

Beste Start-to-Runner,

Vanuit de vakgroep Revalidatiewetenschappen en Kinesith therapie Gent van de Universiteit Gent doen we een onderzoek naar risicofactoren die verantwoordelijk kunnen zijn voor achillespeesklachten bij beginnende lopers. Met dit onderzoek willen we nagaan of een verminderde doorbloeding van de achillespees, een achillespeesletsel zou kunnen veroorzaken bij lopers.

### **Wie zoeken we?**

Mannen en vrouwen die deelnemen aan het Start-to-Run programma voor beginners.

### **Wat wordt er van u verwacht?**

Het onderzoek neemt slechts een kwartiertje in beslag en zal ter plaatse in de atletiekclub gebeuren, voor aanvang van de eerste of tweede looptraining. We zullen de doorbloeding van de achillespees meten aan de hand van een Oxygen-so-see meting. Dit is een toestel dat werkt op laser licht en wit licht, en het meet de zuurstofgraad en de doorbloeding van het weefsel. Deze meting is volledig pijnloos.

Vervolgens vragen we u ook om een dagboek bij te houden over de frequentie en de intensiteit van de trainingen.

Indien u tijdens een training last zou krijgen ter hoogte van de achillespees, dan vragen wij u dit te melden aan Liesbeth Stevens, via het e-mailadres

[liesbetha.stevens@ugent.be](mailto:liesbetha.stevens@ugent.be) of telefonisch op het nummer 0474/27 85 34.

Gedurende het loopprogramma van tien weken zullen de onderzoekers op zoveel mogelijk looptrainingen aanwezig zijn om mogelijke klachten bij de deelnemers aan deze "start-to-run" te onderzoeken en te registreren.

### **Inschrijven?**

Inschrijven voor dit onderzoek kan reeds op voorhand door contact op te nemen met Liesbeth Stevens op het nummer 0474/27 85 34 of via mail naar

[liesbetha.stevens@ugent.be](mailto:liesbetha.stevens@ugent.be). Verder kan u zich ook steeds inschrijven bij aanvang van de eerste trainingssessie.

Deelname aan dit onderzoek gebeurt geheel op vrijwillige basis.

Alvast hartelijk dank en veel succes met het loopprogramma!

Vriendelijke Groeten,

dr. Nele Mahieu

Vakgroep Revalidatiewetenschappen en Kinesith therapie

Universiteit Gent