



## PROTOCOL FIETSTRAINING

### Anamnese;

Hoelang geleden heeft cliënt voor het laatst gefietst:

Wat is de reden dat er werd gestopt met fietsen:

Werd er een fiets gebruikt met

- handrem
- terugtraprem
- herenfiets
- damesfiets
- elektrisch ondersteunde fiets

Welke methode werd gehanteerd om op en af te stappen:

- steppend opstappen met homolaterale voet.
- been over de stang en dan steppend opstappen
- been over de stang en dan eerst gaan zitten en dan pas gaan fietsen
- anders:

Aan welke kant stapt u op? (aan deze kant ook meelopen)

Welke afstand kon u fietsen:

Welke afstand kan u wandelen:

Bent u ooit gevallen;

Medicatiegebruik:

0 psychofarmaca 0 hart en vaatziekten 0 antidepressiva  
0 sterke pijnstillers 0 antibiotica 0 anti-epileptica

Is er angst om te fietsen;

Welke doelen zijn er om te fietsen?

Visus:

Cardiovasculair: orthostatische hypotensie /ritmestns /decompensatio cordis

Pulmonaal:

Neurologische aandoeningen:

Zijn er cognitieve problemen? (aandacht /concentratie /overzicht /neglect /geheugen )

Gewrichtsaandoeningen:

Pijnklachten?

Berg Balanstest; score >45?

Timed chair-stand test: plaats stoel tegen de muur. Armen gekruist voor de borst. Laat patiënt 5x zo snel mogelijk opstaan en weer gaan zitten.

>14 sec./niet uit te voeren: