

Fysiotherapeut en handbiketruiner Dimitri Jongeneel:

‘Een bijna-doodervaring toont wat belangrijk is’



Dimitri Jongeneel kwam acht jaar geleden onder een vrachtwagen. Hij overleefde het zware ongeluk en na een lang revalidatietraject besloot hij zich te laten omscholen tot fysiotherapeut. ‘Mijn idee was om de gezondheidszorg te verbeteren met mijn kennis als patiënt.’

Tekst: Arwen Kleyngeld. Foto's: Christiaan Krouwels

Nadat hij was aangereden door een vrachtwagen, moest Dimitri Jongeneel lang revalideren. Zijn benen en rechterarm waren verbrijzeld. Hij lag dertien weken in het ziekenhuis en werd daarna ruim drie maanden opgenomen bij De Hoogstraat Revalidatie. Daarna moest hij nog anderhalf jaar thuis revalideren met vijf keer per week fysiotherapie. ‘Voor het ongeluk was ik een fanatieke amateurwielrenner. Ik hield van sport. Tijdens mijn revalidatie thuis ben ik ook weer gaan fietsen. Dat heeft me enorm geholpen om spieren terug te krijgen en weer fit te worden.’

Maatschappelijk relevant

Het ongeluk motiveerde Jongeneel om zich te laten omscholen tot fysiotherapeut. ‘Na een

bijna-doodervaring kijk je anders aan tegen wat écht belangrijk is in het leven. Ik wilde graag iets doen met maatschappelijke relevantie en met revalidatie, omdat ik zelf heb ervaren hoe belangrijk dat is.’

Jongeneel wilde de gezondheidszorg verbeteren met zijn kennis als patiënt, aangevuld met ervaring aan de andere kant. ‘Fysiotherapeuten ben ik overal tegengekomen tijdens mijn revalidatie, daarom was dat een logische keuze. Ik heb net mijn opleiding afgerond. Het heeft iets langer geduurd dan bij anderen. De stages waren qua fysieke belasting echt op het randje.’

Mixed Reality

Door de restschade na het ongeluk kan Jongeneel maar halve weken werken. Daarom is het moeilijker om echt in de revalidatiezorg te werken.

‘Patiënten verdienen meer betrokkenheid. Daarom werk ik bij zorginnovator HoloMoves. We ontwikkelen Mixed Reality toepassingen voor de gezondheidszorg. Met een Mixed Reality-Bril kun je hologrammen rondom iemand projecteren waar die interactie mee kan hebben, terwijl de echte wereld zichtbaar blijft. Zo kan je activeren en informeren terwijl je de connectie met de patiënt behoudt. Het is een leuke en veilige manier van revalideren, met oefeningen op maat. We willen de begeleider meer mogelijkheden geven en mensen sneller vanuit een ziekenhuisbed in beweging brengen.’

‘Ik heb zelf veel gehad aan fietsen tijdens mijn revalidatie’

Jongeneel is naast fysiotherapeut ook handbike-trainer en aanjager van virtuele trainingen op de game-app Zwift voor handbikers. ‘Ik heb zelf zoveel gehad aan fietsen tijdens mijn revalidatie. Mijn rechterarm is verbrijzeld geweest, dus ik kan zelf niet echt goed handbiken, maar veel mensen die revalideren wel. Die mensen probeer ik te begeleiden met trainingen in groepsverband, waarbij ik zelf op een gewone fiets zit. Ik geef twee keer in de week een training. Van maart tot oktober fietsen we buiten. Daarna wordt het al snel te koud, maar het is wel belangrijk om de groep bij elkaar te houden. Dat doen we via de trainingen op Zwift.’

Speelse manier

Jongeneel testte vele mogelijkheden op Zwift en koos uiteindelijk voor een meetup. ‘Daarmee blijft de groep bij elkaar en zien we geen andere renners. Ik heb vooraf een route gekozen die aansluit bij de deelnemers. Het maakt niet uit of je hard of langzaam fietst. Het is lastig om de snelle bikers uit te dagen, zonder de minder snelle in het rood te jagen. Dat doe ik daarom op een speelse manier, bijvoorbeeld met een estafette of door de één wat eerder te laten beginnen dan de ander.’

Doel bereikt

Jongeneel heeft acht jaar na het ongeluk zijn doel om andere revalidanten te helpen bereikt. ‘Als je een ongeluk krijgt kan je bij de pakken neerzitten, of je kan er het beste van maken met de mogelijkheden die je hebt. Ik heb voor het laatste gekozen.’

