Nieuwsbrief maart 2026

De dagen worden weer langer, de temperaturen stijgen en de zon laat zich steeds vaker zien. We hopen dat iedereen de afgelopen tijd, of juist in de komende weken, even kan genieten van het wandelen, hardlopen, fietsen, tennissen of andere buitenactiviteiten.

Met het aanbreken van de lente geven we jullie graag een korte update over de stand van zaken binnen het LoaD onderzoek.

Inmiddels hebben 36 deelnemers de studie volledig doorlopen.
Daar zijn we ontzettend blij mee, hartelijk dank voor jullie inzet!
Voor degene die nog moeten, we kijken er naar uit om jullie allemaal weer terug te zien.

GPS-koppelingen

We hebben inmiddels al veel GPS-data ontvangen van wandelaars, hardlopers en wielrenners, wat we zeer waarderen. Deze gegevens zijn heel waardevol om uiteindelijk goed te kunnen onderzoeken wat de invloed is van duur en intensiteit van wandelen, hardlopen en wielrennen op knieklachten en op structurele veranderingen in de knie.

Om een compleet en betrouwbaar beeld te krijgen, is het belangrijk dat de activiteiten zo nauwkeurig mogelijk worden geregistreerd via Garmin of Strava. We willen jullie daarom vragen om al jullie wandelingen, hardloopsessies en ritten op de racefiets consequent vast te blijven leggen.

Stap je tijdens het onderzoek over op een nieuw sporthorloge of een nieuwe telefoon? → Controleer dan of je activiteiten nog steeds goed worden opgenomen en doorgestuurd.

Twijfel je ergens over? Neem dan gerust contact met ons op. Wij kijken graag mee om te controleren of alle gegevens goed bij ons binnenkomen.

LoaD consortium meeting

Eerder dit jaar, op 22 en 23 januari, kwamen alle onderzoekers binnen het LoaD consortium samen op de Technische Universiteit Eindhoven. Tijdens deze bijeenkomst hebben we elkaar bijgepraat over de voortgang van de verschillende werkpakketten en was er ruimte om kritisch mee te denken en nieuwe ideeën te verkennen.

We konden daar delen dat we binnen ons onderzoek het beoogde aantal deelnemers hebben behaald en dat het verzamelen van gegevens over knieklachten en beweging goed verloopt. Ook de onderzoekers uit de andere werkpakketten zijn benieuwd naar de resultaten.

Omdat de uiteindelijke resultaten nog even op zich laten wachten, zullen we in de komende nieuwsbrieven ook meer aandacht besteden aan de onderzoeken binnen de andere werkpakketten.

Doorgeven wijzigingen

Mocht je tijdens het onderzoek of vlak daarna van huisadres, e-mailadres, telefoonnummer of huisarts veranderen, wil je dat dan aan ons doorgeven? Zo kunnen wij ervoor zorgen dat onze administratie up-to-date blijft.

Sub-studie Universiteit Twente

Acht deelnemers hebben inmiddels meegedaan aan de sub-studie in Twente. De onderzoekers zijn zeer tevreden over het proces: de metingen verliepen soepel en volgens plan. De deelnemers toonden veel interesse tijdens de sessies, wat het onderzoek extra leuk maakte!

De onderzoekers maken gebruik van speciale schoenen waarmee de grondreactiekrachten tijdens dagelijkse activiteiten kunnen worden gemeten. Dat is belangrijk, omdat deze gegevens later worden gebruikt om door te rekenen hoeveel krachten er in het kniegewricht zijn tijdens deze activiteiten. Deze ‘modieuze’ sandalen bleken bovendien een hit onder de deelnemers.

De onderzoekers uit Twente hebben nog drie metingen op de planning staan; daarna gaan ze aan de slag met het verwerken en analyseren van de verzamelde data.

Save-the-Date: Artrose Gezond avonden

Artrose Gezond is een initiatief van het Erasmus MC dat mensen met artrose in contact brengt met onderzoekers, behandelaars en elkaar. Het delen van kennis en ervaringen staat centraal, met als doel samen de gezondheid van mensen met artrose te verbeteren.

Artrose Gezond is een platform dat informatie en adviezen over artrose verstrekt en regelmatig nieuws deelt over recente wetenschappelijke ontwikkelingen. Daarnaast organiseert Artrose Gezond informatieve bijeenkomsten waarin onderzoekers hun werk presenteren en er volop ruimte is voor interactie en discussie.

De volgende Artrose Gezond bijeenkomsten staan in het teken van LoaD en vinden plaats op donderdag 1 en dinsdag 6 oktober in de avond in het Erasmus MC. Tijdens deze avonden wordt onderzoek binnen LoaD gepresenteerd en krijg je de kans om verschillende onderzoekslaboratoria te bezoeken.

Enthousiast geworden? Noteer de data alvast in je agenda. De inschrijving opent later en zal gedeeld worden via de mail.

Namens het LoaD team willen wij u heel erg bedanken voor uw inzet en toewijding aan het onderzoek.

Mocht u vragen hebben, neem gerust contact met ons op via loadonderzoek@erasmusmc.nl of +31 10 - 703 58 82 (keuze 1).