

## **Sportfysiotherapie**

Sportfysiotherapie is bedoeld voor mensen die een blessure hebben opgelopen tijdens sporten en zo snel mogelijk hun sportbeoefening weer willen hervatten. Of mensen die op een andere manier een blessure hebben opgelopen waardoor ze op dit moment niet in staat zijn om hun sport te beoefenen. Ook voor mensen die op dit moment niet sporten maar dit wel willen, hoe pakt u dit aan? Welke bewegingsprogramma's zijn voor u geschikt? Ook als u een chronische ziekte of handicap heeft?

### **Wat is sportfysiotherapie?**

De sportfysiotherapeut helpt u als u een blessure hebt of overtraind bent. U wil zo snel mogelijk weer aan de slag. Desnoods met een alternatief trainingsschema, om uw conditie te behouden en te kunnen blijven bewegen.

De sportfysiotherapeut maakt een behandelplan en een revalidatieschema. Enerzijds afgestemd op uw mogelijkheden en anderzijds op de sport die u beoefent. Aspecten als coördinatie, snelheid, lenigheid, kracht en uithoudingsvermogen worden in de behandeling betrokken.

Uw sportfysiotherapeut kan kiezen uit verschillende behandelmogelijkheden zoals oefenprogramma's met of zonder gebruik van trainingsapparatuur. Braces of taping, mobiliserende technieken en diverse ondersteunende behandelapparatuur kunnen ook deel van de behandeling uitmaken. Preventie is voor de sportfysiotherapeut nummer 1.

### **Voor welke klachten in sportfysiotherapie geschikt?**

- Sportblessures
- Andere klachten waardoor u niet meer kunt sporten
- Blessurepreventie advies
- Advies in uw keuze voor een bepaalde sport, beste aanpak, materiaal, kleding en schoeisel
- Sportmedische begeleiding van trainingsprogramma's en prestatieverbetering
- EHSBO: eerste hulp bij sportongevallen

Of fysiotherapie ook uw klacht kan verhelpen, moet blijken tijdens de screening en/of intake en onderzoek maar is tevens afhankelijk van uw eigen inzet.

### **Verwijzing en vergoeding.**

Sinds 1 januari 2006 kunt u zonder verwijzing naar de sportfysiotherapeut. Echter hebben een aantal verzekeraars in hun polisvoorwaarden opgenomen dat u wel een verwijzing nodig heeft om de intake, onderzoek en behandeling vergoed te krijgen. Voor aandoeningen die op de chronische lijst staan is altijd een verwijzing nodig. Het is raadzaam na te gaan hoe u (aanvullend) verzekerd bent en welke vergoeding voor fysiotherapie(en specialisaties) is opgenomen in uw polis.

*Bron: patiënten informatiefolder NVFS*