

SPECIALE PRAKTIJKUITGAVE



In dit nummer o.a.:

Gespecialiseerde zorg voor orthopedie
Zorg voor chronische klachten
MyCareplan doelgroepcurssussen
Kinderfysiotherapie en kinderoefentherapie
Bekkenfysiotherapie en zwangerschapsbegeleiding
Optimale Zorg De Baarsjes
Ergotherapie
Vestigingen, routekaart en contactgegevens

pagina 3
pagina 5
pagina 6
pagina 7
pagina 9
pagina 10
pagina 11
pagina 12



BEWAAREXEMPLAAR

Voorwoord



Voor u ligt het magazine van Fysiotherapie De Baarsjes. Fysiotherapie De Baarsjes is al 40 jaar actief in Amsterdam West. Aanvankelijk onder een andere naam op het Surinameplein en nu op drie top uitgeruste locaties verspreid in ons verzorgingsgebied. Wij behandelen zo'n 4000 patiënten per jaar en zijn daarmee de grootste praktijk in Amsterdam West. Een team van 20 fysiotherapeuten staat 6 dagen per week klaar om u van uw klacht af te helpen. (Para-medische) Zorg in de wijk en dichtbij organiseren wij samen met ons multidisciplinaire team van ergotherapeut en diëtisten, oefentherapeuten en podotherapeuten op alle praktijklocaties.

Onze vestigingen aan het Surinameplein, Mercatorplein en Willem de Zwijgerlaan zijn allemaal uitgerust met uitgebreide trainingsfaciliteiten en werken onderling nauw met elkaar samen. Door de geringe afstand tussen de verschillende locaties kunt u gemakkelijk uw behandelingen combineren.

Behandelteams

Onze praktijk beschikt over de belangrijkste fysiotherapeutische specialisaties. Om u de best mogelijke zorg te kunnen bieden hebben wij onze fysiotherapeuten en specialisaties onderverdeeld in vier behandelgebieden: Orthopedie, Kinderen en jeugd, Chronische zorg en Bekkenfysiotherapie. Binnen deze behandelteams wordt gewerkt volgens de meest recente wetenschappelijke inzichten. U leest er meer over in dit magazine.

Fysiozorg: flexibel behandeltijd inkopen

Speciaal voor patiënten zonder (aanvullen-

de) verzekering voor Fysiotherapie bieden wij FysioZorg: flexibel behandeltijd inkopen voor de zorg die u écht nodig heeft. Vraag ernaar bij onze fysiotherapeuten of bel ons voor meer informatie.

Nieuw: Optimale zorg

Voor een integrale aanpak van de zorgvraag hebben wij Optimale Zorg De Baarsjes opgericht. Een multidisciplinair onderdeel van ons behandelcentrum waarbij uw klacht centraal staat. In dit centrum werken gespecialiseerde fysiotherapeuten, oefentherapeuten, ergotherapeuten, diëtisten en andere relevante (para)medische disciplines. Onze therapeuten binnen de Optimale Zorg De Baarsjes kunnen de zorgvraag goed af te stemmen en samen te werken zodat het zorgaanbod optimaal aansluit bij de wensen en eisen van onze klanten. Uw hoofdbehandelaar betreft, afhankelijk van de aard van uw klacht, de juiste therapeuten bij uw behandeling. Zo krijgt u de optimale zorg die u verdient! In dit magazine leest u wat onze praktijk voor u kan betekenen.

Wilt u meer weten?

U bent van harte welkom om eens een kijkje te komen nemen in onze vestigingen.

Tot ziens!

Abdi Salehi

Directeur Fysiotherapie De Baarsjes



Colofon

Dit magazine wordt u aangeboden door:
Fysiotherapie de Baarsjes
www.fysiodebaarsjes.nl



Ontwerp druk en realisatie:



Geestbrugkade 35, 2281 CX Rijswijk
www.phytalis.nl

Gespecialiseerde zorg voor orthopedie

Wat kunt u verwachten van onze gespecialiseerde zorg voor orthopedie?
De optimale zorg voor onze cliënten leveren wij met een team van ruim 20 therapeuten. De gespecialiseerde zorg voor orthopedie wordt bij ons aangeboden door een team van manueel therapeuten en (sport)fysiotherapeuten op alle drie de praktijklocaties.

