



Universiteit  
Leiden  
The Netherlands

## Promoting physical activity in patients with rheumatoid arthritis

Berg, M.H. van den

### Citation

Berg, M. H. van den. (2007, May 31). *Promoting physical activity in patients with rheumatoid arthritis*. Department of Rheumatology, C1-R, Leiden University Medical Center (LUMC), Faculty of Medicine, Leiden University. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/11997>

Version: Corrected Publisher's Version

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/11997>

**Note:** To cite this publication please use the final published version (if applicable).

# Stellingen

## behorende bij het proefschrift 'Promoting Physical Activity in Patients with Rheumatoid Arthritis'

1. De totale hoeveelheid lichamelijke activiteit van patiënten met reumatoïde artritis, uitgedrukt in het gemiddeld aantal minuten per week is lager dan de hoeveelheid gemeten bij de algemene Nederlandse bevolking. *(dit proefschrift)*
2. Een via internet aangeboden beweegprogramma met individuele begeleiding, oefenmaterialen en lotgenotencontact voor patiënten met reumatoïde artritis, is effectiever voor wat betreft de hoeveelheid lichamelijke activiteit dan een bewegingsprogramma zonder deze faciliteiten. *(dit proefschrift)*
3. Bij de ontwikkeling van toekomstige beweeginterventies voor patiënten met reumatoïde artritis moet naast gedragsverandering specifieke aandacht besteed worden aan gedragsbehoud. *(dit proefschrift)*
4. Voor het succesvol implementeren van een nieuw ontwikkelde beweeginterventie voor mensen met reumatoïde artritis op grotere schaal is meer nodig dan het wetenschappelijke bewijs dat deze interventie effectief is. *(dit proefschrift)*
5. De mate van effectiviteit van een via internet aangeboden beweeginterventie hangt samen met de mate waarin de componenten van deze interventie gepersonaliseerd zijn naar de situatie en kenmerken van de gebruiker. *(dit proefschrift)*
6. De verstreckende maatschappelijke consequenties van inactiviteit maakt dat de bewering, dat ieder burger geheel zelf verantwoordelijk is voor het verkrijgen van voldoende lichamelijke activiteit, niet op gaat.
7. *Voldoen* aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen is niet *voldoende*.
8. Door het groeiende aantal patiënten met chronische artritis neemt de druk op de gezondheidszorg toe. Deze druk kan worden verminderd door het verbeteren van de scholing van zorgverleners en het vergroten van de toegang tot en beschikbaarheid van interventies voor mensen met artritis gericht op het verbeteren van de kwaliteit van leven middels leefstijlveranderingen en zelfmanagement strategieën. *(Arthritis & Rheumatism, 2006;54(1): 226-229)*
9. Het voordeel dat een linkshandige tennisser heeft ten opzicht van een rechtshandige tennisser ligt niet in het feit dat linkshandigheid zeldzamer is, maar in het feit dat op beslissende punten vaak vanaf de linkerkant geserveerd wordt.
10. Door veel vragen te stellen initieer je het vinden van oplossingen.
11. "Niet alles wat gemeten wordt is waardevol en niet alles wat waardevol is, kan gemeten worden." (A. Einstein, 1879-1955)