

Deelname

Hoe wordt het effect van de bewegingsprogramma's bepaald?

Alle deelnemers ondergaan driemaal een bewegingsonderzoek en krijgen op deze drie verschillende momenten een vragenlijst voorgelegd. Het eerste meetmoment vindt plaats vóór de loting en vóór de start van de chemotherapie, het tweede aan het einde van de chemotherapie en het laatste zes maanden na afloop van de chemotherapie. Het tijdstip van het tweede meetmoment kan per persoon verschillen, afhankelijk van de duur van de chemotherapie.

Het bewegingsonderzoek vindt plaats op een locatie bij de deelnemer in de buurt. De metingen duren ongeveer een uur. De conditie wordt getest door een korte (drie minuten) en een langere (maximaal 30 minuten) test op een fiets. Daarnaast wordt de spierkracht van armen en benen vastgesteld in een viertal korte metingen.

In de vragenlijst worden gegevens verzameld over vermoeidheid, psychologische spanning, functioneren in het dagelijks leven, slaapkwaliteit en algehele kwaliteit van leven.

Om de mate van activiteit te meten, vragen wij de deelnemers vóór de drie meetmomenten gedurende vijf dagen (inclusief minstens één weekenddag) een ActiGraph versnellingsmeter te dragen. De ActiGraph is een klein apparaatje (3x3cm) dat onopvallend om de middel gedragen kan worden.

Deelnemers aan Onco-Move en OnTrack ontvangen een aantal evaluatievragen over de nut van en de tevredenheid met het gevolgde bewegingsprogramma.

Voordelen en nadelen van deelname

Wanneer u deelneemt aan het onderzoek is het mogelijk dat het bewegingsprogramma effectief is ten aanzien van het behouden of verbeteren van uw fysieke conditie en kracht. Het kan tevens een gunstig effect hebben op klachten als vermoeidheid, stress en verminderde kwaliteit van leven. Mogelijk nadeel van deelname aan het onderzoek is dat het inzet en tijd zal kosten. Wij zullen proberen de belasting zo laag mogelijk te houden.

Het onderzoek is zo opgezet dat de resultaten vooral betekenis hebben voor een hele groep. Over individuele prestaties kunnen wij dan ook geen uitspraak doen. Uiteraard zullen wij u informeren over de uitkomst van het gehele onderzoek. En bij gebleken effectiviteit worden de behandelingen toegevoegd aan de bestaande behandeling tijdens chemotherapie.

Indien de deelnemers voor het onderzoek reis- en/of parkeerkosten moet maken, vergoeden wij deze. Aan het onderzoek zijn voor de deelnemers geen kosten verbonden.