



## Behandelen met tape

INFORMATIEFOLDER FYSIOFITS

**>> FysioFits**

Praktijk voor Fysio en Manuele Therapie

### >> Wat houdt het tappen in?

Tapen kan verschillende effecten tot doel hebben. Afhankelijk van de klachten kan er worden gekozen voor stabiliserende en/of ondersteunende tapevormen. Op deze manier worden pijnlijke spieren en gewrichten ontlast zodat er een snellere genezing kan plaatsvinden. Ook kan ervoor worden gekozen om tape aan te leggen om de doorbloeding te stimuleren of de lymfecirculatie te bevorderen. Het gevolg van een betere doorbloeding is dat de spier beter kan ontspannen en de afvalstoffen sneller afgevoerd worden. Hierdoor vermindert de spierpijn en kunt u de spier weer eerder belasten/trainen. Doordat de tape meerdere dagen kan blijven zitten heeft u langer profijt van de effecten van de tape en de behandeling die de fysiotherapeut u geeft.

### >> Verschillende tapevormen

FysioFits biedt een aantal verschillende tapevormen aan waarvan zij overtuigd is van de werking en het nut van de tape.

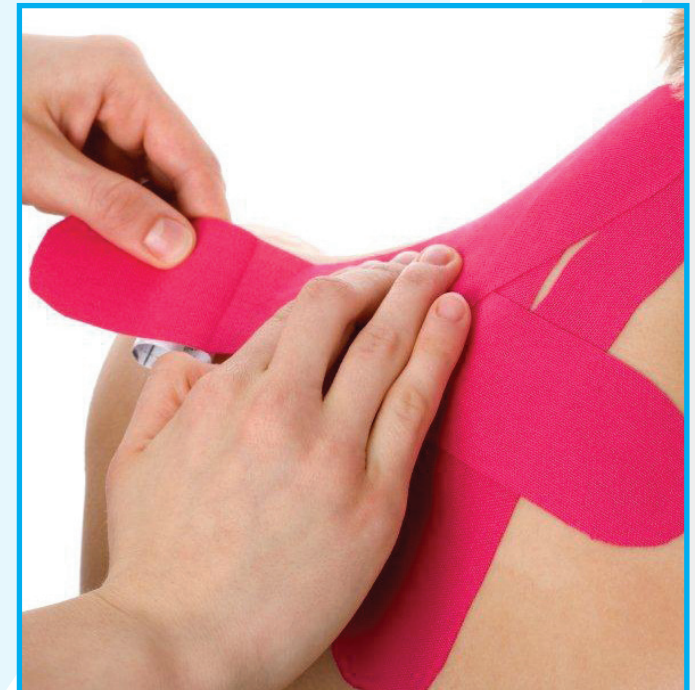
- Het medical tape concept; ondersteunende en circulatiebevorderend tape voor een verbeterde doorbloeding/ontspanning en/of ondersteuning van het bewegingsapparaat.
- McConnell tape; ondersteunende en corrigerende tape. Zeer geschikt voor bepaalde knieklachten.
- Leuketape concept; ondersteunende en/of corrigerende tapevormen ter ondersteuning van pijnlijke spieren of gewrichten.
- Houding corrigerende tape; corrigerende tape ter ondersteuning van het lichaam bij bijvoorbeeld een ingezakte houding, rug- of schouderklachten.

### >> Tape, iets voor u?

Doordat FysioFits verschillende tapevormen aanbiedt zijn er verschillende indicaties waarvoor tape een zeer goede oplossing of aanvulling kan zijn.

Heeft u last van:

- Blessures aan het bewegingsapparaat.
- Knieklachten.
- Spier- en of peesklachten aan bijvoorbeeld de elleboog of kuit(tennisarm/zweepslag).
- Hoge of juist lage spierspanning.
- Problemen door vochtophopingen in het lichaam (lymfe-oedeem).
- Een ingezakte houding.



## » Hoe gaat de fysiotherapeut te werk?

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

- Als eerste vindt er een kort gesprek plaats waarin de fysiotherapeut vraagt naar uw algemene gegevens, de klachten en uw huidige situatie. Hierdoor krijgt de fysiotherapeut een indruk van de klacht en kan hij/zij zich een beeld vormen over de mogelijke oorzaak. Ook kan de fysiotherapeut u vragen een vragenlijst in te vullen.
- Na het gesprek volgt er een lichamelijk onderzoek met een observatie, actief, passief en weerstand onderzoek om uw bewegingsmogelijkheden in kaart te brengen. Dit onderzoek wordt aangevuld met een aantal aanvullende tests om de aandoening te bevestigen dan wel te ontkrachten. Afhankelijk van het klachtenbeeld worden er meer of minder tests gedaan
- Tot slot volgt er een kort gesprek waarin de fysiotherapeut zijn/haar bevindingen met u deelt en worden het behandelplan en de tape mogelijkheden besproken zodat u weet waar u aan toe bent. Bij wederzijdse goedkeuring wordt gestart met de behandeling en een nieuwe afspraak ingepland.
- 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.

## » 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](mailto:info@fysiofits.nl) | [www.fysiofits.nl](http://www.fysiofits.nl)

f [fysiofits](#)  
t [@FysioFits](#)

# » FysioFits