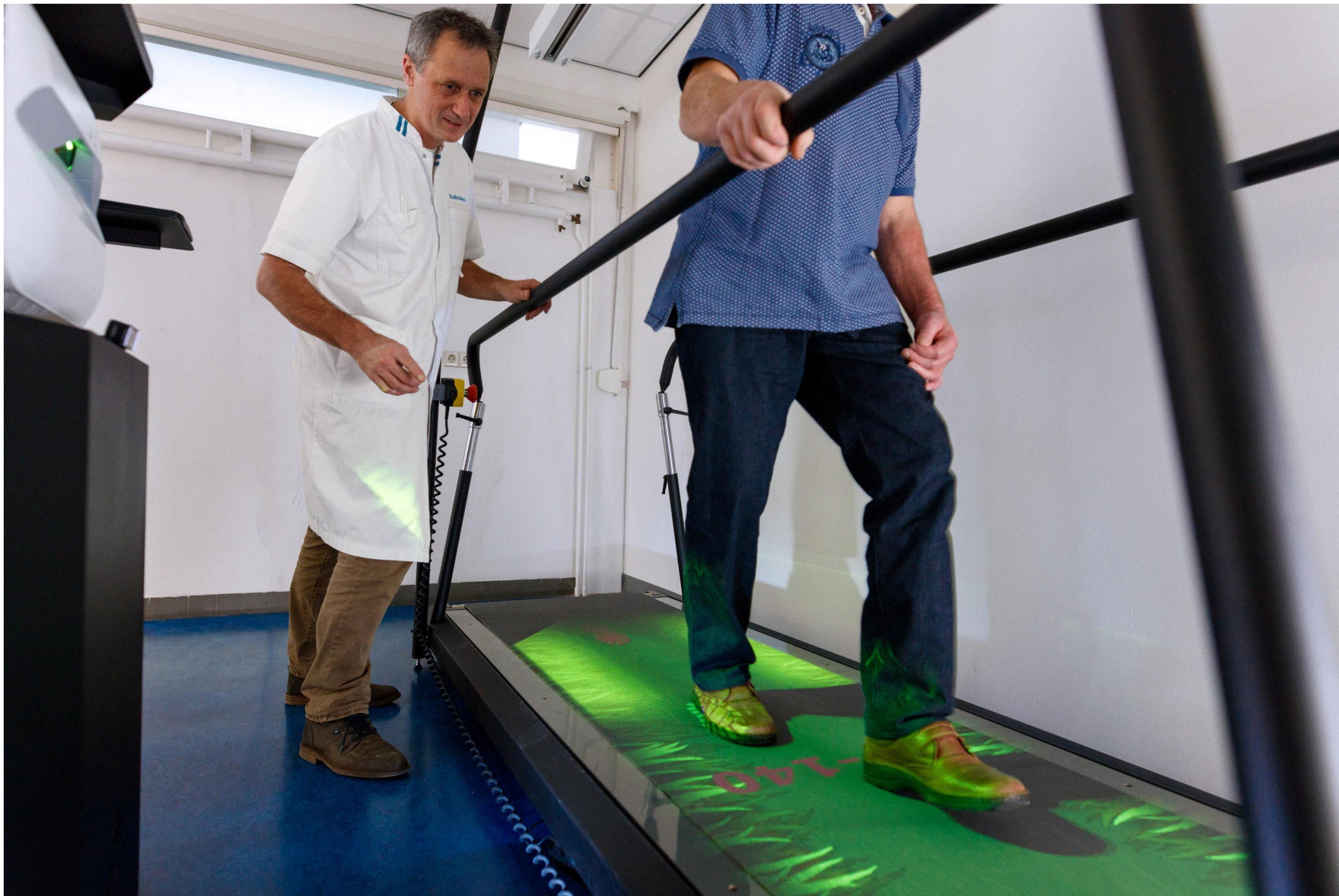


# Loop en balanstraining in de chronische fase van een beroerte



## ROADS to Recovery:

### Waarom is dit onderzoek belangrijk?

Mensen hebben na het doormaken van een beroerte vaak moeite met de balans, waardoor het risico op een val groter wordt. Uit eerder onderzoek blijkt dat loop- en balanstraining hierbij kan helpen, zelfs wanneer de beroerte langer dan 6 maanden geleden is.

Maar welke manier van training is hiervoor het beste? En kan training ervoor zorgen dat de aansturing vanuit de hersenen verbeterd? Dit onderzoeken wij met **ROADS to Recovery**.

### Wat houdt deelname aan ROADS in:

Tijdens ROADS krijgen deelnemers vijf weken balanstraining. Dit is of bij de fysiotherapeut in de buurt, of op de C-Mill in het Radboudumc. De C-Mill is een loopband waar balansverstoringen van het dagelijkse leven nagebootst kunnen worden. Hierbij kunt u denken aan het ontwijken van obstakels of het plotseling afremmen wanneer iemand voor u langs loopt. Welke training iemand krijgt wordt bepaald door loting. Tijdens ROADS wordt u 3x uitgenodigd in het Radboudumc voor loop- en balanstesten.

### Wie kan er meedoen?

Wij zoeken mensen die langer dan 6 maanden geleden een beroerte hebben doorgemaakt, op blote voeten kunnen staan zonder hulpmiddel en minimaal 10 minuten kunnen lopen.

Ontvangt u graag meer informatie?  
E-mail: [wouter.staring@radboudumc.nl](mailto:wouter.staring@radboudumc.nl)  
Telefoon: (024) 366 8195

**Radboudumc**