

ZIEKENHUIS MAAS&KEMPEN START MET TAI CHI-LESSEN

“Een hele trage gevechtssport”

BREE

Ziekenhuis Maas&Kempen start op 16 april als eerste Belgische ziekenhuis met Tai chi-lesSEN. “Tai chi is een hele trage gevechtssport die nog het meest doet denken aan Chinese ochtendgymnastiek”, zegt ergotherapeute Dominique Vermeulen. “De lessen zijn vooral bedoeld om mensen met een valrisico op de been te houden, maar ook kankerpatiënten kunnen heil vinden in deze relaxerende therapie.”

Vorig jaar in augustus heeft de Australische medicus Paul Lam in Leuven een uiteenzetting gegeven over het nut van Tai chi. Meteen daarna zijn we met het ziekenhuis op de kar gesprongen”, vertelt ergotherapeute Dominique Vermeulen, die de Tai Chi-lesSEN zal begeleiden. “We hebben de afgelopen maanden al een aantal revaliderende mensen een proefcursus aangeboden en dat bleek zo succesvol dat we op 16 april starten met een volwaardige cursus voor twee groepen van telkens acht mensen.”

“Tai chi zal een hele nieuwe wind door het ziekenhuis laten waaien”, voorspelt de enthousiaste ergotherapeute. “We mikken vooral op 60-plussers met een hoog valrisico, pijnlijke gewrichten of gewoon een verminderde mobiliteit. Zelfs mensen met heel zware reuma zullen al zittend kunnen meedoen.” De lesSEN zullen plaatsvinden in de revalidatieafdeling, op de campus in Bree.

Terugbetaald

“De eerste rekrutering voor kandidaten start in het ziekenhuis zelf, waar elke patiënt gescreend wordt op valrisico”, zegt Carine Goossens van Ziekenhuis Maas&Kempen. “Ook alle huisartsen in ons verzorgingsgebied hebben ondertussen een brief gekregen waardoor ze weten dat ze patiënten die last hebben van stressgerelateerde klachten, valpartijen of chronische pijn naar de Tai chi-behandeling kunnen sturen. De behandeling kan dan ook enkel gebeuren met een doktersvoorschrift en wordt - op een remgeld van een vijftal euro na - helemaal terugbetaald.”

Wetenschappelijk bewezen

De behandeling duurt twee uur, waarvan een uur volledig aan Tai chi gewijd wordt en een uur aan klassieke kinesitherapie. “De kri-



Ergotherapeute Dominique Vermeulen en kinesist Kurt Lipkens tonen de trage gevechtssport die vanaf 16 april te zien zullen zijn in Ziekenhuis Maas&Kempen.

Foto Dick DEMEY

etiek in het verleden was altijd dat het medische nut van Tai chi niet wetenschappelijk bewezen was, maar dat is sinds kort dus wel het geval”, zegt Kurt Lipkens, die als kinesist bij de lesSEN betrokken is. “Tai chi is daarmee de eerste

Oosterse benadering die nu ook in het Westen als een volwaardige vorm van kinesitherapie wordt beschouwd. We kunnen nu van twee walletjes eten en het beste van beide werelden combineren. Enerzijds de meer naar yoga nei-

gende Oosterse benadering, en anderzijds de klassieke Westerse techniek van spierversterking. Het kan de mensen enkel maar ten goede komen.”

Timmie VAN DIEPEN