Ons Knie revalidatie programma

Het kniegewricht is één van de meest complexe gewrichten van het menselijk lichaam waarin specifieke klachten en letsels kunnen ontstaan. Door een goede samenwerking en overleg met de huisartsen, orthopeden en chirurgen in de regio zijn de lijnen kort en garanderen wij optimale zorg.

Revalidatie van knie gerelateerde aandoeningen zoals voorste kruisbandletsel, een kijkoperatie in de knie, meniscus- of kraakbeenletsel of een totale knieprothese is vooral gericht op actieve revalidatie. Het herwinnen van spierkracht, gewrichtsmobiliteit, coördinatie en gewrichtsstabilisatie vormen de belangrijkste doelstellingen. Aanvullende functionele training bevordert de transfer naar dagelijkse activiteiten en eventueel sporthervatting. Wij maken gebruik van meerdere behandel protocollen, meetmomenten en intensieve begeleiding. Wij beschikken als één van de weinige praktijken in Nederland over KneeLax 3 apparatuur.

De KneeLax is als enige apparaat ter wereld

in staat om op een snelle en betrouwbare manier de laxiteit van de knie te bepalen.

Meer informatie nodig?

Kashif Minhas (manueel therapeut) en Abdi Salehi zijn binnen de praktijk verantwoordelijk voor knie revalidatie trajecten.

Ons Schouder revalidatie programma

Klachten die in het schoudergebied voorkomen zijn bewegingsbeperkingen, pijn, krachtsverlies en uitstralende pijn in arm en hand. De oorzaak van de pijn is veelal pees- en slijmbeurs ontsteking, verharde spieren (trigger points) in nek en schouder of na een operatie aan schouder.

Ons revalidatie programma bestaat primair uit een gedegen onderzoek en behandelplan door een team van

gespecialiseerde (manueel) therapeuten. Therapie wordt veelal aangevuld met functionele training of persoonlijke begeleiding/coaching om met de rest (pijn)klachten te kunnen omgaan bij dagelijkse activiteiten. Post operatieve behandeling van de schouder is gericht op actieve revalidatie.



6 Gespecialiseerde manueel therapeuten voor uw lage rug en nek klachten

Gespecialiseerd team voor uw schouder klachten

Gespecialiseerd team voor uw knie klachten

Top medische training faciliteiten op drie locaties in de Baarsjes!

Postoperatieve revalidatie voor knie, schouder en heup

Shockwave therapie, Medical taping, Dry Needling

Meer informatie nodig?

Femke van Dijk (manueel therapeut) en Abdi Salehi zijn binnen de praktijk verantwoordelijk voor knie revalidatie trajecten.

Shockwave therapie

Shockwave therapie (ESWT) wordt beschouwd als één van de meest innoverende ontwikkelingen in de recente pijnbehandeling. Succesvolle resultaten worden reeds bereikt na enkele behandel-sessies.

Welke klachten komen in aanmerking voor shockwave behandeling?

- Chronische schouderklachten, met of zonder kalkafzetting op de pezen
- Chronische elleboogpijn (tennis- of golferselleboog)
- Pijn net onder de knieschijf
- Chronische pijn aan de achillespees (achillodynie)
- Hielpijn (hielspoor)
- Chronische nek-, schouder- of rugpijn en spanning (trigger points) of andere vormen van tendinitis in de spieren

Meer informatie nodig?

Onze collega's Annet Drost, Peggy van Dorsten en Anita de Roode kunnen u verder helpen.

Kosten: Wij brengen € 15,- per sessie in rekening voor shockwave behandeling.

Dry needling

Dry needling is een efficiënte behandel-methode van **myofasciale problematiek**: pijn en stijfheid als gevolg van trigger-points in spieren.

Door middel van een speciale techniek worden spieren aangeprikt en raken op



die manier snel en langdurig ontspannen. Dry needling gebruikt een acupunctuur-naald. Er worden specifieke pijnpunten, de zogenaamde 'triggerpoints' in de spier aangeprikt.

Meer informatie nodig?

Onze collega Nikos Papadopoulos, Kashif Minhas en Femke van Dijk kunnen u verder helpen.

Kosten: Er zijn geen kosten verbonden aan Dry Needling behandeling.



