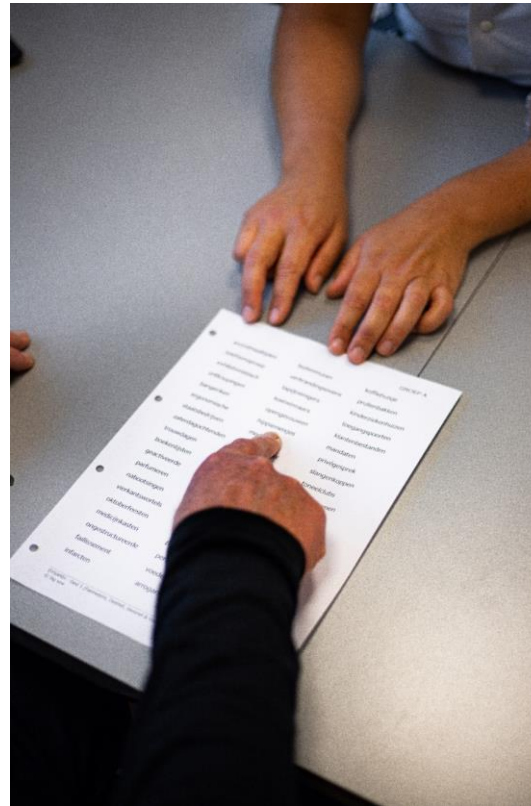
## Wat?

---

- Multidisciplinaire revalidatie bestaat uit revalidatie van minstens twee verschillende paramedische disciplines
  - **Logopedie**
    - Slikken, eten en drinken
    - communicatie
  - Ergotherapie
    - Cognitieve problemen
    - Fijne motoriek
    - Kracht BL
    - ADL
    - Transfers en hulpmiddelen
  - Kinesitherapie
    - Gangrevalidatie
    - Uithouding
    - Kracht OL
    - Evenwicht, coördinatie, stabiliteit
    - dubbeltaken

# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## In beeld - logopedie



# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## Wat?

---

- Multidisciplinaire revalidatie bestaat uit revalidatie van minstens twee verschillende paramedische disciplines
  - Logopedie
    - Slikken, eten en drinken
    - communicatie
  - **Ergotherapie**
    - Cognitieve problemen
    - Fijne motoriek
    - Kracht BL
    - ADL
    - Transfers en hulpmiddelen
  - Kinesitherapie
    - Gangrevalidatie
    - Uithouding
    - Kracht OL
    - Evenwicht, coördinatie, stabiliteit
    - dubbeltaken

# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## Wat?

---

- Multidisciplinaire revalidatie bestaat uit revalidatie van minstens twee verschillende paramedische disciplines
  - Logopedie
    - Slikken, eten en drinken
    - communicatie
  - Ergotherapie
    - Cognitieve problemen
    - Fijne motoriek
    - Kracht BL
    - ADL
    - Transfers en hulpmiddelen
  - **Kinesitherapie**
    - Gangrevalidatie
    - Uithouding
    - Kracht OL
    - Evenwicht, coördinatie, stabiliteit
    - dubbeltaken

# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## Waarom?

---

- Belangrijk om een actieve levensstijl te behouden
- Beperkingen/problemen die toch optreden desondanks uw actieve levensstijl
- Doorverwijzing naar revalidatiearts én beperkingen/problemen waarbij minstens 2 disciplines kunnen helpen
- Nadien doorverwijzing naar lokale kinesitherapeut, ergotherapeut en/of logopedist

# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## Wanneer?

---

- Ambulante neurorevalidatie in de namiddag
  - Logopedie
  - Recente diagnose of beperkingen/problemen
- Ambulante neurorevalidatie in de voormiddag
  - Langere diagnose
  - Beperkingen/problemen die al lange tijd aanwezig zijn
  - MS Move

# Ambulante neurorevalidatie bij MS

## Waar?

---

- Ambulante neurorevalidatie vindt plaats in de oefenzaal op **campus Sint-Elisabeth**
- **Route A13**
- Eerste keer inschrijven

# MS Move

---





# MS Move

## Wat?

---

- Revalidatieprogramma van 12 weken
- 3 keer per week: maandag – woensdag – vrijdag
- 11u00 tot 12u00, 30 min kiné en 30 min ergo
- Optioneel: logo

# MS Move

## Voor wie?

---

- Personen met MS die:
  - Een recente opstoot hebben doorgemaakt
  - Een plotse achteruitgang ondervinden
  - Onlangs een ziekenhuisopname hebben gehad
- Om te zorgen voor een boost zodat ze een deel van hun acuut verlies kunnen terugwinnen

# MS Move

## Hoe?

---

- Doorverwijzing door neuroloog of revalidatiearts
- Opgebeld door kinesist of ergotherapeut met uitleg over MS Move
- Bij eerste aanmelding: beginevaluatie en meegeven van 5 vragenlijsten waarbij bekeken wordt of de patiënt logopedie kan gebruiken (2 vragenlijsten)
  - Logopedie wordt aangewezen wanneer positief gescoord wordt op de vragenlijsten
- Her evaluatie na 6 weken en 12 weken

