



Hydrotherapie

INFORMATIEFOLDER FYSIOFITS

» FysioFits

Praktijk voor Fysio en Manuele Therapie

» Hydrotherapie bij FysioFits!

Op onze FysioFits locatie in Raalte hebben wij de beschikking over een prachtig zwembad waarin wij onze cliënten vanaf september 2012 hydrotherapie aanbieden. In het water heeft het lichaam minder last van de zwaartekracht en kan het gebruik maken van de positieve effecten van het water. Een goede aanvulling dus op onze reguliere fysiotherapie.

» Wat is hydrotherapie?

Zoals genoemd heeft het bewegen in water een aantal positieve effecten op het lichaam. Zo heeft het lichaam minder last van de zwaartekracht, levert water een positief effect op de doorbloeding en zorgt de opwaartse druk van het water ervoor dat er efficiënter en gelijkmatiger geoefend kan worden. Door deze effecten komt er minder belasting op spieren, pezen en gewrichten en kan er specifiek en effectiever getraind worden.

Door in het water te oefenen kan er op een gecontroleerde manier gewerkt worden aan uw uithoudingsvermogen, stabiliteit, mobiliteit en kracht zonder dat het lichaam te zwaar belast wordt. Er kunnen oefeningen worden gedaan die op het droge niet mogelijk zijn waardoor u sneller revalideert!

» Hydrotherapie, iets voor u?

Heeft u last van:

- klachten van het lichaam die al voor een langere tijd aanwezig zijn en niet met reguliere behandelingen opgelost kunnen worden?
- slijtage in de heup, knie, schouder of lage rug waarbij pijn de opbouw van uw dagelijkse- en/of sportactiviteiten in de weg staat?

Hydrotherapie is er voor cliënten die:

- Een operatie hebben ondergaan zoals een nieuwe knie of heup of een voorste kruisband reconstructie
- Een zenuwaandoening hebben wat ze belemmert om normale dagelijkse activiteiten te doen en waarbij reguliere fysiotherapie en/of sporttraining niet voldoende helpt.
- Aandoeningen hebben aan de vaten waarbij de huidige training niet voldoende helpt
- Fibromyalgie hebben en het niet lukt om de conditie op te bouwen

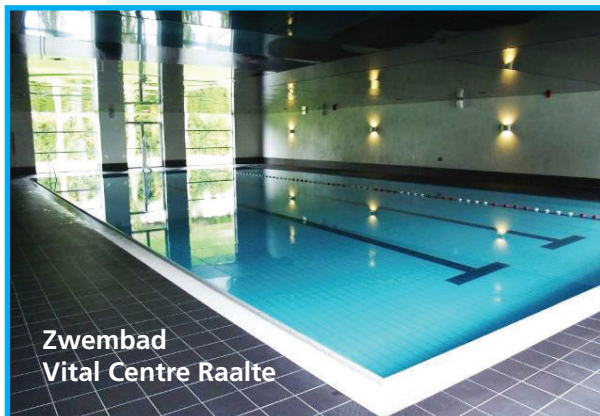
» Hoe gaat de fysiotherapeut te werk?

De fysiotherapeut gaat samen met u bekijken wat de beste oplossing is voor uw klacht en of hydrotherapie iets voor u is.

Dit verloopt in de meeste gevallen als volgt:

- Als eerste vindt er een intake plaats waarin de fysiotherapeut u een aantal zaken vraagt m.b.t. uw klachten, uw zwemvaardigheden en uw doel.
- Na de intake volgt er een lichamelijk onderzoek om uw mogelijkheden en huidige situatie in kaart te brengen. Afhankelijk van het klachtenbeeld worden er meer of minder testen gedaan.
- Tot slot volgt er een kort gesprek waarin de fysiotherapeut zijn/haar bevindingen met u deelt en wordt het behandelplan besproken zodat u weet waar u aan toe bent en wordt er bij wederzijdse goedkeuring een afspraak gemaakt voor de eerste therapie sessie hydrotherapie.

- Met uw toestemming wordt er een verslag geschreven voor de huisarts om deze op de hoogte te stellen van de behandeling die u gaat volgen. Mocht u hier bezwaar tegen hebben dan kunt u dit aangeven bij onze fysiotherapeut.



Zwembad
Vital Centre Raalte

» Goed om te weten!

Wij zijn de enige fysiotherapiepraktijk in een omtrek van 15 kilometer die individuele hydrotherapie aanbiedt. De behandeling wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering. U betaald geen eigen bijdrage en hoeft geen lid te worden van het Vital Centre. Het zwembad heeft een temperatuur van ongeveer 29 graden. De begeleiding is individueel en de fysiotherapeut is ook in het water om u te begeleiden.

» Afsluiting

Na afloop van de behandeling wordt er een kort eindverslag naar uw huisarts gestuurd om deze te informeren over de behandeling en het resultaat ervan.

» Team FysioFits

- Harmke Berenpas
Fysiotherapie en Sportfysiotherapie
- Casper Oude Lohuis
Fysiotherapie, Manuele therapie en Echografie
- Bregtje Kuppens
Fysiotherapie, Hydrotherapie en Geriatrie Fysiotherapie
- Guido Heerink
Fysiotherapie
- Jordi Koning
Fysiotherapie en Dry Needling
- Paul Nip
Fysiotherapie en Arbeidsfysiotherapie



» Meer informatie?

Heeft u een vervelende klacht en kunt u zich niet optimaal bewegen? U bent bij ons in goede handen. We zorgen ervoor dat u zich als vanouds kunt bewegen.

FysioFits Raalte

Hammerweg 8B
8101 NE Raalte
T: 0572 - 36 30 23

FysioFits Heino

L.J. Costerstraat 23
8141 GN Heino
T: 0572 - 39 58 27

FysioFits Hoonhorst

Kerkstraat 24
7722 LR Hoonhorst
T: 0572 - 39 58 27

FysioFits Heeten

Dorpsstraat 3
8111 AA Heeten
T: 0572 - 36 30 23

info@fysiofits.nl | www.fysiofits.nl

f [fysiofits](https://www.facebook.com/fysiofits)
@FysioFits

» FysioFits