

Overzicht website de Merk

Pagina's specialisaties

	Tekst	Controle tekst	Foto verhaal	Foto crop	Collega's	Patient	Verhaar patient	Foto patient	Acties	Op website
Fysiotherapie						Meesters			Mail gestuurd	
Manueel therapie	X	X	X		Frank en Jens (IO)				Frank in dashbord gevraagd	
Kinderfysiotherapie	X	X			Judith en Nynke Z	Zeita			Foto is er, Berber foto Nynke Z	
Geriatrische fysiotherapie	X	X			Martine	Hoekstra			Martine via dashbord gevraagd	
Oedeemtherapie	X	X	X		Floor				Zin gevraagd aan floor via dashbord.	
Oncologische fysiotherapie	X	X			Floor	Vd Wiel			Spreuk is er. Foto gevraagd via dashbord	
Psychosomatische fysiotherapie	X	X			Elske				Elske denkt na	
Fysiotherapie in de thuissituatie			X		Brigitte				Brigitte gevraagd via dashbord	
Therapie bij claudicatio intermittens					Elske	Hoekstra			Elske vraagt Heosktra	
Schockwave therapie					Jens en Frank		X		Jens gevraagd via dashbord	
Redcord therapie					Nynke H	Postma	X		Nynke gevraagd dia dashbord	
Echografie					Frank en Jens				Elske vraagt Jens	
Medical taping						Ali Buns			Elske vraagt Ali Buns	
Begeleiding van beweeggroepen					Sieuwke	Boersma			Elske vraagt Boersma	
Dry needling					Jens				Jens gevraagd via dashbord	
Fitkids therapie					Judith en Nynke Z				Judith gevraagd via dashbord	
Begeleiding van medisch fitness					Sieuwke		X		Elske vraagt Andre via Whatsapp	
Therapie ter valpreventie					Martine en Brigitte	Posthumus	X		Elske vraagt Posthumus whatsapp	
Begeleiding in rugrevalidatie			X		Frank	Ina			Elske?	
Begeleiding van loop- en wandelgroepen			X		Elske	John	X		Wandelgroep gevraagd	

Pagina's therapeuten

	Geschreven tekst	Controle tekst	Foto bij verhaal	Foto crop	Specialisaties
Elske					Claudicatio en Psychosom
Frank					Manueel
Nynke H					
Nynke Z					Kinder
Judith					Kinder
Martine					Geriatrisch
Brigitte					Thuissituatie
Jens					Manueel en sport (io)
Sieuwke					
Jannie					
Floor					Oedeem en oncologie

Specialisaties: teksten

Manueel therapie

Home > Specialisaties > **Manueel therapie**

Heeft u met enige regelmaat last van uw rug, nek of schouders? Ervaart u stijfheid of pijn rond de wervelkolom? Deze klachten kunnen het gevolg zijn van beperkingen in de gewrichten van de wervelkolom. Bewegen met een overbelasting of niet voldoende functioneren van deze gewrichten kan onder ander leiden tot spieren rondom de wervelkolom. Pijn kan ervaren worden in de nek of rug, maar kan ook uitstralen naar andere delen van het lichaam. Met behulp van Manuele therapie kunnen deze klachten verholpen of verminderd worden. Veel voorkomende klachten die de manueel therapeut behandelt, zijn:

- hoofd- en nekpijn, samen met het slecht kunnen bewegen van de wervelkolom;
- nek- en schouderklachten met pijn die uitstraalt tot in de armen;
- klachten hoog in de rug met rib- en borstpijn;
- artrose van de heup;
- lage-rugklachten, eventueel met uitstralende pijn naar de benen;
- bepaalde vormen van duizeligheid, opgewekt door het bewegen van de nek;



Wat is manueel therapie?

Als behandeling gebruikt de manueeltherapeut mobilisaties of manipulaties. Mobilisaties zijn kleine bewegingen van de gewrichten of de structuren rond de gewrichten, om zo de bewegelijkheid van het gewricht te vergroten. Manipulaties zijn handelingen waarbij gewrichten op een snelle manier net opzichte van elkaar worden geboren. Deze korte bewegingen kunnen ervaren worden als 'kraken'. Hierna ervaren patiënten direct een verhoging van bewegelijkheid.