Medical Taping

Het Medical Taping Concept is een revolutionaire nieuwe behandelmethode met speciaal tape materiaal. Medical Taping Concept wordt bij ons toegepast bij: nabehandeling van blessures, reduceren van ontstekingen of vochtophopingen (oedeem, maar ook haematomen), houdingscorrecties, behandeling van klachten door overbelasting (zoals RSI, tennis- of golfelleboog).



Zorg voor chronische klachten

Steeds meer mensen in Nederland ontwikkelen een chronische aandoening. Een chronische aandoening is een aandoening met een lange duur van de ziekte (meer dan 3 maanden) en soms zonder uitzicht op (volledig) herstel. De fysiotherapeutische zorgverlening aan cliënten met chronische aandoeningen is één van onze kernactiviteiten.

Geriatricfysiotherapie

De geriatricfysiotherapeut heeft zich gespecialiseerd in de zorg voor kwetsbare ouderen en cliënten/patiënten met een hoge (biologische) leeftijd die te maken hebben met complexe gezondheidsproblematiek. Het gaat daarbij niet alleen om ouderen, maar ook om patiënten die bijvoorbeeld als gevolg van een beroerte, dementie, de ziekte van Parkinson, of een gebroken heup, verschijnselen vertonen van ouderdom. Deze fysiotherapeut werkt vanuit zijn specifieke kennis over de doelgroep en de daarbij voorkomende ziektebeelden.

De patiënten doen vooral oefentherapie, gericht op het herwinnen en omgaan met verlies van mobiliteit en zelfstandigheid.

Meer informatie nodig? Onze collega Dorota Snejder kan u verder informeren.

Hieronder informeren wij u over enkele specialistische diensten en zorgtrajecten binnen onze praktijk voor cliënten met een chronische aandoening:

Geriatricfysiotherapie Specialistische begeleiding en behandeling bij meervoudige chronische ziektes en ouderen	Beweegprogramma's Diabetes, Overgewicht, Cardiovasculaire klachten, COPD, rugklachten, oncologie
Oedeemtherapie Manuele lymfdrainage, oefentherapie, ademhalingsoefeningen, compressie-therapie	Zorgtraject voor COPD (LORNA/TOOLSS), Parkinson patiënten, Claudicatio klachten (etalagebenen)
Fysiotherapie bij oncologie Lymfoedeem, stijfheid van gewrichten en spieren of littekenweefsel, conditieverlies en vermoeidheid, spanningsklachten	De Optimale Zorg trajecten Begeleiding door psycholoog en fysiotherapeut (fysieke training) bij onbegrepen lichamelijke klachten

Oedeemtherapie en Fysiotherapie bij oncologie

Oedeemfysiotherapeuten maken gebruik van verschillende behandelvormen. Enkele voorbeelden: manuele lymfdrainage, oefentherapie, ademhalingsoefeningen, compressietherapie in de vorm van bandageren/zwachtelen en later een therapeutisch elastische kous, adviezen m.b.t. huidverzorging en leefregels. Oedeemtherapeuten begeleiden oncologiepatiënten samen met ander specialismen binnen ons team.

Voorbeelden van problemen die op kunnen treden bij de oncologische patiënt zijn: pijn, spanningsklachten, stug littekenweefsel, huidveranderingen, stijfheid van gewrichten en spieren, lymfoedeem (vochtophoping), spierzwakte, conditieverlies en vermoeidheid.



Meer informatie nodig? Onze collega's Eva Groen en Annet Drost kunnen u verder informeren.

Onze doelgroepcursussen

Diabetes

Bewegen voor meer balans

Met diabetes gaan een aantal beperkingen gepaard die voor iedereen anders zijn. Vaak is er angst voor verergering van de klachten. Deze angst en beperkingen leiden al gauw tot bewegingsgebrek. En dat is jammer, omdat bewegen juist voor mensen met diabetes een must is. Het heeft immers een positief effect op de bloed glucosespiegel en vermindert al op korte termijn de ervaren beperkingen. Door integratie van bewegen in het dagelijks leven zal de levenskwaliteit al snel verbeteren.

