

Wat is Fysiotherapie?

Fysiotherapie houdt zich bezig met de behandeling van klachten aan het bewegingsapparaat. Het woord 'fysiotherapie' kan worden gescheiden in 'fysios' (het bewegend lichaam betreffend) en 'therapie'. Onder het bewegingsapparaat wordt verstaan: alle botten, gewrichten, banden en spieren van het lichaam die er tesamen voor zorgen dat u zich kunt voortbewegen. Hierbij mogen uw de hersenen, die dit geheel aansturen, natuurlijk niet vergeten worden.

Met welke klachten kunt u bij ons voor Fysiotherapie terecht?

U kunt bij ons in principe voor alle klachten van het bewegingsapparaat terecht. Dit kunnen acute klachten zijn, klachten die al langer bestaan, en zogenaamde chronische klachten. Deze laatste behoeft enige toelichting; Chronische klachten worden vaak verward met langdurige klachten, maar met de term chronisch wordt eigenlijk bedoeld dat de klachten min of meer permanent zijn en dus niet overgaan. Een voorbeeld van een chronische ziekte is een gewrichtsziekte als reumatoïde arthritis, of een longziekte als COPD. Vaak is er ondanks de chroniciteit toch nog verlichting mogelijk, of kunt u met begeleiding ondanks uw pijn toch beter gaan functioneren. De fysiotherapeut is als specialist in bewegen bij uitstek geschikt u hiermee te helpen.

U kunt onder andere met de volgende klachten bij de Fysiotherapeut terecht:

- Pijn of spanning in spieren, pezen banden
- Sportblessures
- Klachten na een trauma, bijvoorbeeld een knieverdraaiing of een enkelverstuiking
- Postoperatieve zorg: bijvoorbeeld na een herniaoperatie of een (kijk)operatie van de knie
- Beperkingen in bepaalde gewrichten: u kunt bijvoorbeeld uw arm niet goed boven u uitstrekken, of uw knie schiet 'op slot'.
- Minder kracht in uw ledematen ervaren
- Problemen met de ademhaling: astma en COPD
- Stijfheid in gewrichten, zoals bij arthrose en reuma
- Problemen met uw balans, waardoor u een groter valrisico heeft.
- Problemen met uw bloedvaten, die zorgen dat u zich minder goed kunt voortbewegen, zoals claudicatio intermittens (spataderen), maar ook na hartfalen of een beroerte (CVA)

Een bezoek aan de Fysiotherapeut; hoe gaat het bij ons in zijn werk?

Sinds 1 januari 2006 heeft u geen verwijzing meer nodig om een afspraak te maken. Indien u geen verwijzing heeft, vind er een screening door de fysiotherapeut plaats. Deze is bedoeld om te zien of er wel of geen indicatie voor fysiotherapie is en of er reden is overleg te plegen met

uw huisarts. Bij JoinTogether vindt deze screening plaats tijdens het inloopspreekuur of de eerste afspraak. Er is bij de eerste afspraak nog genoeg tijd ingepland om verder te gaan met het onderzoek. Indien u wel een verwijzing heeft zal middels intake en onderzoek uw klachten worden geïnventariseerd. Aan het einde van deze sessie zult u worden geïnformeerd over de diagnose, de prognose en wordt een behandelvoorstel gedaan. Hierin wordt altijd rekening gehouden met uw wensen en is er uiteraard ruimte voor overleg. Vervolgens gaat de behandeling in de tweede sessie van start. Er vindt in de meeste gevallen een tussenevaluatie en een eindevaluatie plaats. Tussentijds kunnen wederom in samenspraak doelstellingen worden aangepast.

Wat doet een fysiotherapeut tijdens een behandeling?

Een fysiotherapeut beschikt over verschillende vaardigheden, waaronder:

- Mobilisaties: het bewegen van een gewricht waarbij veelal de intentie is de bewegingsuitslag te verbeteren.
- Massage: spieren worden beter doorbloed, kunnen beter ontspannen om zodoende voorwaarde te scheppen voor herstel
- Oefentherapie: instructies en begeleiding van specifieke oefeningen voor het verbeteren van: mobiliteit, coordinatie en stabiliteit, kracht en conditie.

Bij JoinTogether kunnen wij op verscheidene manieren werken aan het herstel danwel de verlichting van uw klacht. Om u zo volledig mogelijk van informatie te voorzien adviseren wij u tevens de onderwerpen ' [Orthopedisch Manuele Therapie](#) ' en ' [Dry Needling](#) ' te lezen. Uiteraard wordt altijd met u besproken welke behandelvorm(en) er gebruikt worden.

Opleiding

De Fysiotherapeut heeft een 4-jarige intensieve HBO-opleiding achter de rug. Fysiotherapie is een beschermd beroep, wat inhoudt dat een fysiotherapeut pas werkzaamheden mag verrichten als deze naast zijn diploma een BIG-registratie heeft. Tevens is er een kwaliteitsregister, waarmee wordt gewaarborgd dat de fysiotherapeut zijn kennis 'up to date'

houdt.