



## Biodex knie (isokinetisch toestel)

### Hoe een afspraak maken?

Het onderzoek gebeurt op verwijzing van uw arts en wordt voorafgegaan door een consultatie bij de revalidatiearts.

Secretariaat Fysische Geneeskunde en Revalidatie 014 57 70 35

Algemene openingstijden: elke dag van 8u30 tot 12u en van 12u30 tot 17u.



## Wat is isokinetisch testen en trainen?

Biodex is een **krachttoestel** voor de evaluatie en training van spieren bij aandoeningen van de knie of na een knie-ingreep. Tijdens het bewegen worden de krachten gemeten die de patiënt kan uitvoeren.

Om de snelheid constant (= isokinetisch) te houden, zal het toestel de weerstand automatisch aanpassen volgens de mogelijkheden van de patiënt waardoor er altijd in optimale omstandigheden getest en geoefend wordt.

## Wie komt in aanmerking voor de test?

- bij langdurige knieproblemen (bv. knieschijfproblemen)
- na een knie-ingreep (bv. voorste kruisbandreconstructie)
- na hamstringsblessures

## Wat leren we uit de test?

We meten de kracht van de bovenbeenspieren (quadriceps en hamstrings) en leren of er nog belangrijke krachtsverschillen zijn tussen de beide benen en tussen de voor- en achterzijde van de aangetaste zijde.

Zo kunnen we beter inschatten of er

al voldoende herstel is opgetreden om terug veilig te kunnen functioneren op het werk of sport te hervatten.

## Hoe verloopt de test?

De testprocedure start met 10 minuten opwarming en stretching en duurt gewoonlijk 30 tot 60 minuten afhankelijk van de vraagstelling en het testprotocol. Best sportieve kledij aandoen of meebrengen. Er kan na het testen spierstijfheid optreden tot 2 dagen na de test, maar dit is niet abnormaal.

## Hoeveel kost de test?

De test kost **58 euro** en wordt niet terugbetaald door het ziekenfonds. In het kader van een revalidatieprogramma wordt er géén extra kost voor de test aangerekend.

## Wanneer heb ik het resultaat?

Het testresultaat wordt aansluitend besproken met de revalidatiearts er wordt een verslag gemaakt voor de verwijzende arts of kinesitherapeut.

Indien nodig en gewenst kan u ook een aanvullend knierevalidatieprogramma op de Biodex volgen.



## Dient de test herhaald te worden?

Er wordt geadviseerd om de test na 20 oefensessies of 2 maanden te herhalen om de evolutie en het effect van de behandeling op te volgen.