Overgewicht

Bewegen voor een gezond gewicht

Overgewicht is een gevolg van een disbalans tussen de inname van voedsel en het verbruik van de energie die hieruit komt. Het overschot aan energie wordt als vet opgeslagen in het lichaam. Hieruit blijkt dat niet alleen een juiste hoeveelheid gezonde voeding belangrijk is, maar ook voldoende verbruik (in de vorm van beweging). In de doelgroepcursus 'Bewegen voor een gezond gewicht' start iedere deelnemer een beweegprogramma dat volledig is afgestemd op overgewicht. Want juist voor mensen met overgewicht is bewegen een must. Met de inzet van de deelnemer en de begeleiding door de therapeut wordt veilig en verantwoord bewegen geïntegreerd in het dagelijkse leven. De deelnemer gaat bewegen met een op maat gemaakt beweegprogramma dat rekening houdt met eventuele beperkingen. De deelnemer zal merken dat de levenskwaliteit er al snel sterk op vooruit gaat.



Inhoud cursus:

- Vragenlijsten / behandelovereenkomst
- Intake door fysiotherapeut
- Werkboek
- Informatieboekje
- Individuele introductiesessie
- Groepstrainingen op afspraak*
 - Voorlichting over overgewicht
 - Verschillende evaluatiemomenten*
 - Advisering over vervolgactiviteit

Andere doelgroepcursussen bij de Baarsjes:

- Astma en COPD
- Hart en Vaatziekten
- Reuma en Osteoporose
- Rugklachten

Vergoeding:

Vergoeding door uw verzekeraar is afhankelijk van uw aanvullende verzekering. Wij hebben afspraken met alle zorgverzekeringen.

Onze praktijk is aangesloten bij de volgende netwerken:



Kinderfysiotherapie en kinderoefentherapie

De gespecialiseerde zorg voor kinderen en jeugd wordt bij ons aangeboden door een team van 2 kinderfysiotherapeuten en een kinderoefentherapeut op alle drie de praktijklocaties. Het team bestaat uit: Ida Nagel (geregistreerd kinderfysiotherapeut), Dagmar van Motman (geregistreerd Kinderoefentherapeut) en Julia Gubba (kinderfysiotherapeut). Naast individuele behandelingen voor baby's, peuters en jeugd biedt ons team beweegprogramma's voor kinderen met chronische ziektes (Kidsactief) en kinderen met overgewicht (VettePret).



Wanneer komt u bij de Kinderfysiotherapeut of kinderoefentherapeut?

- **Zuigelingen:** Bij zuigelingen zijn er signalen die kunnen wijzen op motorische problemen. Bijvoorbeeld passiviteit, lage spierspanning en weinig kracht, overstrekken, onrust, asymmetrie moeite met houdingsveranderingen, eenzijdig bewegen of veel huilen.
- **Jonge kinderen:** Jonge kinderen die een verkeerde houding of motoriek

aanleren, kunnen daar veel last van hebben, lichamelijk, maar ook sociaal. Peuters kunnen, afgezien van ernstige aandoeningen, vaardigheden passend bij hun leeftijd niet of niet goed genoeg beheersen, of prikkels van buitenaf moeilijk verwerken. Dit kan hen beperken in spel en contact met leeftijdsgenootjes.

- **Jeugd:** Oudere kinderen kunnen motorisch onhandig zijn of slechte fijne motoriek ontwikkeling hebben. Ook kan een kind angstig zijn om te

bewegen, of een slechte of slappe lichaamshouding hebben. Een kind kan veel moeite hebben met stilzitten, met schrijven of het tempo van de klas bijbenen. Bewegingsproblemen kunnen veel invloed hebben op het welbevinden van een kind en het functioneren in een groep.

Signalen, indicaties en aandoeningen waarbij therapie zinvol kan zijn

Baby's

- Een lage spierspanning of juist overstrekken
- Voorkeurshouding van het lichaam naar 1 kant toe
- Afplatting van de schedel aan één zijde of plat achterhoofd
- Eenzijdig bewegen
- Vertraagde motorische ontwikkeling
- Huilbaby
- Billenschuiver
- Orthopedische klachten
- Neurologische aandoeningen en syndromen
- Te vroeg geboren kinderen (prematuur of dysmatuur kind)
- Erbse parese ten gevolge van de bevalling
- Chronische aandoeningen aan de luchtwegen (CF)

Jonge kinderen

- Uw kind moeite heeft met grof motorische vaardigheden
- Onhandigheid (dyspraxie), uw kind valt veel
- Voorzichtig en terughoudend is met bewegen en zich moeilijk laat uitlokken
- Trage motorische ontwikkeling
- Gespannen en/of te actieve peuter
- Slappe en/of te rustige peuter
- Drink- of eetproblemen
- Uw kind lijkt pijn bij bewegen te hebben
- Verschil in bewegen tussen bovenste



