

# Nieuwsbrief

5 april 2021

## In dit nummer

- 1 Week van de valpreventie
- 2 Kompas
- 3 Katrien Van Rompay loopt een marathon
- 4 Dag van de rechten van de patiënt
- 5 Online MS Seminar



## 1. WEEK VAN DE VALPREVENTIE 19-25 APRIL

Ben je ooit gevallen, ken je iemand die gevallen is of heb je valangst?

De kans is groot! Uit de literatuur blijkt dat meer dan de helft van de personen met MS vallen.

Tijdens de week van de valpreventie, dit jaar van 19 tot 25 april, geven de zorgverleners van het Nationaal MS Centrum graag tips over het dragen van goed schoeisel.

Ten tweede nemen we deel aan de wedstrijd van het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen. Hiervoor organiseren we twee opdrachten.

De eerste opdracht is *start de week* actief. Hierbij organiseert de kiné verschillende groepssessies waarbij evenwicht, rolstoelbehendigheid en algemene kennis over valpreventie op de proef worden gesteld.

De tweede opdracht *gaat over wandelen zonder vallen*. Er kan deelgenomen worden aan de wandelopdracht tijdens jouw individuele ergotherapie of tijdens de KinErgo. Tijdens deze wandeling bekijken we veilige en onveilige situaties in de gemeente en geven we valpreventie tips.

## 2. KOMPAS

We werken momenteel binnen het ziekenhuis aan een systeem waarbij we ons nog meer willen richten op een nog betere patiënt opvolging in de toekomst (Kompas traject). Hier werken verschillende medewerkers samen aan binnen werkgroepen. Momenteel is dit nog niet concreet en brengt dit het huidige zorgtraject ook niet in het gedrang.

Van zodra de verschillende werkgroepen klaar zijn met hun opdracht kunnen we de conclusies en beslissingen meedelen.

Nog even geduld dus.

### 3. KATRIEN VAN ROMPAY LOOPT EEN MARATHON!

Mijn nicht Katrien en ik werden 5 jaar geleden bondgenoten toen we samen zwanger waren van onze tweelingen. Samen misselijk zijn, dat scheidt een band. Zo fijn om iemand aan je zijde



te hebben die op hetzelfde moment voor dezelfde uitdagingen staat. Katrien had net als ik al een zoontje van vier toen we onze tweelingmeisjes op 2 weken van elkaar mochten verwelkomen. Later in ons leven als tweelingmama's deelden we de beste tips & tricks en "momhacks".

We telden af tot de magische leeftijdsgrens van 2 jaar want dan zou alles echt een stuk makkelijker gaan. Ha!

Toen we die mijlpaal bereikten, schoven we die gelijk nog twee jaar op. Want een kleuter van vier en twee peuters van twee, dat was op vele vlakken nog echt bijzonder uitdagend. We probeerden tussen alle hectiek door te genieten van onze grote gezinnen maar keken toch echt uit naar wanneer onze meisjes vier jaar zouden worden. Maar 2 jaar geleden kreeg Katrien de diagnose M.S.. Plots kon zij niet meer zo verlangen en dromen over grote kinderen. Hoe zou het dan met haar gezondheid gesteld zijn? Zou ze ooit in een rolstoel belanden en wanneer? Katrien ging langs de MS kliniek en begon ongelooflijk gezond te leven. Gezond eten, sporten, geen gsm gebruik voor het slapengaan, stress situaties beperken etc. We zouden allemaal een voorbeeld kunnen nemen aan haar geestdrift. In hardlopen vond ze een uitlaatklep. Ze trainde voor de 10km, voor de halve marathon en uiteindelijk voor die gedroomde marathon. September 2020 zouden we samen de marathon van Antwerpen lopen. Die werd gecancelled door corona. Katrien was vastberaden om haar eerste marathon toch te lopen, ze was nu zo goed getraind en kon dit moment niet laten verloren gaan. We stippelden een tocht van 42 km uit en vroegen enkele vrienden om een stukje mee te lopen. Uiteindelijk waren er nog twee lopers die hun eerste volledige marathon met ons liepen en een handvol vrienden die een etappe mee liepen of fietsten. Na een vlotte start kreeg Katrien het moeilijk aan km 30, eventjes een ander tempo zoeken en doorbijten tot het einde. Net op tijd sloot Yves, de man van Katrien zich bij ons loopclubje aan en loodste haar tot het einde naar de finish. **She did it!**



Wat een discipline en wat een prestatie! Zo trots op mijn dappere grote nicht!

