

## Heb je interesse om deel te nemen aan deze studie?

Contacteer dan:

[ine.nieste@uhasselt.be](mailto:ine.nieste@uhasselt.be)

REVAL  
Revalidatie onderzoekscentrum  
Universiteit Hasselt  
Agoralaan, Gebouw A  
B-3590 Diepenbeek

Wilt u uw bijdrage leveren en de  
wetenschap een handje helpen?

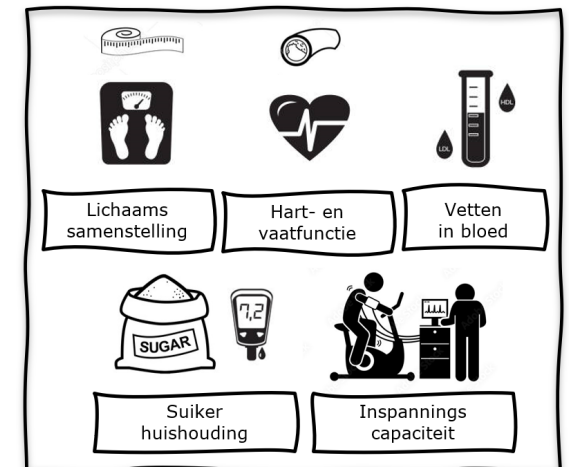
Dan zijn wij op zoek naar u!

UMSC | Universitair  
MS Centrum



Fonds Wetenschappelijk Onderzoek  
Vlaanderen  
Opening new horizons

## Cardiometabole gezondheid bij personen met en zonder MS



Universiteit Hasselt



## Praktisch

### 3 studiebezoeken

U zal in totaal 3x naar de Universiteit moeten komen:

- Tijdens het **1<sup>ste</sup> bezoek** (duur: 1h; *kan ook online*) krijgt u alle studie informatie, en kan u vragen stellen. Indien u beslist om deel te nemen, wordt er een activiteitenmeter op uw been geplakt die u 7 dagen dient te dragen om te kijken of u in aanmerking komt om deel te nemen.
- Indien u voldoet aan de inclusiecriteria (zie `wie zoeken we`) wordt u een **2<sup>e</sup> keer** uitgenodigd (duur: 1h). Hier zal u de activiteitenmeter opnieuw op uw been krijgen, en een bloedsuikermeter op uw arm. Vervolgens zal u deze meters gedurende 7 dagen dragen, waarbij u nergens rekening mee moet houden. **Het is belangrijk dat u hetzelfde doet als wat u altijd doet.**
- Het **3<sup>e</sup> studiebezoek** (duur: 5h) sluit meteen aan op deze 7 dagen. Hier zal uw cardiometabole gezondheid gemeten worden.

## Wat houdt de studie in?

In wetenschappelijke literatuur wordt vaak gezegd dat personen met Multiple Sclerose (MS) een slechtere cardiometabole gezondheid hebben dan personen zonder MS door verschillende MS-gerelateerde risicofactoren. Waar echter tot op heden geen rekening mee gehouden werd, is de mate van **fysieke activiteit**. Dit is echter ook een heel belangrijke risicofactor (in geval van fysieke inactiviteit) die ook voor personen zonder MS van toepassing is.

### Wat is cardiometabole gezondheid?

- Lichaamssamenstelling (*verdeling vet- en spiermassa*)
- Hart- en vaatfunctie (*hartslag, bloeddruk, en kwaliteit van de bloedvaten*)
  - Vetten in het bloed (*o.a. goede en slechte cholesterol*)
- Suikerhuishouding (*hoe goed het lichaam suiker kan verwerken*)
- Inspanningscapaciteit (*fysieke conditie*)

### Waarom is cardiometabole gezondheid belangrijk?

Een slechte cardiometabole gezondheid verhoogt niet alleen het risico op het krijgen van andere aandoeningen zoals suikerziekte en hart- en vaat-aandoeningen, maar versnelt ook de ziekteprogressie van MS.

### Belang van fysieke activiteit?

Er zijn eerste aanwijzingen waaruit blijkt dat wanneer personen met en zonder MS even fysiek actief zijn, hun cardiometabole gezondheid identiek is. Dit is echter nog nooit onderzocht. Indien dit zo is, verschaft dit nuttige info voor zorgverleners. Dan kan eerst maximaal ingezet worden op fysieke activiteit alvorens over te schakelen op medicatie (zoals momenteel vaak automatisch gedaan wordt).

## Wie zoeken we?

- Mensen met en zonder MS die denken dat ze meer dan 9h per dag zitten (dit wordt gecheckt na het 1<sup>ste</sup> studiebezoek)
- Personen met MS (Relaps Remitting -EDSS maximaal 5)
- Deelnemers mogen geen cardiometabole ziektes zoals suikerziekte of hart- en vaat-aandoeningen hebben en niet zwanger zijn
- Personen zonder MS die eenzelfde activiteitenpatroon hebben als de reeds onderzochte personen met MS (dit wordt gecheckt via de activiteitenmeting in week 1).

### Voordelen van studie deelname

- U krijgt een goed beeld van uw eigen fysieke activiteitenniveau en cardiometabole gezondheid
- U krijgt geïnividualiseerd advies over hoe uw fysieke activiteitenpatroon kan verbeteren
- U ontvangt een cadeaubon ter waarde van €30