



Sport- fysiotherapie

Sportfysiotherapie is bedoeld voor mensen die een blessure hebben opgelopen tijdens sporten en zo snel mogelijk hun sportbeoefening weer willen hervatten. Of voor mensen die op een andere manier een blessure hebben opgelopen waardoor ze op dit moment niet in staat zijn hun sportbeoefening te hervatten. Tevens voor mensen die bijvoorbeeld de marathon willen lopen en niet goed weten hoe ze zich zonder blessures kunnen voorbereiden. Ook voor mensen die op dit moment niet sporten maar dit wel willen, hoe pakt u dit aan? Welke bewegingsprogramma's zijn voor u geschikt? Ook als u een chronische ziekte of handicap heeft?

De sportfysiotherapeut helpt u als u een blessure hebt of overtrained bent. U wilt zo snel mogelijk weer aan de slag. Een sportfysiotherapeut begrijpt wat er tijdens sporten gebeurt en snapt daarom hoe u geblesseerd bent geraakt. Als sporter weet hij ook hoe belangrijk de sport voor u en uw vereniging is. Dat ziet u terug in het behandelplan en revalidatieschema dat hij met u maakt. Enerzijds afgestemd op uw mogelijkheden en anderzijds op de sport die u beoefent.

Er wordt zeer goed gekeken naar uw motoriek, en de blessure die is opgelopen wordt vakkundig geanalyseerd. Aspecten als coördinatie, snelheid, lenigheid, kracht en uithoudingsvermogen worden in de behandeling betrokken. Uw sportfysiotherapeut kan kiezen uit verschillende behandelmogelijkheden zoals oefenprogramma's met of zonder gebruik van trainingsapparatuur, Braces of taping, mobiliserende technieken en gebruik maken van ondersteunende behandelapparatuur kan ook deel van de behandeling uitmaken.

De meeste klachten waarmee men naar de sportfysiotherapeut gaat, zijn blessures aan de knie, enkel en schouder. De therapie richt zich niet alleen op het herstel van de getroffen gewrichten, maar kan ook bedoeld zijn om juist die lichaamsdelen te trainen die nog wel belastbaar zijn.

De sportfysiotherapeut speelt een belangrijke rol op het gebied van preventie, voorlichting en advies voor iedereen die sport als hobby of beroep heeft.

