



Sint Maartenskliniek

## Exoskelet

Het Exoskelet is een hulpmiddel waarbij een orthese zodanig door motoren wordt aangedreven, dat er een loopbeweging ontstaat. In de Sint Maartenskliniek werken we met de zogeheten Rewalk.

### Is het Exoskelet voor u een geschikt hulpmiddel?

Het lopen met een Exoskelet is bedoeld voor mensen met een complete dwarslaesie beneden T4, dus mensen die geen willekeurige controle hebben over hun beenspieren, maar wel volledige controle over hun armspieren en een beetje rompstabiliteit. Ook moet u in staat zijn om zelfstandig een transfer te maken met wat hoogteverschil. Dit betekent dat u zich bijvoorbeeld vanuit uw rolstoel naar uw bed of het toilet kunt verplaatsen. U dient ook klaar te zijn met revalidatiebehandeling.

### Wat is het doel van het Exoskelet?

Met een Exoskelet kunnen mensen met een complete dwarslaesie weer therapeutisch lopen. Dit betekent dat u bijvoorbeeld nog niet kunt lopen om een boodschap te doen in de buurt. Lopen is voor u een waardevolle activiteit en kan zelfs positieve gevolgen hebben voor de mate van pijn, spasticiteit en een verbeterde darmfunctie. Dat is overigens niet bij iedereen in dezelfde mate het geval.

Naast het staan en lopen heeft het Exoskelet nog een aantal andere voordelen. Met dit pak kunt u straks weer traplopen en krijgt u weer toegang tot plekken die met een rolstoel niet toegankelijk zijn. Het lopen maakt u bovendien fitter en heeft een gunstig effect op bijkomende complicaties van een dwarslaesie, zoals het krijgen van sterkere botten, minder rugpijn, minder doorzit- en doorligwonden en een betere blaas-darmregulatie.

### Hoe bereidt u zich voor op de training?

Om in een Exoskelet te kunnen lopen, moet u in ieder geval voldoende lenig zijn. Dat wil zeggen dat u voldoende beweeglijkheid in uw heupen, knieën en enkels moet hebben. U mag ook niet al te veel spasticiteit hebben. Verder moet u bereid zijn veel tijd en energie te stoppen in deze intensieve training. Het regelmatig thuis staan in een sta-unit is een belangrijk aspect om het rechtop zijn tijdens de training aan te kunnen en om te werken aan voldoende mobiliteit van de gewrichten.

## **Wat kunt u verwachten gedurende de training?**

De training vindt op dit moment nog plaats in een onderzoekssetting. We kijken of het mogelijk is om in 24 trainingen van 1,5 uur een zodanig loopniveau te bereiken, dat het veilig is om met een begeleider in de thuissituatie te lopen. U loopt met twee elleboogstokken (krukken) en krijgt de opdracht op commando te starten en te stoppen. Verder oefent u om bochten, drempels en opstapjes veilig te nemen. Bij de training gaat u ook staande handelingen verrichten, zoals het openen en sluiten van deuren. Ook buiten lopen is een onderdeel van de training. Als dat allemaal lukt, mag u het Exoskelet gedurende twee weken thuis onder begeleiding van een vaste buddy uit proberen. Daarna moet u het Exoskelet weer inleveren.

U traint onder begeleiding van drie therapeuten waarvan er telkens twee tijdens een trainingssessie aanwezig zijn. De training vindt gedurende acht weken plaats. U traint driemaal per week, 1,5 uur per keer.

## **Wilt u trainen met het Exoskelet?**

Overleg dat dan met uw revalidatiearts of vraag aan uw huisarts of medisch specialist om een verwijsbrief naar de Dwarslaesie-afdeling, met de vermelding dat het om het lopen met het Exoskelet gaat.