- en onderste lichaamshelft
- Opvallende motoriek: tenenloper, sterk naar binnen lopen met de voeten
- Ademhalingsproblemen, astma, bronchitis
- Orthopedische problemen
- Mentale retardatie (achterstand in de verstandelijke ontwikkeling) o.a. Syndroom van Down
- Sensorische verwerkingsproblemen
- Contact met leeftijdsgenoten verloopt moeizaam

Jeugd

- Motorische ontwikkelingsachterstand in fijne of grove motoriek
- Ruimtelijke oriëntatie problematiek
- Problemen met het lichaamsschema/lichaamsbesef
- Sensorische integratieproblemen
- ADD, ADHD en NLD
- Pervasieve ontwikkelingsstoornissen zoals PDD-NOS, ASS
- Jeugdreuma, Pijnklachten in spieren en/of gewrichten
- Mentale retardatie (achterstand in de verstandelijke ontwikkeling), Cerebrale parese
- Ademhalingsproblemen, astma, bronchitis, CARA
- Lichamelijke spanningsklachten als hoofdpijn, buikpijn, vermoeidheid zonder medische oorzaak

Vaak geldt: hoe eerder het kind behan-

deld wordt door een kinderfysiotherapeut, hoe geringer de verstoring van de ontwikkeling van het kind is.

Meer informatie nodig?

Therapeuten Ida Nagel, Dagmar van Motman en Julia Gubba kunnen u verder informeren over de mogelijkheden.

VettePret:

Beweegprogramma voor kinderen met overgewicht

Dit is een educatief trainingsprogramma voor kinderen en jeugd met obesitas. Een groot deel van de kinderen met overgewicht hoeft niet zo zeer af te vallen. Belangrijker is dat hun gewicht stabiliseert. Door de groei van het kind zal het gewicht dan meer in overeenstemming komen met de lengte. Hier gaat het om een programma volgens een vast protocol waarbij naast trainingen veel aandacht aan voeding, gedragsverandering en sportactiviteiten wordt besteed.

Naast trainingen worden informatiebijeenkomsten met diëtiste en sportbuurtwerk georganiseerd. Een trainingstraject duurt gemiddeld 6 maanden.

Meer informatie nodig?

Therapeuten Dagmar van Motman en Julia Gubba kunnen u verder informeren over de mogelijkheden.

KidsActief:

Beweegprogramma voor kinderen met slechte motoriek of chronische ziektes

Bewegingsproblemen kunnen veel invloed hebben op het welbevinden van een kind en het functioneren in een groep. Bij chronische klachten door langdurige ziektebeelden of als gevolg van te weinig bewegen treden ook problemen die een gerichte therapie noodzakelijk maken. De therapie bestaat uit individuele behandelingen aangevuld door gerichte trainingen. Onze ingreep is gericht op een actieve benadering waarbij de activiteiten en mogelijkheden van de kinderen en jeugdigen centraal staat

Voorbeelden van indicaties voor trainen:

- Afwijkend looppatroon
- Motorische ontwikkelingsachterstand
- Bewegingsangst
- Lage of hoge spierspanning
- Orthopedische afwijkingen
- Aangeboren afwijkingen die de motoriek beïnvloeden
- Ademhalingsproblematiek
- Astma of jeugdreuma

Een trainingstraject duurt vaak enkele maanden afhankelijk van de wensen en verwachtingen van de deelnemers.

Meer informatie nodig?

Therapeuten Dagmar van Motman en Julia Gubba kunnen u verder informeren over de mogelijkheden.



Bekkenfysiotherapie en zwangerschapsbegeleiding



(zwangerschapsbegeleiding, bekken en incontinentie behandeling) en Annet Dros (bekken en incontinentie behandeling).

Hoe komt u bij een geregistreerde bekkenfysiotherapeut?

U kunt naar een bekkenfysiotherapeut verwezen worden door onder andere de huisarts, uroloog, gynaecoloog, proctoloog, chirurg, seksuoloog, of de internist. Daarnaast werken wij ook samen met psychologen, verloskundigen, diëtisten, fysiotherapeuten en manueel therapeuten.