# MS Move

## Vragenlijsten

---

- FSS: vragenlijst over vermoeidheid
- MS Impact Scale: vragenlijst over de impact van MS op fysiek en psychologisch vlak
- DYMUS: vragenlijst over slikklachten
- Voice Handicap Index: vragenlijst over het stemgebruik
- ABILHAND of MAM-36: vragenlijst over manuele handelingen in ADL

# MS Move

## Evaluatie

---

- Testen uitgevoerd door kinesist:
  - 10m wandeltest zonder dubbeltaak én met motorische en cognitieve dubbeltaak
  - Berg Balance Scale
  - 2min wandeltest
  - EmNSA onderste ledematen (sensoriek en proprioceptie)
- Testen uitgevoerd door ergotherapeut:
  - Nine hole peg test
  - Handkracht
  - Eventueel: MMSE/MOCA

# MS MOVE

## Evaluatie- ergotherapie

**MONTREAL COGNITIVE ASSESSMENT (MOCA)**  
(EVALUACIÓN COGNITIVA MONTREAL)

NOMBRE: \_\_\_\_\_  
Nivel de estudios: \_\_\_\_\_  
Sexo: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_  
FECHA: \_\_\_\_\_

VISUOSPACIAL / EJECUTIVA		Copiar el cubo		Dibujar un reloj (Once y diez) (3 puntos)		Puntos	
						<input type="checkbox"/> /5	
<b>IDENTIFICACIÓN</b> 		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> /3	
<b>MEMORIA</b> Lee la lista de palabras, el paciente debe repetir las. Hágalo dos veces. Recuerdarálas 5 minutos más tarde.		ROSTRO	SEDA	IGLESIA	CLAVEL	ROJO	Sin puntos
1º intento							
2º intento							
<b>ATENCIÓN</b> Lea la serie de números (1 número/seg.) El paciente debe repetirla.		<input type="checkbox"/> 2 1 8 5 4		El paciente debe repetirla a la inversa.		<input type="checkbox"/> /2	
Lea la serie de letras. El paciente debe dar un golpecito con la mano cada vez que se diga la letra A. No se asignan puntos si $\geq 2$ errores.		<input type="checkbox"/> F B A C M N A A J K L B A F A K D E A A A J A M O F A A B				<input type="checkbox"/> /1	
Restar de 7 en 7 empezando desde 100.		<input type="checkbox"/> 93	<input type="checkbox"/> 86	<input type="checkbox"/> 79	<input type="checkbox"/> 72	<input type="checkbox"/> 65	<input type="checkbox"/> /3
4 o 5 sustracciones correctas: 3 puntos, 2 o 3 correctas: 2 puntos, 1 correcta: 1 punto, 0 correctas: 0 puntos.							
<b>LENGUAJE</b> Repetir: El gato se escondió bajo el sofá cuando las piernas entraron en la sala.		<input type="checkbox"/> Espero que él le entregue el mensaje una vez que ella se lo pida.				<input type="checkbox"/> /2	
Fluidez del lenguaje. Decir el mayor número posible de palabras que comiencen por la letra 'P' en 1 min.		<input type="checkbox"/> _____ (N $\geq 11$ palabras)				<input type="checkbox"/> /1	
<b>ABSTRACCIÓN</b> Similitud entre p. ej. manzana-naranja = fruta		<input type="checkbox"/> tren-bicicleta		<input type="checkbox"/> reloj-regla		<input type="checkbox"/> /2	
<b>RECUERDO DIFERIDO</b> Debe acordarse de las palabras SIN PISTAS		ROSTRO	SEDA	IGLESIA	CLAVEL	ROJO	Puntos por recuerdos SIN PISTAS únicamente
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> /5
Optativo		Pista de categoría					
<input type="checkbox"/>		Pista elección múltiple					
<b>ORIENTACIÓN</b>		<input type="checkbox"/> Día del mes (fecha)	<input type="checkbox"/> Mes	<input type="checkbox"/> Año	<input type="checkbox"/> Día de la semana	<input type="checkbox"/> Lugar	<input type="checkbox"/> Localidad
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> /6
© Z. Nasreddine MD Versión 07 noviembre 2004 <a href="http://www.mocatest.org">www.mocatest.org</a>		Normal $\geq 28 / 30$		<b>TOTAL</b>		<input type="checkbox"/> /30	
				Añadir 1 punto si tiene $\leq 12$ años de estudios			

Figura 5. Montreal Cognitive Assessment (MoCA test)

# MS Move Evaluatie

---

- Testen uitgevoerd door de logopedist:
  - CAT-NL (Comprehensive Aphasia Test)
  - NBT (Nederlandse Benoem Test)
  - NDO-V (Nederlandse Dysartrie Onderzoek – volwassenen)
  - STCC (ScreeningTest voor Cognitie en Communicatie)
  - Slik snelheidstest