- Getuigenis Marjan Van Rompay -

**Indien het lezen van dit document moeilijk is voor u, kan u een aangepaste versie bekomen via uw ergotherapeut.**

**Voor deze en andere informatie kunt u steeds terecht op onze website [www.mscenter.be](http://www.mscenter.be)**

#### 4. EUROPESE DAG VAN DE RECHTEN VAN DE PATIËNT



**18 april** is de Europese dag van de rechten van de patiënt.

Sedert 2002 beschikt België over een wet betreffende de rechten van de patiënt.

Volgens de wet heeft elke patiënt recht op:

- ✓ kwaliteitsvolle zorg
- ✓ vrije keuze van beroepsbeoefenaar
- ✓ informatie over de gezondheidstoestand
- ✓ het geven van toestemming voor een behandeling
- ✓ een bijgehouden dossier, met mogelijkheid tot inzage en afschrift
- ✓ bescherming van de persoonlijke levenssfeer
- ✓ een adequate pijnbestrijding
- ✓ de mogelijkheid om een klacht neer te leggen bij de ombudsdienst

Als jij als patiënt de indruk hebt dat jouw rechten niet nageleefd worden, kan je in eerste instantie de betrokken zorgverlener aanspreken of de direct leidinggevende. Indien dit niet mogelijk of wenselijk is, kan jij je richten tot de ombudsdienst. Een informatieve flyer over de patiëntrechten is terug te vinden in alle folderkasten van het NMSC.

**Indien het lezen van dit document moeilijk is voor u, kan u een aangepaste versie bekomen via uw ergotherapeut.**

**Voor deze en andere informatie kunt u steeds terecht op onze website [www.mscenter.be](http://www.mscenter.be)**

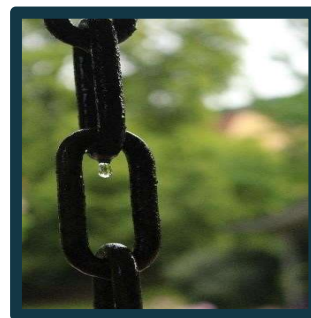
## 5. ONLINE MS SEMINAR

## Online seminar 2021

### MS clinical research@NMSC

27 mei 2021

voor personen met MS en geïnteresseerden

**PROGRAMMA**

- 18.00      Associaties van cognitieve klachten met gezondheidsfactoren bij personen met MS.  
**Prof Dr D'hooghe**
- 18.30      Toepassen van telegeneeskunde bij MS.  
**Prof Dr D'haeseleer**
- 18.40      Microbioom en MS (Microms1) – update Microms2  
**Ir. Lindsay Devolder**
- 19.00      Panelgesprek - vragen**
- 19.20      Pauze
- 19.30      Het rustende MS brein – De werking van de hersenen in rust – wat verandert er bij  
personen met MS.  
**Prof Jeroen Van Schependom**
- 19.50      Het werkende MS brein: Resultaten MEG studie  
**Lars Costers**
- 20.10      Balans in tijdsbesteding voor betekenisvolle activiteiten: evaluatie van de Life Balance  
Inventory.  
**Sofie Ferdinand en prof. Daphne Kos**
- 20.20      Dubbeltaken (gelijktijdig uitvoeren van handtaak en denkoefening): Hoe moeilijk is dat  
eigenlijk?  
**Annick Vandenbroucke en prof. Daphne Kos**
- 20.30      Panelgesprek – vragen**
- 20.45      EINDE

Deelnemen aan de infoavond is gratis. Inschrijven is noodzakelijk en kan tot 14/05/2021 via [DEZE LINK](#). Voor meer informatie kan u terecht bij **Ann Van Remoortel** [ann.vanremoortel@mscenter.be](mailto:ann.vanremoortel@mscenter.be) of 02.597.87.24

**Indien het lezen van dit document moeilijk is voor u, kan u een aangepaste versie bekomen via uw ergotherapeut.**

**Voor deze en andere informatie kunt u steeds terecht op onze website [www.mscenter.be](http://www.mscenter.be)**