

Inspanningstests PDF

T. Takken



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: T. Takken
ISBN-10: 9789035229617
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2388 KB

OMSCHRIJVING

Inspanningstests vormen een essentieel onderdeel van op maat gesneden trainingsprogramma's. Ze dragen bij aan een goede evaluatie van de trainingsresultaten en maken de training effectiever. Daardoor worden de therapietrouw van de patiënt en de motivatie van de sporter vergroot. Inspanningstests zijn niet meer voorbehouden aan topsporters; ook bij patiënten met een chronische aandoening bewijzen zij goede diensten. Inspanningstests is een praktisch boek. Na de theorie van de fysiologie achter de tests wordt het instrumentarium dat de fysieke prestaties meet, behandeld. Daarna bespreekt de auteur verschillende typen inspanningstests: anaërobe tests voor prestaties van korte duur en hoge intensiteit; maximale aërobe tests die zich richten op de gouden standaard van fitheid; submaximale tests en duurinspanningstests. Belangrijk is de interpretatie van de resultaten. Want wanneer is iemand vooruitgegaan? Wat zijn afwijkende uitkomsten en wat zouden die kunnen betekenen? Ook wordt ingegaan op de toepassing van inspanningstests bij specifieke populaties zoals kinderen en chronisch zieken. Tot slot voorziet Inspanningstests in een handige vragen-lijst (PAR-Q), register en een uitvoerige literatuurlijst. Kortom, een boek om meteen mee aan de slag te gaan. Inspanningstests is bedoeld voor zowel studenten fysiotherapie en bewegingswetenschappen als medici, paramedici en bewegingswetenschappers die al werkzaam zijn in de (sport)gezondheidszorg. Tim Takken is als klinisch inspanningsfysioloog verbonden aan de afdeling Kinderfysiotherapie en Pediatrische Inspanningsfysiologie van het Wilhelmina Kinderziekenhuis van het Universitair Medisch Centrum Utrecht. Hij publiceerde in diverse nationale en internationale vaktijdschriften en promoveerde in 2003 aan de faculteit Geneeskunde van de Universiteit Utrecht met het proefschrift *Studies on physical performance and functional ability in juvenile idiopathic arthritis*. In 2006 verscheen het boek *Wielrennen en wetenschap* van zijn hand.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Inspanningstests zijn essentieel in op maat gesneden trainingsprogramma's voor mensen met een chronische aandoening. Ze zijn nodig voor een goede evaluatie en maken ...

Tevens kunnen we een lezing of workshop over inspanningsfysiologie en inspanningstests verzorgen. Neem contact op voor eventuele vragen en verzoeken.

InspanningLoont - healthchecks en fittesten voor mensen die weten dat aandacht aan hun lichaam altijd terug betaald!

INSPANNINGSTESTS

[Lees verder...](#)