

○ Absolute contra-indicaties (NO GO):

- Actieve of voorgeschiedenis van veneuze tromboembolie**
- Actieve of voorgeschiedenis van longembolie**
- Antifosfolipidensyndroom
- Actieve of voorgeschiedenis van kanker, hersenbloeding, herseninfarct of TIA.**
- Bloedstollingsziekten (SLE, hemofilie, trombocytose, factor V mutatie)
- Sikkelcelanemie
- Verminderde/verstoorde bloedsomloop of perifere vasculaire aandoening of endotheeldysfunctie
- Eerdere revascularisatie van de extremiteit
- Vasculaire transplantatie/ operatie
- Arterioveneuze fistel
- Huidtransplantatie
- Verhoogde intracraniale druk

- Infectie in de aangedane extremiteit**
- Excessieve zwelling post-op (vaak na elleboogoperatie)
- Lymfoedeem/ inadequaate lymfestelsel/ lymflectomie
- Zwangerschap
- Acidose
- Extremiteiten met dialyse-toegang
- Ernstige of onstabiele hypertensie (SBP >160mmHg)**
- Ongecontroleerde diabetes mellitus
- Ernstig beknellingsletsel
- Secundaire of vertraagde procedures na immobilisatie
- Open fractuur/wekedelenletsel op applicatieplaats**
- Medicatie en supplementen waarvan bekend is dat ze het stollingsrisico verhogen (bv Hemofilie patiënt)

○ Relatieve contra-indicaties:

- Slecht circulatiesysteem
 - Inspecteer: huid (glanzend of schilferig), nagels (broos of droog), haarverlies op extremiteiten
 - Slechte "capillary refill time"
- Spataderen (gecompromiteerd veneus stelsel)**
- Cardiopulmonaire ziekten
- Abnormale stollingstijden
- Atherosclerose
- Arteriële calcificatie
- Diabetes (familie?)**
- Perifere neuropathie**
- Obesitas**
- Hypertensie (SBP 120-140 mmHg)**
- Medicaties/ Bloeddrukverlagers/ Bloedverdunders**
- Gecompromiteerde nierfunctie
- Klinisch significant zuur-base imbalans
- Infectie (algemeen)**
- Sickle Cell Trait
- Familiegeschiedenis met bloedstollingsziekten (SLE, hemofilie, trombocytose, factor V mutatie)**

- Voorgeschiedenis van letsel aan aders of slagaders
- Voorgeschiedenis van letsel aan zenuwstelsel (perifeer, rug, nekletsel)
- Voorgeschiedenis van synovitis
- Roken
- Anticonceptiepil (laat pat. met arts overleggen)**
- Osteosynthetisch materiaal in lichaam
- Niet gediagnosticeerde pijn in lies of kuiten
- Actieve of voorgeschiedenis van compartimentsyndroom
- Operatie in de afgelopen 4-6 weken**
- Verlengde/ Langdurige immobilisatie**
- Reis van meer dan 4u of vlucht in afgelopen 7 dagen
- Immobilisatie extremiteit in afgelopen 4 weken (gips, 'moon boot', bed rust)
- Leeftijd < 16 jaar
- Geen ervaring met krachttraining**
- Verleden van rhabdomyolyse**
- In verleden complicatie van BFRT gehad**
-

Resultaat bloeddrukmeting: _____

Conclusie medische screening: _____

Samengesteld op basis van:

Owens Recovery[18] Science 2018 Personal Blood Flow Restriction manual; Kacin et al. (2015); DePhilipo et al. (2018); Bond et al. (2019); Patterson et al. (2019) en Rolnick, Kimbrell, Cerqueira, Weatherford en Bradner (2021).