Ook zonder verwijzing van een arts kunt u bij de bekkenfysiotherapeut terecht. Wij beoordelen dan voor start van de behandeling of u met uw klachten bij ons op de juiste plek bent.

Bekkenfysiotherapie is fysiotherapie bij bekkenklachten zoals:

Ongewild verlies van urine en/of ontlasting	Pijn bij seks/gemeenschap, als de klachten samenhangen met de bekkenbodem
Verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen	Pijn in de onderbuik, rond de anus of de geslachtsdelen
Bekkenpijn in de periode rond en na de zwangerschap en bevalling	Fysiotherapeutische begeleiding tijdens zwangerschap en bevalling

Meer informatie nodig?

Joan Smith geregistreerde bekkenfysiotherapeut kan u verder informeren.

Wat is bekkenfysiotherapie?

Bekkenfysiotherapie gaat om diverse problemen rondom het bekken. In de praktijk worden niet alleen vrouwen, maar ook mannen en kinderen behandeld.

De behandeling richt zich niet alleen op urineverlies, ook op problemen met het ophouden van de ontlasting en pijn bij gemeenschap. De behandeling van bekkenpijn, al dan niet samenhangend met zwangerschap vormt een onderdeel van bekkenfysiotherapie.

Het **therapeuten team** bestaat uit: Joan Smith (geregistreerd bekkenfysiotherapeut), Anita de Roode



Optimale Zorg De Baarsjes

Optimale Zorg De Baarsjes is een initiatief van Instituut Fysiotherapie de Baarsjes en houdt zich bezig met mono- en multidisciplinaire zorg gericht op:

- Volwassenen met complexe fysieke en/of psychische klachten, chronische pijn en vermoeidheidsklachten.
- Kinderen en jeugd met fysieke klachten of ontwikkelingsstoornissen.

Onze zorgtrajecten worden verzorgd door een team bestaande uit (GZ/klinisch) psychologen, gespecialiseerde fysiotherapeuten, oefentherapeuten, ergotherapeuten, diëtisten en andere relevante (para) medische disciplines.

Wij helpen volwassenen, kinderen en jeugd met chronische en complexe klachten om weer optimaal te kunnen functioneren. De optimale zorg organiseren wij in een multidisciplinaire team van (medisch) specialisten zoals psychiaters en paramedici zoals fysiotherapeuten, psychologen, oefentherapeuten etc. De Optimale Zorg De Baarsjes BV maakt faciliterend gebruik van diensten van Instituut Fysiotherapie De Baarsjes in Amsterdam.

Voor wie?

Heeft u chronische pijnklachten of bent u vaak moe of lusteloos? Loopt het al enige tijd op uw werk of privé niet lekker met uw gezondheid? Heeft u al enige tijd last van één van de volgende klachten en hebben reguliere behandelingen niet geleid tot voldoende verbetering van uw situatie?

- (chronische) Vermoeidheid
- Fibromyalgie
- Moeheid na behandeling voor kanker, suikerziekte e.d.
- Psychische klachten en inactiviteit
- Burn-out
- RSI klachten
- Nekklachten
- Rugklachten
- Bekkenklachten

- Chronische en complexe klachten waarbij interculturele aspecten een bepalende rol spelen

Hoe we dat doen?

Door een intensief traject begeleiden wij onze cliënten naar gezamenlijk opgestelde doelen. Goed samenwerkende, multidisciplinaire teams bestaande uit fysiotherapeuten, ergotherapeuten, en psychologen staan daarvoor garant.

Werkwijze

Binnen ons centrum kunt u een beroep doen op een breed scala aan therapeutische disciplines. Naast monodisciplinaire behandelingen bieden wij multidisciplinaire zorgtrajecten.

Monodisciplinaire zorg

U kunt altijd een beroep doen op één van onze therapeuten. Voor de volgende monodisciplinaire behandelingen kunt u momenteel een beroep op ons doen: (GZ/Klinisch) psycholoog, ergotherapeut, dieetadviseur /diëtiste, podotherapeut, haptotherapeut, oefentherapeut en fysiotherapeut.

Multidisciplinaire zorgtrajecten

Centraal staat in onze multidisciplinaire benadering: coaching, trainingen en psy-

chische begeleiding naar een vastgesteld doel binnen een termijn van enkele maanden.

