



TRAIN JE FIT!

Oncologisch Bewegprogramma
bij Fysiotherapie van den Berg – Dirksland

Uit onderzoek is gebleken dat training van de lichamelijke conditie tijdens en na beëindiging van chemotherapie en/of bestralingstherapie meer voordelen oplevert dan alleen het weer fit worden. Het vermindert vervelende bijwerkingen van de behandeling zoals vermoeidheid, misselijkheid en pijn. Door deelname aan Train je Fit! kunt u zowel tijdens als na de behandeling werken aan opbouw van uw conditie.

Deelname aan het beweegprogramma voor kankerpatiënten gebeurt onder leiding van een gespecialiseerde fysiotherapeut gedurende een periode van 13 weken met een frequentie van 2 keer per week. Onze fysiotherapeuten nemen deel aan het Multidisciplinair Overleg (MDO) in het van Weel Bethesda Ziekenhuis (met de oncoloog, oncologieverpleegkundigen, psycholoog, logopedist en ergotherapeut). Goede samenwerking leidt tot een goede behandeling. Ook patiënten uit andere ziekenhuizen kunnen natuurlijk meedoen aan Train je Fit!

Doel en opbouw van de training

Het doel van de training is het opbouwen van de verloren gegane conditie tijdens of na de chemo- en/of bestralingstherapie of na een operatie vanwege kanker zonder nabehandeling. U krijgt weer voldoende vertrouwen om deel te nemen aan bewegingsactiviteiten in uw eigen omgeving. U start met een individuele intake. Een gesprek, vragenlijsten en een conditietest worden gebruikt om uw gezondheidstoestand en belastbaarheid te bepalen. Uw individuele trainingsprogramma (cardio en kracht) volgt u in de sportzaal tezamen met lotgenoten.





Vergoeding

Deelname aan Train je Fit! wordt in de meeste gevallen vergoed door uw zorgverzekeraar. Afhankelijk van uw verzekering en uw fysieke situatie is verlenging van vergoed trainen ook mogelijk. Pleeg hierover eerst overleg met de begeleidend fysiotherapeut.

Aanvullend aanbod

Naast Train je Fit! zijn er in de praktijk nog andere specialisaties aanwezig die hulp kunnen bieden bij klachten ten gevolge van kanker. Deze specialisaties zijn inzetbaar als dit gewenst is.

Specialisaties van Fysiotherapie van den Berg

• Oedeemfysiotherapie

Voor de behandeling van: lymfoedeem (zwaar, strak, pijnlijk gevoel in arm of romp), littekens en bewegingsbeperking in de schoudergordel ten gevolge van de oncologische behandeling.

• Bekkenfysiotherapie

Voor bekken(bodem)klachten zoals: pijn of problemen bij het plassen, ontlasten en/of vrijen (bij mannen en vrouwen).

• Adem-en ontspanningstherapie

Leren goed te ademen en te ontspannen.

• Medisch Fitness

Om opgebouwde conditie op peil te houden (op basis van abonnement)

Overige specialisaties

• Care for Women specialiste Jolijn Kamphuis

Voor hormonale klachten (bijvoorbeeld gewichtstoename of opvliegers) ten gevolge van de behandeling van kanker.

• Voetreflextherapeute Helena Rodenrijs

Voor gevoelsstoornissen in de voeten ten gevolge van de behandeling van kanker.

• Psycholoog en yogadocente Yvonne Groenendijk van Y-Challenge

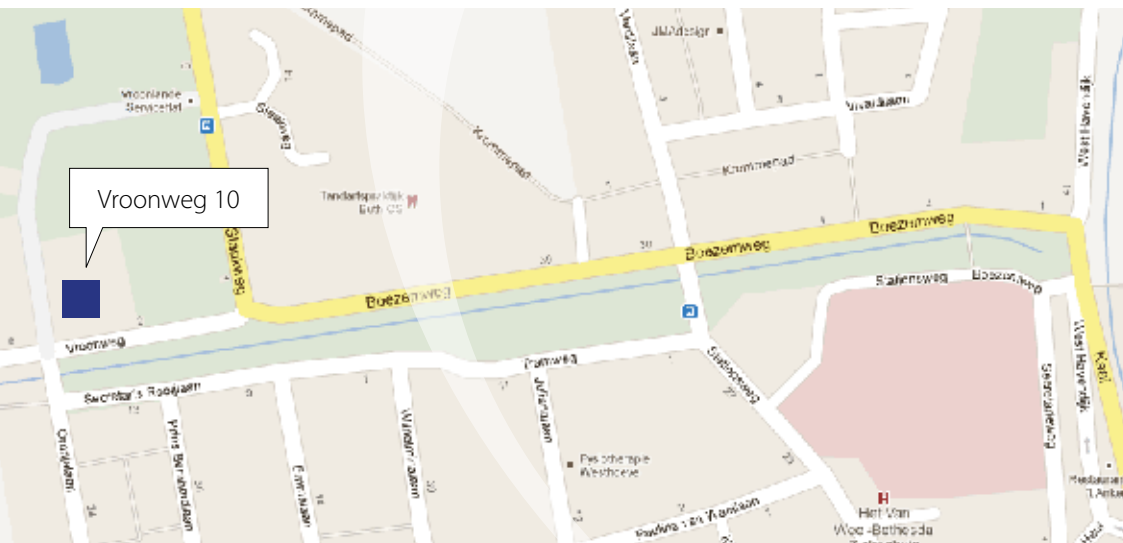
Voor psychosociale ondersteuning en coaching voor u en uw naasten.

• Sportfysiotherapie (Delta Sportfysiotherapie)

Bij sportblessures.

Faciliteiten

Kleed- en douchegelegenheid is aanwezig evenals een ruime parkeergelegenheid. Voor en na de training is er in het behandelcentrum gelegenheid om wat te drinken en ervaringen uit te wisselen. Wij raden u aan voorafgaand aan de training steeds een uurtje te rusten.



Praktijk Fysiotherapie van den Berg

Behandelcentrum: Vroonweg 10,

3247 CG Dirksland

Tel: 0187-203040

Website: www.fysiotherapievandenbergnl

E-mail: info@fysiotherapievandenbergnl