

Transplantoux

De Ventoux in de toegevoegde tijd

De Ventoux bedwingen: bestaat er een mooiere manier voor getransplanteerden om te bewijzen hoe gezwind ze het leven opnieuw infietsen of binnenwandelen? Op 22 juni beklimmen maar liefst 70 'ambassadeurs' van Transplantoux de mythische Kale Berg.

Transplantoux is al aan zijn vijfde tweejaarlijkse editie toe. Naast 55 fietsers – onder wie 50 debutanten – reizen dit jaar ook 15 wandelaars mee naar de Vaucluse. Tijdens de 21 kilometer met gemiddeld 7,5 stijgingspercentages krijgt elke deelnemer een persoonlijke begeleider, een arts of een paramedicus, aan zijn of haar zijde. Ook 50 familieleden reizen mee. De groep start in het zog van meer dan duizend Vlaamse wielervrienden die dat weekend deelnemen aan Mon Ventoux van organisator Sporta (onder impuls van dokter Toon Claes).

Fysieke activiteit

Transplantoux wil via de beklimming een positieve campagne voeren rond orgaantransplantatie, getransplanteerden sensibiliseren om gezond te leven en te sporten, en multidisciplinair onderzoek stimuleren. Bezieler is transplantatiechirurg prof. **Diethard Monbaliu** (UZ Leuven), die het belang van bewegen onderstreept. "Mee met de levensverwachting en -kwaliteit daalt door orgaanfalen ook de fysieke activiteit en fitheid. Zelfs na de transplantatie recupereert de fysieke fitheid niet tot het verwachte niveau in vergelijking met de normale populatie, is aangetoond. De immunosuppressieve medicatie speelt daarin een rol. Het gebrek aan stimulatie om te bewegen ook, zeg maar het advies om voorzichtig aan te doen. Er is ook de co-morbiditeit van de voorafgaande ziekte." Daarover is overigens verder onderzoek gepland, met de steun van de Vlaamse overheid.

Adolescenten

Maar met een intensief trainingsprogramma kan je spectaculaire resultaten bereiken, weet Monbaliu. "Een VO₂max-sprong. Een betere BMI. Gecounterde hypertensie. Onze boodschap is niet om van alle getransplanteerden topsporters te maken. De deelnemers aan Transplantoux zijn de ambassadeurs die tonen hoeveel er mogelijk is."

Dat is ook belangrijk voor de getransplanteerde adolescenten. Een zorgengroep: één op de drie neemt zijn immunosuppressieve medicatie niet trouw in. De gevolgen voelen ze niet op korte termijn.

Samen met oudere lotgenoten vinden ze hun motivatie terug. Zoals die jonge gast die nu zelfs verpleegkunde studeert en ervan droomt om andere getransplanteerden te verzorgen.

Bakala Academy

De maandenlange voorbereiding gebeurt onder supervisie van Bakala Academy, het trainingsbegeleidingscentrum onder leiding van inspanningsfysioloog prof. Peter Hespel (Faber, KU Leuven).



▲ De top van de Mont Ventoux bereiken, is telkens weer een hele overwinning.

"Zij leveren uitstekend werk en geven waardevolle feedback, die soms onverwachte medische problemen aan het licht brengt."

Samen met Bakala Academy voert Monbaliu ook onderzoek om het effect van de stimulus die Transplantoux is te meten. "De deelnemers worden herhaaldelijk getest, en ook gevolgd met een fysieke activiteitenmonitor."

Openbaring

De getransplanteerden overtuigen om deel te nemen hoeft niet. "Integendeel. We moeten mensen weigeren." Ten vroeg-

ste een jaar na de transplantatie kunnen ze inschrijven. Ze worden grondig medisch gescreend. "Bij sommigen zetten we wel het licht op groen, maar spijkeren we hun ambities bij, met bijvoorbeeld de strikte afspraak dat ze halfweg de beklimming stoppen."

Voor veel artsen betrokken bij de zorgprogramma's voor orgaantransplantatie (intensivisten, anesthesisten, internisten, chirurgen...) is hun engagement in Transplantoux een openbaring, zegt Monbaliu. "Zij kennen vooral de miserie van patiënten in de laatste stadia van orgaanfalen. En dan zien ze de metamorfose van diezelfde mensen... Ook voor onze sponsors geeft het een boost om het ef-

Waarvan akte

Ik vind het prima dat onze mensen (*artsen, nvdr.*) idealisten zijn, maar ze moeten daarom nog geen martelaar worden. Het verschil tussen wat ze hier of elders verdienen, moet draaglijk blijven.

Rector van de KU Leuven **Rik Torfs**
over de UZ Leuven in *Humo*.

Ooit hadden we een discussie over de vraag 'waar is het salaris op gebaseerd?'. Toen zei een hartchirurg: 'Op verantwoordelijkheid. Heb jij wel eens een hart van een mens in je hand gehouden?'. Waarop een kinderarts zei: 'En heb jij wel eens een mens in je hand gehouden?'.

Kinderarts **Hugo Heymans** in *Vrij Nederland*.

Gezondheidszorg vijf miljard euro duurder in vijf jaar.

Kop in *De Morgen*.

Is de situatie ondraaglijk voor de patiënt of voor de omstanders?

De Volkskrant over dementie.

Er is weinig empathie voor mensen in armoede.

Drs. **Marleen Finoulst** en **Patrik Vankrunkelsven**
in *De Standaard*.

Wie enig historisch besef heeft, weet dat honger de motor achter opstanden en migratiegolven is.

Dr. **Hans Biesalski** in *Knack*.

Hoe lager de sociale klasse, hoe hoger de babysterfte. En in Brussel heb je een enorme werkloosheid, een jonge bevolking, een toenemende armoede en veel sans-papiers.

Professor **Hendrik Cammu** in *De Morgen*.

Werken moet hét middel tegen armoede blijven.

Guy Tegenbos in *De Standaard*.

Daar val ik van achterover. Sowieso lijkt het mij onmogelijk dat gynaecologen in Brussel slechter werk leveren dan hun collega's in Wallonië en Vlaanderen.

Dr. **Johan Van Wiemeersch** (WVOG) over de babysterfte in Brussel in *De Morgen*.

Ik kijk of jonge artsen verder kunnen kijken dan alleen de medische inhoud. Een van mijn leermeesters zei altijd: 'Een goede dokter is vaardig en aardig'. Daar gaat het om.

Kinderlongarts **Paul Brand** in *Vrij Nederland*.

Gezocht: hoofd van de NHS om de zieken te genezen, de vakbonden te kalmeren en de regering te verlossen van hoofdpijn zonder extra cash.

The Sunday Times over het ontslag van sir David Nicholson (hoofd van NHS England).

Ook wie dit niet leest, gaat zeker dood.

Kop in *NRC Weekend* over het eerste nummer van de nieuwe Nederlandse editie van *New Scientist*.

Piet Desmet

Voor meer info en voor giften aan het Transplantoux-fonds:
www.transplantoux.be en www.kuleuven.be/mecentaat.