



Met de fysiotherapeut bent u snel weer in beweging





Met de fysiotherapeut bent u snel weer in beweging

Snel op de fiets een boodschap halen. Soepel door het verkeer manoeuvreren. In huis even een plintje schilderen. Fietsen, lopen, bukken, daar denkt u eigenlijk niet bij na. Tot het moment dat u last krijgt van een zeurende knie, pijn in uw rug of andere lichamelijke klachten... herkenbaar? Dan pas vraagt u zich af hoe u er zo snel mogelijk weer van afkomt. De fysiotherapeut helpt u er weer bovenop. In deze brochure leest u wat deze specialist voor u kan betekenen.

De specialist in beweging

Bijna drie miljoen mensen vinden jaarlijks hun weg naar de fysiotherapeut. Deze specialist zorgt dat u weer zo optimaal mogelijk kunt bewegen. Of het nu gaat om klachten opgedaan tijdens het werk, de fysieke gevolgen van een ongeluk of ziekte, een sportblessure, een verkeerde beweging of gewoon, omdat het lichaam ouder wordt. De fysiotherapeut gaat resultaatgericht aan het werk, met de bedoeling om u zo snel en zo goed mogelijk weer op de been te helpen. Bij het opstellen van een behandelplan kijkt hij samen met u naar uw wensen en lichamelijke situatie en mogelijkheden. Met zijn adviezen en oefeningen zorgt hij ervoor dat u weer beter kunt bewegen. Zodanig dat u er weer plezier in krijgt om op de fiets te springen of een mooie wandeling te maken.



Zonder verwijfsbriefje naar de fysiotherapeut

U kunt rechtstreeks naar de fysiotherapeut. U hoeft dus niet langs de huisarts om een verwijfsbriefje te vragen. De voordelen: u komt direct bij de specialist terecht en kunt dus meteen aan uw herstel gaan werken. De fysiotherapie kent verschillende specialisaties. Voor iedereen is er dus wel een specialist, of u jong bent of oud, last hebt van klachten opgedaan tijdens het sporten of het werk of specifieke fysieke klachten hebt aan bijvoorbeeld het bekken, uw kaakgewricht, uw wervelkolom of een opgezette arm na een borstoperatie. Op de website www.defysiotherapeut.com van het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie vindt u 20.000 geregistreerde fysiotherapeuten met hun specialisme. Via een zoekfunctie komt u terecht bij een geschikte specialist bij u in de buurt.

In goede handen

Afhankelijk van hoe mobiel u bent, komt de fysiotherapeut aan huis, naar de zorginstelling (ziekenhuis, revalidatiecentrum, bejaardentehuis of verpleeghuis) of gaat u naar de praktijk voor fysiotherapie. De eerste afspraak bestaat uit een uitgebreid vraaggesprek waarin vastgesteld wordt of u bij deze fysiotherapeut aan het juiste adres bent. Als dat het geval is, stelt hij vervolgens in overleg met u een behandelplan op. Maatwerk, helemaal toegesneden op uw klachten en uw lichaam.





Een behandeling op uw lijf geschreven

De fysiotherapeut spoort de oorzaak en de daarmee samenhangende problemen van de klacht op en tracht deze, door middel van onder andere oefentherapie, weg te nemen. Als de oorzaak van een klacht eenmaal is verdwenen, zullen de symptomen zich ook niet meer voordoen en kan uw lichaam op een natuurlijke manier herstellen. Meestal maakt de fysiotherapeut daarbij gebruik van oefentherapie: op die manier verbetert hij samen met u de bewegingsmogelijkheden van gewrichten en vergroot hij de spierkracht.

Het doel van fysiotherapie kan ook een andere houding zijn of een beter evenwicht. Bij hyperventilatie-klachten leert de fysiotherapeut u een andere ademhalingstechniek aan zodat u goed kunt ontspannen.

U kunt ook voor preventief advies en voorlichting bij de fysiotherapeut terecht. Als u bijvoorbeeld weer op een verantwoorde manier wilt beginnen met sporten, stelt de fysiotherapeut een beweegplan voor u op. Altijd afgestemd op uw fysieke mogelijkheden en rekening houdend met uw wensen.

Bent u goed verzekerd?

Fysiotherapeuten mogen zelf hun tarieven bepalen. De hoogte hangt samen met zaken als service of vermelding in het kwaliteitsregister (zie volgende pagina 'Zekerheid over kwaliteit'). De tarievenlijsten vindt u in elke fysiotherapiepraktijk. De basisverzekering vergoedt fysiotherapie alleen voor chronische patiënten vanaf de tiende behandeling (overleg met uw fysiotherapeut of u in deze categorie valt) of voor jongeren tot 18 jaar (de eerste 9 behandelingen). Het is dus aan te raden een goede aanvullende verzekering af te sluiten. Uw zorgverzekeraar kan u exact vertellen wat de vergoeding bedraagt.

Zekerheid over kwaliteit

De titel fysiotherapeut is wettelijk beschermd. Wie de officiële studie heeft afgerond, aan alle basiseisen voldoet en staat ingeschreven bij de overheid, mag zelfstandig patiënten behandelen als fysiotherapeut. Om de kwaliteit van fysiotherapie nog verder te stimuleren is het Kwaliteitsregister Fysiotherapie in het leven geroepen door de beroepsorganisatie het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF). Wie aan alle kwaliteitseisen voor behandeling, praktijkervaring, (bij)scholing en vakoverleg voldoet en werkt volgens de KNGF-richtlijnen, mag zich in het Kwaliteitsregister Fysiotherapie inschrijven. Kijk op www.defysiotherapeut.com voor alle fysiotherapeuten in het register.