

Klachten

waarbij geriatriefysiotherapie zinvol kan zijn

REUMA / ARTROSE

Bij beweeg- of gewrichtsklachten als gevolg van reumatische aandoeningen of bij artrose

OSTEOPOROSE

Bij klachten van (of risico op) botontkalking.

COPD

Wanneer u longaandoeningen heeft.

HART- EN VAATAANDOENINGEN

Bij klachten als gevolg van vaatlijden.

NEUROLOGISCHE KLACHTEN

Zoals bij de ziekte van Parkinson en MS.

HERSENAFWIJKINGEN

Bij klachten na hersenbloeding (CVA), na een beroerte of bij klachten van dementie.

SUIKERZIEKTE

Voor verantwoord in beweging blijven bij diabetes mellitus of ouderdomssuiker.

REVALIDATIE

Bij herstel na een botbreuk, na een nieuwe heup of knie of na een (hart)operatie. Ook bij herstel na een (lange) ziekenhuisopname.

OUDERDOMSKLACHTEN

Wanneer u minder mobiel bent, bij angst voor een valpartij of bij bewegingsangst.

Wat is geriatriefysiotherapie

De geriatriefysiotherapeut is specifiek opgeleid in de zorg voor mensen met een (zeer) hoge leeftijd en kwetsbare ouderen, die veelal te maken hebben met een complexe gezondheidsproblematiek. Tevens richt geriatriefysiotherapie zich op de ouder wordende mens: de 55-plusser met meerdere aandoeningen als gevolg van veroudering.



Ouderdom

Met het ouder worden kunnen we ons minder goed aanpassen aan veranderingen en wordt ons herstelvermogen vertraagd. Kleine veranderingen kunnen dan grote gevolgen hebben! Zoals sneller vermoeid zijn of minder zin hebben in activiteiten.

Minder actief zijn kan leiden tot verlies van spierkracht of een verstoord evenwicht. Fietsen, wandelen, traplopen, aankleden, zich wassen of huishoudelijke activiteiten uitvoeren wordt moeilijker. Het risico op vallen neemt toe en bewegingsangst kan ontstaan.

Geriatriefysiotherapie richt zich op herstel van lichamelijke activiteiten, met de nadruk op lopen, spierkracht en uithoudingsvermogen.

Geriatriefysiotherapie

INTAKE

In dit eerste gesprek krijgt de geriatriefysiotherapeut inzicht in uw klacht en wordt het behandelplan opgesteld, met daarin ook uw wensen en verwachtingen.

ONDERZOEK

Er wordt gekeken naar de beweeglijkheid van de gewrichten, de kracht en soepelheid van de spieren en het bewegen in het dagelijks functioneren.

THERAPIE

U krijgt met name oefentherapie of beweegprogramma's op maat. Doel is weer (meer) zelfstandig en mobiel te zijn, of leren omgaan met het verlies hiervan.

VALPREVENTIE

Tevens is er aandacht voor val- of bewegingsangst. Er wordt getraind ter verbetering van het looppatroon, uithoudingsvermogen, evenwicht en (been)spierkracht en leren opstaan bij zitten of liggen op de grond (na een val).

BEGELEIDING

Indien gewenst wordt ook uw partner of familie geadviseerd over uw ziektebeeld, de prognose en behandeling. U krijgt hulp bij het gebruik van eventuele hulpmiddelen (stok, rollator) en begeleidingsadvies indien u dagelijkse hulp krijgt bij het opstaan - gaan zitten - gaan liggen - omdraaien.

Lopen

Dagelijks een wandeling maken (zeker 3x per week) is echt aan te raden! Probeer 10-30 minuten te wandelen in een rustig tempo.

Training

Iedereen kan meedoen aan onze trainingen op maat, ongeacht leeftijd of beperking. Na afloop kan men samen koffie/thee drinken.

BommelFit / medische fitness

Voor 55-plussers: cardio- en fitnesstraining, aangevuld met speelse aerobics elementen.

Senioren Fit

Bewegen voor ouderen mét aandacht voor spierkracht, evenwicht, plezier in bewegen en overwinnen van val- of beweegangst.

Senioren Sportdag

Jaarlijks terugkerend evenement voor alle 55-plussers en senioren in onze praktijk.

Valpreventie

Cursus waarin valrisico's en -preventie aan bod komen, aangevuld met specifieke training.

Eenmalig consult kwetsbare ouderen

Op advies van uw (huis)arts kan een eenmalig huisconsult geriatriefysiotherapie worden aangevraagd, om uw functioneren en de risico's op een valpartij in te schatten.



Hentzepeter Fysiotherapie

Fysiotherapie – Bekkenfysiotherapie – Geriatriefysiotherapie

Fysiotherapie

Wij bieden algemene fysiotherapie en de specialisaties bekkenfysiotherapie, geriatriefysiotherapie. Tevens zijn we deskundig bij de begeleiding van reumatische klachten.

Training

Onze fysiotherapeuten en CIOs-therapeuten verzorgen medische fitness, SeniorenFit, BommelFit, Personal Training en Valpreventie.



Van Jong tot oud!

Wij zijn hoofdsponsor van MHC Bommelerwaard team Heren I en organiseren jaarlijks onze Senioren Sportdag voor 55-plussers.

Contact

Zaltbommel	Vergtweg 18	5301 TG
Gameren	Ridderhof 7	5311 CM
Tel	(0418) 514841	
Email	praktijk@fysiobommelerwaard.nl	
Website	www.fysiobommelerwaard.nl	
Facebook	Hentzepeter Fysiotherapie	



Geriatricfysiotherapie

Hentzepeter Fysiotherapie

Fysiotherapie – Bekkenfysiotherapie – Geriatriefysiotherapie



Geriatricfysiotherapie

Speciaal voor 55+ en senioren

Zaltbommel Vergtweg 18

Gameren Ridderhof 7

Tel (0418) 514841

Website

www.fysiobommelerwaard.nl

 Hentzepeter Fysiotherapie