Wij werken met een hoge frequentie en intensiteit aan het (functie)herstel van de cliënt thuis, op het werk/school en sociale omgeving. Deze wordt hiervoor omringd door een team van professionals die nauw met elkaar samenwerken. Het traject wordt gemonitord door een case manager.

Overzichtdisciplines:

- Manuele therapie
- GGZ / Psychologie
- Fysiotherapie
- Ergotherapie
- Diëtik
- Oefen therapie
- Podotherapie
- Haptotherapie
- Kinderen en jeugd
- Gedrag interventies



Ergotherapie

Wanneer u problemen ervaart bij het uitvoeren van uw dagelijkse activiteiten kan de ergotherapeut u helpen. De ergotherapeut gaat samen met u of met uw kind op zoek naar een praktische oplossing.



De ergotherapeut behandelt:

- Volwassenen met pijn of beperkingen als gevolg van chronische klachten en – aandoeningen op school, werk, huishouden en bij hobby's.
- Kinderen die moeite hebben met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten bijvoorbeeld als gevolg van een vertraagde ontwikkeling.

Ergotherapie bij volwassenen

Heeft u als gevolg van een chronische aandoening zoals fibromyalgie, chronische pijn, ME/CVS, Reumatoïde Artritis, CVA (beroerte), MS, dwarslaesie, niet aangeboren hersenletsel, RSI/CANS klachten of COPD moeite met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten? Staan vermoeidheid, pijn, lusteloosheid of slaapproblemen u in de weg? Dan bent u wellicht gebaat bij ergotherapie.

Balans vinden

Ergotherapie richt zich niet op de oorzaak van uw klachten, maar op 'Hoe kan ik met mijn klachten omgaan?'. De ergotherapeut kijkt samen met u naar belasting

en belastbaarheid. Chronische klachten kunnen u uit balans brengen. Het is de taak van de ergotherapeut om samen met u de balans terug te vinden.

Passende oplossing

Met de ergotherapeut zoekt u op een praktische en doelgerichte manier naar een passende oplossing. Dit kan een andere manier van werken of leven zijn. Zonodig kunnen hierbij hulpmiddelen worden ingezet.

Ergotherapie bij kinderen

Ergotherapie bij kinderen richt zich op het zo normaal mogelijk ontwikkelen en uitvoeren van alle dagelijkse activiteiten, schoolse vaardigheden en persoonlijke verzorging. Dit doet de ergotherapeut door middel van spelenderwijs trainen, behandelen, begeleiden en stimuleren. De ergotherapeut adviseert u bovendien over aanpassingen, de inzet van hulpmiddelen of voorzieningen die uw kind kunnen helpen. Ook leerkrachten en andere belanghebbenden kunnen hierbij worden betrokken.

Wanneer ergotherapie

Wanneer u vermoedt dat uw kind moeilijk meekomt met leeftijdsgenoten kan ergotherapie oplossingen bieden. Denk bijvoorbeeld aan:

- Moeite met aan- en uitkleden, veters strikken, eten en drinken;
- Moeite met spelen met twee handen, tekenen, schrijven, knippen, knutselen, verven, plannen;
- Problemen bij het uitvoeren van hobby's of sport.

De ergotherapeut behandelt onder andere kinderen met de volgende aandoeningen/ziekten:

- DCD
- Cerebrale Parese
- Spasmen
- Verlamming
- Spina Bifida
- Ontwikkelingsstoornis
- ADHD
- Problemen met schrijven
- Problemen met plannen
- Overprikkeling of onderprikkeling.

Vergoeding

Ergotherapie is opgenomen in het basispakket van alle ziektekostenverzekeringen. Iedereen heeft recht op 10 uur ergotherapie per kalenderjaar. De kosten voor ergotherapie uit het basispakket worden verrekend met het (verplichte) eigen risico, als daar nog een bedrag van open staat. Voor kinderen tot 18 jaar geldt geen eigen risico (€360,- in 2014). Sommige verzekeraars vergoeden meer in de aanvullende verzekering.

Aanmelding

U kunt zich zowel met als zonder verwijfsbrief (Directe Toegankelijkheid Ergotherapie) bij ons aanmelden. Ergotherapie is direct toegankelijk. U kunt zonder verwijzing van uw huisarts of specialist bij de ergotherapeut terecht.



