

Hamstringblessure? Meld u aan!

Iedereen kent de beelden van tv: een sporter in volle sprint grijpt naar de achterkant van zijn been en zakt op de grond. De diagnose is meteen duidelijk: een scheurtje in de hamstring. Vele topsporters en amateursporters lopen vroeg of laat zo'n hamstringblessure op. De afdeling Sportgeneeskunde van het MCH start samen met het UMC Utrecht en de KNVB een wetenschappelijk onderzoek naar een nieuwe behandelmethode voor deze blessure. Wat houdt die behandeling in en wat kunt u er aan hebben?

De hamstringblessure is de nummer 2-blessure bij profvoetballers. Ieder seizoen krijgt één op de zes er mee te maken. Daarnaast treedt de blessure veel op bij hockeyers en atleten. Hoe vaak de blessure voorkomt bij amateursporters is niet bekend. "Dat komt omdat de meeste sporters niet naar de huisarts gaan", legt arts-onderzoeker Guus Reurink uit. "Ze houden een tijdje rust en beginnen dan weer voorzichtig met sporten. Dat werkt meestal goed, maar duurt lang. Bovendien is de kans groot dat er na verloop van tijd wéér een hamstringblessure ontstaat."



Kans op herhaling verkleinen

Bij de nieuwe behandeling worden zogenaamde groeifactoren direct in de hamstring ingebracht. Dit gebeurt door middel van een injectie met een verhoogde concentratie bloedplaatjes, het Autoloog Conditioned Plasma (ACP). De plaatjes scheiden groeifactoren uit die het herstel van de spier bevorderen. De bloedplaatjes in het ACP worden uit

het bloed van de patiënt gehaald. Reurink: "Het idee is dat een hoge concentratie groeifactoren zorgt voor een optimaal en zelfs sneller herstel. Topsporters willen natuurlijk zo snel mogelijk weer in het veld staan. Wij zijn ook geïnteresseerd of we de kans op herhaling verkleinen door het toedienen van ACP."

Kosteloze topsportzorg

Als u aan het onderzoek meedoet, krijgt u geheel kosteloos de zorg die normaal topsporters krijgen. De ervaren sportartsen van het Nederlands voetbalelftal, Jong Oranje en NOC/NSF geven de behandeling.

Wanneer er inderdaad sprake is van een hamstringblessure, wordt er een MRI gemaakt. Is daarop schade aan de spier te zien? Dan kunt u aan het onderzoek meedoen. Er wordt bloed afgenomen en er wordt geloot. U heeft 50 procent kans op een injectie met ACP en 50 procent kans op een injectie met een zoutoplossing. U en de arts weten niet wat u krijgt. Dat hoort u pas na afloop van het onderzoek. Een week later krijgt u opnieuw een injectie. Daarna volgen maximaal vijf weken sportfysiotherapie. Het jaar na de injecties, moet u nog twee keer terugkomen en u wordt regelmatig gebeld om te kijken hoe het met u gaat.

Wanneer kunt u meedoen?

U kunt aan het onderzoek meedoen als u:

- tussen de 18 en 50 jaar oud bent;
- korter dan 5 dagen geleden een hamstringblessure heeft opgelopen;
- geen andere blessures heeft (bijvoorbeeld aan knie of enkel).

Het is belangrijk dat u zich zo snel mogelijk aanmeldt. Dus loopt u bijvoorbeeld zondag een hamstringblessure op? Neem dan direct contact op met arts-onderzoeker Guus Reurink, tel. (06) 42 982 289. Meer informatie over het onderzoek vindt u op www.hamstringonderzoek.nl.

Sportartsen: G.J. Goudswaard (KNVB), H. Tol (MCH) en M.H. Moen (UMCU)

www.hamstringonderzoek.nl

Groene bal voor Project 'Bewegen tegen kanker'

Op het Moved By Congres over maatschappelijk betrokken ondernemen mocht sportarts Don de Winter namens het MCH 'De groene bal' in ontvangst nemen van de Stichting Meer dan voetbal. Dit voor het project 'Bewegen tegen kanker' dat het MCH samen met ADO Den Haag is gestart.

