

"Wat valt er allemaal onder fysiotherapie?"

Fysiotherapie of oefentherapie is gericht op de behandeling van lichamelijke klachten door bijvoorbeeld een ziekte, ongeval, operatie of aangeboren afwijking. Het doel is om het voorkomen, opheffen of verminderen van beperkingen en is onder andere gericht op pijnbestrijding en verbetering van mobiliteit.

Bron: ZorginstituutNederland.nl

"Waar is fysiotherapie goed voor?"

De fysiotherapeut is de expert in houding en beweging. Hij helpt u bij het voorkomen, verhelpen of verminderen van lichamelijke klachten en zorgt ervoor dat men weer optimaal kan bewegen. De zorg van een fysiotherapeut past bij uw persoonlijke situatie en is gericht op het doel dat u wilt bereiken.

"Is fysiotherapie bewezen effectief?"

Fysiotherapie is bij de meeste veel voorkomende aandoeningen bewezen effectief, maar de effectgroottes zijn klein tot matig.

Bron: KNGF, 2017

"Waarom bent u moe na een fysiotherapiebehandeling?"

Het kan voorkomen dat uw lichaam hier niet direct positief op reageert, wat zich kan uiten in lichte hoofdpijn, vermoeidheid, gevoelige gewrichten of pijnlijke spieren. Dit is een natuurlijke reactie van het lichaam en duurt meestal niet langer dan twee dagen.

Vragen?

Fysiotherapie Zephat Weijinksweg 25 7558 PL Hengelo Ov. pzephat@gmail.com