# Groepsrevalidatie MS





# Groepsrevalidatie MS

## Wat?

---

- **NIEUW**
- Circa 8 groepslessen 1 keer per week met 1 uur een theorieles en 1 uur een bewegingsles
- **VOOR:** personen die recent de diagnose van MS hebben gekregen
- **Bedoeling:**
  - Om deze mensen goed te informeren en al hun vragen proberen te beantwoorden
  - Groepsrevalidatie om connecties te leggen
  - Partners of mantelzorgers zijn welkom

# Groepsrevalidatie MS

## Voorbeeld\*

onderwerp	lesgever	plaats	route	campus
Wat is MS? Stappen en evenwicht	Neuroloog + MS verpleegkundige Kinesitherapeut			SE
Sensoriek + hulpmiddelen Motoriek + hulpmiddelen	ergotherapeut Kinesitherapeut			SE
Omgaan met MS Relaxatie/yoga	psycholoog Kinesitherapeut			SE
Hitte-gevoeligheid en vermoeidheid Bewegen op muziek	Neuroloog + MS verpleegkundige Kinesitherapeut			SE
Incontinentie fitness	uroloog Kinesitherapeut			SJ
Cognitie hydrotherapie	Psycholoog/ergotherapeut Kinesitherapeut			SJ
Communicatie + eten en drinken Initiatie golf	logopedist Golf de krikskens			SE
Ergonomie tijdens BADL + IADL Reflectie tijdens wandeling	ergotherapeut Kinesitherapeut & ergotherapeut			SE

\*inhoud kan nog veranderd worden

# Wat is MS? - theorieles

## Stappen en evenwicht - bewegingsles

---

- Wat is MS?
  - Introductie en uitleg over MS door de neurologe en MS-verpleegkundige
  - Voorstellen MS Liga
- Stappen en evenwicht
  - Bewegingsles over stap- en evenwichtsmoeilijkheden en thuisoefeningen hiervoor

# Sensoriek + hulpmiddelen - ergotherapeut

# motoriek + hulpmiddelen - kinesitherapeut

---

- Sensoriek
  - Uitleg over moeilijkheden met sensorisch gevoel in handen en voeten
- Motoriek
  - Uitleg over kenmerkende stappatronen bij MS
- Hulpmiddelen
  - Ergotherapeut: kleine hulpmiddelen voor het alledaagse leven
  - Kinesitherapeut: loophulpmiddelen

# Omgaan met MS – theoretische relaxatie/yoga - bewegingsles

---

- Omgaan met MS
  - Wat voelde je bij de diagnose MS? Interactieve sessie met een psycholoog
- Relaxatie/yoga
  - Bewegingsles over ademhalen, tot rust komen met relaxatie en dit beide combineren met enkele yoga poses

# Hitte-gevoeligheid en vermoeidheid – theoretische bewegingen op muziek - bewegingsles

---

- Hitte-gevoeligheid en vermoeidheid
  - Uitleg door een neurologe en MS-verpleegkundige over vermoeidheid
- Bewegen op muziek
  - Dans met kinesitherapeut

# Incontinentie - theorieles

## fitness - bewegingsles

---

- Incontinentie
  - Incontinentieproblemen door een urologe
  - Bekkenbodemoefeningen door een bekkenbodemtherapeut
- Fitness
  - Toestellen uitproberen

# Cognitie - theorieles

## hydrotherapie - bewegingsles

---

- Cognitie
  - Neuropsychologische en cognitieve problemen uitgelegd door een psycholoog
- Hydrotherapie
  - Therapie in water



# Communicatie, eten & drinken – theoretische initiatie golf - bewegingsles

---

- Communicatie
- Eten & drinken
  - Uitgelegd door een logopediste
- Initiatie (g)golf
  - Golf de krikskens

# Ergonomie tijdens BADL + IADL– theoretische reflectie tijdens een wandeling - bewegingsles

---

- Ergonomie
  - Juiste houdingen en posities aannemen
  - Hoe op een rug- en energiebesparende manier het huishouden blijven doen
- Reflectie tijdens een wandeling
  - Tijd voor een babbel en feedback over de hele lessenreeks

# Groepsrevalidatie MS

## Wanneer?

---

- Eerste editie is net afgerond in het voorjaar 2023
  - Tweede editie gepland voor het najaar van 2023
  - Afwachtend van de feedback kan de planning nog worden aangepast
- Doel: 2-3 keer per jaar
- Groep van telkens 6 à 8 personen met MS

# Vragen?

---



# Zien we u terug?

Volgende nocturnes in 2023

- 20 juni: “Nierfalen: dialyse en niertransplantatie”
- 28 september: “Revalidatie na amputatie”
- 17 oktober: “Borstreconstructie”
- 30 november: “In de bres tegen stress”
- 14 december: “Recente evoluties in de kniechirurgie”

Alle info en inschrijvingen op [www.azturnhout.be/agenda](http://www.azturnhout.be/agenda)