'De groene bal' wordt verleend aan initiatieven die de kracht van voetbal inzetten voor een betere samenleving. 'Bewegen tegen kanker' is zo'n initiatief. In dit project krijgen (ex)kankerpatiënten een bewegingstraject aangeboden om hun welzijn te verbeteren.

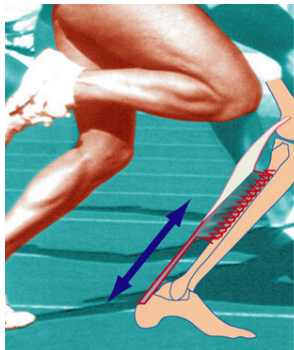


Don de Winter uiterst rechts op de foto

Gezocht: mensen met chronische achillespeesklachten

Hoge verwachtingen van nieuwe behandelmethode

De afdeling Sportgeneeskunde van het MCH start binnenkort, samen met het Erasmus Medisch Centrum, een wetenschappelijk onderzoek naar een nieuwe behandelmethode van chronische Achillespeesklachten. Veel mensen hebben last van deze blessure en een afdoende behandeling is tot op heden niet gevonden. Mogelijk brengt dit baanbrekende onderzoek hier verandering in.



Achillespeesklachten ontstaan vaak door overbelasting. Met name mensen die veel sporten kunnen klachten ontwikkelen, maar ook niet-sporters krijgen er soms mee te maken. De klachten beginnen sluipend. Mensen voelen pijn als ze met sporten starten, maar merken dat de klachten verdwijnen als ze een

tijdje bezig zijn. Na verloop van tijd gaan de klachten niet meer over; de pijn steekt ook na het sporten de kop op en 's ochtends bij het opstaan voelt de pees stijf aan.

Peescellen

De oorzaak van Achillespeesklachten is onduidelijk. Arts-onderzoeker Suzan de Jonge vertelt dat er meerdere theorieën zijn. "In deze studie gaan we ervan uit dat de kwaliteit van de cellen in de pees invloed heeft op de klachten. Uit onderzoek is gebleken dat de peescellen in een gezonde Achillespees er anders uitzien dan peescellen in een geblesseerde Achillespees. Wat wij nu gaan doen, is een beetje weefsel uit de gezonde kniepees van een patiënt halen. Dit weefsel zetten we op kweek, waardoor de cellen vermenigvuldigen. En dat injecteren we bij diezelfde patiënt

in de Achillespees op de plek waar de blessure zit. Wij denken dat de gezonde peescellen het overnemen van de ongezonde Achillespeescellen, zodat de Achillespees sterker wordt. Een vergelijkbaar onderzoek in Australië bij dieren wijst dit ook uit."

Eerste keer

Mensen die aan het onderzoek meedoen, krijgen geheel kosteloos een optimale behandeling door sportartsen met veel ervaring op het gebied van peesblessures. De helft van de deelnemers wordt geïnjecteerd met de gekweekte peescellen, de andere helft met een zoutoplossing. Daarna volgt drie maanden oefentherapie. Ook worden echo's gemaakt van de pees; iets wat normaal gesproken niet gebeurt. De Jonge: "Het is de eerste keer dat deze behandeling in Nederland gegeven wordt en de verwachtingen zijn hoog."

Wanneer kunt u meedoen?

Bent u tussen de 18 en 55 jaar? Heeft u langer dan twee maanden Achillespeesklachten? En heeft u nog nooit injecties in of operatie aan de Achillespees gehad? Meld u dan aan via telefoonnummer (070) 7044626, of per e-mail: h.tol@mchaaglanden.nl, s.dejonge@erasmusmc.nl. Meer informatie vindt u op www.achillespeesonderzoek.nl.