

'Een betere bescherming tegen smog'



Topschaatser Bart Veldkamp deed in februari 2006 voor de vijfde keer in zijn loopbaan mee aan de Olympische Winterspelen. Die vonden plaats in Turijn. Om zich te wapenen tegen de smog die rond deze Noord-Italiaanse stad hangt, maakte hij gebruik van de geactiveerde zuurstoftherapie. 'Ik heb last van astmatische klachten en ben extra gevoelig voor luchtvervuiling. Die hebben al snel invloed op je prestaties. Met geactiveerde zuurstoftherapie heb ik die invloed tot een minimum weten te beperken.'

Tijdens de Olympische spelen worden doorlopend topprestaties geleverd. De minste of geringste tegenslag kan het verschil betekenen tussen winnen en verliezen. De sporters nemen zo min mogelijk risico's en zorgen voor de meest optimale condities om hun prestatie neer te zetten. Schaatser Bart Veldkamp deed dat met behulp van geactiveerde zuurstoftherapie. 'Als sporter werk je voortdurend aan je gezondheid. Je weet wat je gevoelige punten zijn. Bij mij zijn dat mijn longen, ik heb last van astmatische klachten. Minder lucht betekent simpelweg minder power om een goede tijd neer te zetten. Omdat er in Turijn zoveel smog hangt, heb ik mijn longen zoveel mogelijk beschermd door geactiveerde zuurstoftherapie te gebruiken.'

Betere prestaties

Tijdens de winterspelen gebruikte Bart de geactiveerde zuurstoftherapie dagelijks zo'n 30 tot 45 minuten. 'Het is moeilijk om aan te geven wat het je het precies oplevert. Ik kan niet zeggen dat ik tweetiende seconde per ronde sneller was door Geactiveerde zuurstoftherapie te gebruiken. Maar wel dat ik tijdens de spelen weinig last heb gehad van mijn longen. Geactiveerde zuurstoftherapie heeft zeker bijgedragen aan een betere conditie van mijn longen. En dat is één van de voorwaarden om een betere prestatie neer te kunnen zetten.'

Gezonde leefstijl

'Ik leef gezond en sport veel, ook nu ik gestopt ben met topsport. Geactiveerde zuurstoftherapie levert zeker een bijdrage aan de bestrijding van astmatische klachten. Maar het moet wel onderdeel uitmaken van een gezonde leefstijl. Je kunt niet roken als een schoorsteen en verwachten dat je geen last hebt omdat je geactiveerde zuurstoftherapie gebruikt. Ik zie het als een deel van een groter geheel.'

TV-carrière

Nu hij topsporter-af is, is Bart Veldkamp druk met verschillende televisie-activiteiten. Hij nam deel aan Peking express en presenteerde een reisprogramma. Binnenkort start hij met een nieuw programma waarin hij tien Kenianen de beginselen van het schaatsen gaat bij brengen. Als coach begeleidt hij de tien Kenianen, die voor het programma speciaal naar Nederland komen. 'Leuk om nu in deze wereld actief zijn', vindt Bart. 'Het is heel anders dan hardrijden op de schaats. Maar op een andere manier is televisie maken ook topsport.'

