

## Hoe werkt de fysiotherapeut?

De fysiotherapeut weet alles van ‘de mens in beweging’. Bij hem of haar kunt u terecht voor de behandeling van stoornissen of beperkingen aan het bewegingsapparaat.

Bijvoorbeeld:

- bij problemen met lichaamshouding;
- bij verminderde spierkracht en/of mobiliteit;
- bij pijnklachten;
- bij moeilijk kunnen ontspannen;
- bij verminderde conditie.

## Zonder verwijfsbrief naar de Fysiotherapeut

Sinds 2006 kunt u ook rechtstreeks naar de fysiotherapeut, zonder verwijzing van huisarts, medisch specialist of bedrijfsarts. Dit hoeft overigens niet: u mag ook eerst een afspraak met uw huisarts maken.

## Onderzoek

Als u besluit rechtstreeks naar de fysiotherapeut te gaan, dan voert deze eerst een zogenaamde screening uit. Dit betekent dat hij eerst vaststelt of u bij de fysiotherapeut aan het juiste adres bent.

Zo ja, dan start het gangbare traject bij de fysiotherapeut, waarbij hij een zo volledig mogelijk beeld van uw gezondheidsprobleem, uw hulpvraag en verwachtingen vormt, door u vragen te stellen en u te onderzoeken. Op basis daarvan kan de fysiotherapeut samen met u een behandelplan opstellen. Dit is maatwerk. Wel werken veel fysiotherapeuten met richtlijnen als basis, maar uiteindelijk is elk mens uniek. Elke klacht is anders en elk mens reageert anders.

## Behandeling

Een belangrijk onderdeel van de behandeling is oefentherapie. Oefentherapie is bedoeld om u oefenstof aan te bieden van waaruit u leert om op een gezonde wijze met uw lichaam en/of bewegingsapparaat om te gaan. Oefentherapie wordt bij verschillende indicaties gebruikt b.v. verminderd spierversmogen, verminderde beweeglijkheid van de gewrichten, houdingsinsufficiëntie, spanningsklachten, ademhalingsinsufficiëntie enz. Om het resultaat te behouden en/of te bevorderen zal de fysiotherapeut voorlichting en adviezen meegeven ( b.v. werkgerelateerde voorlichting, oefeningen en voorlichting voor in de thuissituatie, sportadvies enz.). Ter ondersteuning van de oefentherapie kan de fysiotherapeut gebruik maken van massage en fysio-technische applicaties.