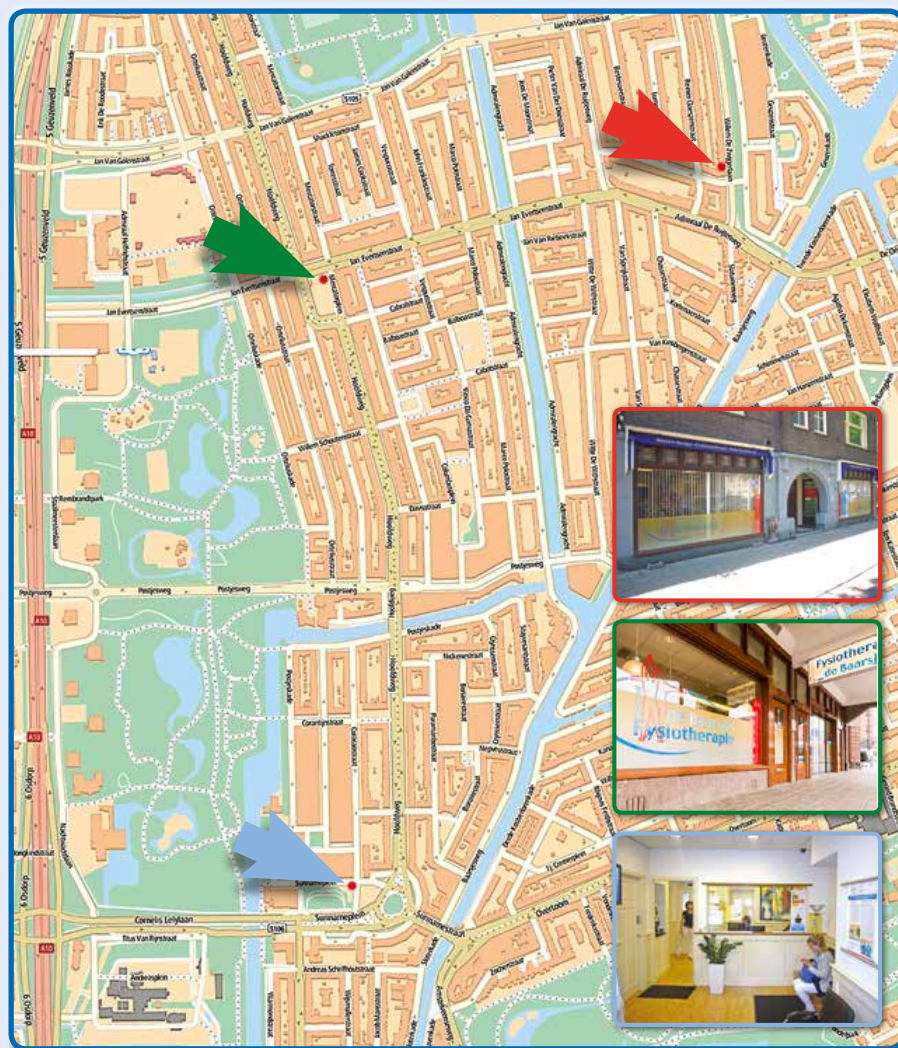
Willem de Zwijgerlaan 51-53
1056 JE Amsterdam
T 020 - 68 92 432



Mercatorplein 117-121
1057 CA Amsterdam
TT 020 - 61 23 394



Surinameplein 40 Hs
1058 GS Amsterdam
T 020 - 61 20 899



Overzicht specialisaties:

Therapieën

- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie
- Bekkenfysiotherapie
- Oedeemtherapie
- Geriatrische fysiotherapie
- Oefentherapie Mensendieck
- Kinderoefentherapie
- Psychologie

Extra's

- Shockwave therapie
- Dry Needling
- Medical taping

Trainingstrajecten

- Vettepret programma (voor kinderen met overgewicht)
- Bewegprogramma Diabetes
- Bewegprogramma Overgewicht
- Bewegprogramma COPD
- Bewegprogramma Cardiovasculair
- Postoperatieve revalidatie
- Oncologie fysiotherapie
- Multidisciplinaire gedragsinterventies

Inlichtingen en aanmelden:

U kunt zich melden voor inlichtingen, een consult of behandeling bij onze collegae. Onze therapeuten zullen na een intake en onderzoek de mogelijkheden samen met u bespreken. Wij overleggen met u behandelend arts over onze inzet na uw instemming.

www.fysiodebaarsjes.nl