



Algemene fysiotherapie

Uw fysiotherapeut adviseert, behandelt en begeleidt.

Fysiotherapie is een geneeskundige discipline die zich bezighoudt met het bewegingsapparaat van de mens. Patiënten met klachten met betrekking tot spieren en gewrichten worden met fysiotherapie geholpen om de beweeglijkheid te verbeteren en pijn te verminderen.

Er zijn drie vormen van fysiotherapie waarmee klachten worden behandeld:

- oefentherapie
- massagetherapie
- fysische therapie

Daarnaast zet de fysiotherapeut zijn deskundigheid ook preventief in, bijvoorbeeld bij het adviseren en begeleiden van patiënten.

Voor welke klachten is fysiotherapie geschikt?

Veel klachten in het houdings- en bewegingsapparaat kunnen door de fysiotherapeut positief worden beïnvloed. Daarbij kunt u denken aan:

- pijn aan spieren, pezen, banden en gewrichten
- zwelling van gewrichten
- krachtsvermindering
- bewegingsbeperking
- stijfheid
- problemen met bewegen
- evenwichtsstoornissen
- ademhalingsproblemen
- vermoeidheidsverschijnselen of conditievermindering als gevolg van een andere onderliggende aandoening

Specialist in beweging

De fysiotherapeut is de deskundige als het gaat over het menselijke bewegingsapparaat. Hij behandelt patiënten ter verbetering van het bewegend functioneren, het in stand houden ervan en het voorkomen van nieuwe klachten.

Bij de eerste afspraak vormt de fysiotherapeut d.m.v. een onderzoek, stellen van vragen en het invullen van vragenlijsten een zo volledig mogelijk beeld van uw klachtenpatroon. Op basis daarvan wordt er een behandelplan opgesteld. Dit is maatwerk.



Algemene fysiotherapie

Uw fysiotherapeut adviseert, behandelt en begeleidt.

Ik werk met vaste richtlijnen als basis, maar uiteindelijk is elk mens weer anders wat kan leiden tot het afwijken van de basis richtlijnen. Elke klacht is anders en elk lichaam reageert anders. Een belangrijk onderdeel van de behandeling bestaat uit oefentherapie en massage. Deze zijn bedoeld om de bewegingsmogelijkheden van gewrichten te beïnvloeden, spanning in de spieren te verminderen, spierkracht te vergroten en coördinatie en houding te verbeteren. Als onderdeel van de behandeling doet u oefeningen thuis. Deze oefeningen worden toegespitst op uw situatie en mogelijkheden. Ter ondersteuning van de oefentherapie en massage kan ik ook gebruik maken van manuele therapie, podologie en kinesiotaping. Hiernaast geef ik ook preventief advies en voorlichting. Door gerichte begeleiding leert u voldoende en verantwoord te bewegen en bewust te worden van de oorzaak van uw klachten. Op deze manier worden recidieven van uw klachten beperkt en bent u in staat om zelfstandig en verantwoord om te gaan met uw klachten. Een behandeling duurt ongeveer 20 tot 30 minuten.

Hoe komt u bij een fysiotherapeut terecht?

Dit kan zijn op verwijzing van uw huisarts/specialist of gebruik te maken van de DTF (Directe Toegankelijkheid Fysiotherapie). U heeft dus geen verwijzing nodig in geval van een niet-chronische aandoening. Indien u zonder verwijzing bij mij komt zal ik bij twijfel over uw klachtenpatroon u het advies geven contact op te nemen met uw huisarts. Ook informeer ik uw huisarts over het onderzoek, het eventuele verloop van de behandeling en het eindresultaat. De huisarts blijft de centrale rol spelen in de coördinatie van uw zorg.