



Fysiotherapie
De Koningin

Sport Fysiotherapie

Koninginneweg 31 (hoek Tempeliersstraat) • 2012 GJ Haarlem • Tel (023) 531 37 99
E-mail info@fysiotherapie-centrum.nl • www.fysiotherapie-centrum.nl

Sportfysiotherapie

Sportfysiotherapie is een specialisatie binnen de fysiotherapie en omvat een aanvullende Masterstudie die de fysiotherapeut opleidt tot Professioneel Master Sportfysiotherapie. Aansluitend volgt opname in het register van de NVFS. De sportfysiotherapeut heeft zich verder ontwikkeld, o.a. op het gebied van de trainingsleer, inspannings-fysiologie, sportpsychologie, uitgebreide state-of-the-art revalidatie-training, sportrecht en ethiek. Al deze aspecten spelen een belangrijke rol bij sport & bewegen en komen tot uiting in de volgende werkvelden:

- behandeling & begeleiding
- preventie & voorlichting
- screening & advisering

Grondmotorische basisvaardigheden

Ons lichaam is een verbazend knap en goed georganiseerd geheel van spieren, botten en gewrichten. Dagelijks kunnen we rekenen op een fijn samenspel van allerlei functies. Met name tijdens de sportbeoefening wordt het lichaam behoorlijk zwaar belast. Ook is specifieke coördinatie bij sport van groot belang: het komt vaak aan op precisie. Oftewel op zorgvuldig samenspel van allerlei spieren en gewrichten. Samengevat komen bij sport de volgende motorische vaardigheden aan bod:

- beweeglijkheid
- snelheid
- kracht
- uithoudingsvermogen
- coördinatie

Sportfysiotherapie, wanneer?

Vanzelfsprekend is de sportfysiotherapeut in te schakelen bij de behandeling van een acute blessure. Hij zal u bijstaan in een sneller herstel tot sporthervatting en desnoods extra tips geven om herhaling te voorkomen. De sportfysiotherapeut behandelt ook mensen die na een ziekte(periode), operatie of chronische blessure weer willen gaan sporten of, in het geval van ervaren sporters, hun sport naar een hoger niveau willen tillen. Bovendien zien wij in onze praktijk ook ouderen, kinderen, of chronisch zieken, bij wie sport wordt ingezet als onderdeel van de revalidatie.

Vaak voorkomende klachten

De meeste klachten waarmee mensen naar de sportfysiotherapeut gaan, zijn blessures aan de knie, enkel, schouder en rug. Een behandeling is vervolgens gericht op ofwel een specifieke (acute) klacht ofwel op een analyse en beoordeling van een terugkerend, chronisch klachtenbeeld. Soms is dit slechts een éénmalig consult, soms kan een periode van behandelingen noodzakelijk zijn.

Sportfysiotherapie richt zich niet alleen op het lokale herstel van de geblesseerde spier of getroffen gewricht(en), maar betreft vaak ook de algemene conditie, of specifieke onderdelen van de sportbeoefening die niet beperkt zijn, bij de behandeling..

Better-in, better-out

Sportfysiotherapie kan uiterst zinvol zijn als pre-operatieve behandelingsmethode. Het uitgangspunt 'better-in, better-out' is in dit geval zeker van toepassing. Denk hierbij aan het trainen van de bovenbeenspieren en gewrichtsfuncties in voorbereiding op een grote knie- of heupoperatie. Dit leidt veelal tot een sneller herstel tijdens het revalidatieproces, maar ook tot snellere hervatting van de sport.

De juiste diagnose

Om tot de juiste diagnose te komen, kan de sportfysiotherapeut bij een intake gebruikmaken van de volgende onderdelen:

- anamnese (intakegesprek);
- lichamelijk onderzoek;
- loopband analyse (eventueel met beeldopname);
- meten van kracht met een valide MicroFET Dynamometer;
- beoordelen van de sportschoenen;
- evalueren van onderdelen van het trainingsprogramma.

Samenwerking met verschillende specialisten

Onze praktijk werkt op dit gebied nauw samen met o.a. het RKZ (Beverwijk), het SMA (Haarlem) en de Sportpoli SG (Hoofddorp) en de daarbij aangesloten sportartsen en orthopeden. Als blijkt dat schoenadvies relevant is, kan nader advies worden ingewonnen bij specialisten op dat gebied. Voor beoordeling en eventuele aanpassingen bij Podotherapie Kennemerland (Inge Dijkstra) en voor schoenadvies bij Runners World of Run2Day, allen in Haarlem gevestigd.

Ervaring in de sport

Met de jarenlange ervaring bij het Sport Medisch Centrum van het Ministerie van Defensie én de jarenlange ervaring in de sportbegeleiding is de laatste decennia veel praktijkervaring opgedaan:

- Voetbal: fysiotherapeut Jong-Ajax;
- Atletiek: medisch begeleider en voormalig lid van de Medische Commissie KNAU;
- Schaatsen: medisch begeleider en lid van Medische Commissie KNSB;
- 3 x sportfysiotherapeut Olympische Winter- en Zomerspelen.

De specialisatie tot Master Sportfysiotherapeut, i.c.m. de osteopathie én de afronding van de studie tot Advanced Clinical Practitioner in 2015, dragen samen bij aan een optimale verdieping op het gebied van competenties en kennis. Kennis en ervaring die ik graag met u deel.

Arie de Jong,

Fysiotherapeut - Master Sportfysiotherapeut - Osteopaat - Advanced Clinical Practitioner

Méér informatie of een afspraak voor consult of behandeling?

Fysiotherapie De Koningin

gevestigd in Gezondheidscentrum 'De Koningin'

Koninginneweg 31 (hoek Tempeliersstraat)

2012 GJ Haarlem

T : 023 - 531 37 99

@: info@fysiotherapie-centrum.nl

W: www.fysiotherapie-centrum.nl