

Doel

- Preventief onderzoek om te voorkomen dat er klachten of blessures bij sporten ontstaan of oude blessures terugkomen;
- Bij blessures, deze verhelpen om het sporten zo snel mogelijk te kunnen hervatten;
- Prestatieverbetering.

Mogelijke indicaties

- Peesklachten, zoals de achillespees, acuut of chronisch;
- Pijn in de hiel;
- Vermoeidheidsklachten anders dan gebruikelijk na sporten;
- Knie-, heup- en rugklachten;
- Drukklachten onder de voet door bijvoorbeeld schoenen;
- Eelt- en blaarvorming;
- Voorvoetklachten;
- Enkelklachten als gevolg van regelmatig omzwikken of na acuut letsel;
- Pijnlijke tenen en/of nagels.

Verwijzing en vergoeding

Met ingang van 1 augustus 2011 heeft u geen verwijsbrief meer nodig van de huisarts of specialist om een afspraak te maken bij een podotherapeut. Nu de verwijzing via huisarts of specialist niet meer noodzakelijk is, worden er bij de patiënten die rechtstreeks in de praktijk komen, een screening

uitgevoerd om vast te stellen of het klachtenpatroon wel of niet onder de behandelbevoegdheid van de podotherapeut valt. Als dit wel zo is, dan kan de podotherapeut starten met het podotherapeutisch onderzoek. Zo niet, dan moet de podotherapeut de patiënt naar de huisarts verwijzen voor verder onderzoek. De podotherapeut zal de huisarts blijven informeren en eventuele andere behandelaars of andere disciplines.

De hoogte van de vergoeding is verschillend per verzekeringsmaatschappij en per polis.

Informeer vooraf naar de voorwaarden bij uw zorgverzekeraar.

Voor meer informatie:

www.sportpodotherapie.nl

Lid van/aangesloten bij:



Kwaliteitsregister Paramedici

Podomedics Samenwerkende Podotherapeuten

Stichting Certificering Actoren in de Sportgezondheidszorg

Uitgave: januari 2013

SPORT podotherapie



www.sportpodotherapie.nl

Gezondheidscentrum  Nieuw Rijswijk

Schaapweg 10^c, 2285 SP Rijswijk
Telefoon: 070 394 58 84
www.sportpodotherapie.nl
info@sportpodotherapie.nl

VOET- EN BEWEGINGSSPECIALISTEN BIJ UITSTEK

Wat doet een sportpodotherapeut?

Een sportpodotherapeut behandelt klachten van de voeten, benen en/of rug die voortvloeien uit het niet adequaat functioneren van het bewegingsapparaat (dit zijn spieren, botten en banden van het lichaam). Een sportpodotherapeut houdt zich voornamelijk bezig met therapieën die invloed uitoefenen op het functioneren van het bewegingsapparaat en besteedt veel aandacht aan de oorzaak van het gezondheidsprobleem.

Waarom deze brochure?

Zo'n 5 miljoen mensen in Nederland nemen deel aan actieve sportbeoefening. Helaas raken veel mensen tijdens het sporten geblesseerd. Per jaar worden gemiddeld 1,7 miljoen mensen medisch behandeld voor een sportblessure. Wanneer een sporter geblesseerd raakt, wil deze spoedig genezen en weer deelnemen aan sport en het dagelijks leven. In deze brochure vindt u een overzicht wanneer podotherapie de juiste therapie kan zijn voor een goed en verantwoord herstel en voorkomen van recidief.



Sportblessures

Tijdens het sporten wordt veel verlangd van het lichaam. Dit komt door de snelheid, kracht, herhalende en/of ruimere bewegingen die gemaakt worden. Contactsport maakt de kans op blessures vele malen groter. Hieronder volgt een opsomming van mogelijke oorzaken van sportblessures:

- Te snelle opbouw trainingsduur en intensiteit;
- Ongeschikt schoeisel;
- Een verkeerde voetstand en/of verkeerd looppatroon;
- Letsel door trauma: bijvoorbeeld een mistap of door toedoen van andere sporters;
- Gewrichten waarin te veel of juist te weinig beweging plaatsvindt;
- Een combinatie van bovengenoemde.

Al deze aspecten krijgen veel aandacht tijdens een sportpodotherapeutisch onderzoek.

Werkwijze

De sportpodotherapeut onderzoekt de sportbeoefenaar naar aanleiding van zijn of haar klachten. Het contact met de sportpodotherapeut kan ook een preventieve reden hebben of prestatie verhogend. Het onderzoek begint met een vraaggesprek aangaande de reden van het bezoek. Vervolgens beoordeelt de sportpodotherapeut de bewegingsmogelijkheden van de voeten en benen. Zowel in zithouding als tijdens het staan en lopen worden specifieke

bewegingen van voeten en benen getest. De bevindingen, dynamische analyse van het lopen m.b.v. computers, videoanalyse, conclusies en het behandelplan van de sportpodotherapeut worden besproken met de patiënt en gerapporteerd aan de huisarts en eventuele verwijzer(s). Indien nodig worden andere disciplines ingeschakeld en/of behandelingen op elkaar afgestemd.

Therapiemogelijkheden

- Sportzolen, eventueel zolen voor het dagelijks leven;
- Taping bij acuut letsel om aangedane structuren direct te ontlasten;
- Siliconenorthese, een hulpmiddel om teenstandsafwijkingen te corrigeren of ter preventie van drukplekken;
- Adviezen m.b.t. rustperiode, opbouwfase en alternatieve trainingsmogelijkheden;
- Schoenadviezen die een zeer belangrijke rol kunnen spelen bij het oplossen van voet gerelateerde sportblessures;
- Aanpassingen in schaatsen, skischoenen, ballet-/turnschoenen, dansschoenen etcetera.