Verhaaltje patiënt met foto

De eerste behandeling

Of een behandeling met manueel therapie nuttig is, wordt vaak snel duidelijk tijdens de intake. Naast een eerste screening bestaat uw eerste afspraak uit twee onderdelen: een vraaggesprek en een lichamelijk onderzoek. In het gesprek stelt de manueel therapeut vragen over uw klachten; bijvoorbeeld hoe ze ontstaan en wanneer ze toenemen of verminderen. Daarna volgt een lichamelijk onderzoek, waarbij uw houding en bewegingen beoordeeld worden en uw gewrichten onderzocht. Zo wordt vastgesteld waar de oorzaken van de klachten zitten. In overleg wordt besloten of manuele therapie zinvol is. Is dat het geval, dan wordt een aanpak voor de verdere behandeling besproken. Zo is er dus meteen na de eerste afspraak duidelijkheid over het vervolg.

Oncologische fysiotherapie

Home > Specialisaties > **Oncologische fysiotherapie**

Kanker en gevolgen van behandelingen door deze ziekte hebben invloed op het hele lichamelijke systeem. Door screening en betere behandelmethoden kunnen we gelukkig zeggen dat leven met of na het hebben van kanker steeds beter mogelijk is. Ondanks dat kunnen patiënten wel langdurige klachten van de ziekte ervaren. Zij kunnen onder meer te maken hebben met verminderde mobiliteit, verstoerde lichaamsbeleving, verminderde spierkracht, conditieverlies, spanningsklachten, pijn, ademhalingsproblemen, vermoeidheid, fibrose, huidveranderingen en contracturen. Daardoor kunnen er problemen ontstaan in het uitvoeren van het algemene dagelijkse leven, waarbij je kunt denken aan beperkingen in werk en/of hobby's.



Wat is oncologische fysiotherapie?

De oncologie fysiotherapeut kan worden ingezet deze gevolgen van de ziekte te beperken in alle fasen: de curatieve fase (de herstelfase), de palliatieve fase en/of de terminale fase. Elke fase heeft op zijn eigen manier invloed op het fysieke, psychische en sociale welbevinden. Omdat de behandeldoelen per fase verschillen, is specifieke behandeling door de gespecialiseerde oncologiefysiotherapeut vereist. Zo zal iedere patiënt op eigen wijze leren omgaan met de nieuwe situatie. De oncologiefysiotherapeut kan een ondersteunende rol vervullen als coach in dit proces functioneren.



Verhaaltje patiënt met foto

Binnen De Merk richt Floor zich op de behandeling van oncologiepatiënten op zowel individuele behandelingen als groepstherapie.

Oedeemtherapie

Home > Specialisaties > **Oedeemtherapie**

Oedeem is de medische term voor abnormale vochtophoping onder de huid. Een bekend, niet pathologisch verschijnsel van oedeem is het krijgen van dikke enkels en voeten op een hete zomerdag. Er zijn echter ook andere redenen waardoor oedeem kan ontstaan die veelal worden veroorzaakt door onvoldoende werking van lymfevaten- en knopen. Doordat de lymfevaten en -knopen niet goed ontwikkeld zijn bij de geboorte kan de aan- en afvoer van het lymfevocht onvoldoende zijn. Daarnaast kan lymfoedeem ook worden verworven doordat lymfevaten en/of -knopen beschadigd of verwijderd zijn. Voorbeelden van pathologisch oedeem zijn:

- Aangeboren oedeem, wat ook wel primair lymfoedeem wordt genoemd
- Lymfoedeem, wat ontstaat na operaties (secondair lymfoedeem) of als gevolg van andere behandelingen zoals bijvoorbeeld bestraling (tertiair oedeem)
- Veneus oedeem, wat kan ontstaan door een operatie aan bloedvaten of bij trombose
- Lipoeedem, waarbij oedeem ongelijk wordt verdeeld over verschillende delen van het lichaam



Wat is oedeemtherapie?

Oedeem begint meestal met een toename van spanning op de huid. Vaak ontstaan de klachten geleidelijk en pijnloos. Wanneer er sprake is van een toename van oedeem dan kan dit gepaard gaan met pijn en bewegingsbeperkingen. Deze beperkingen kunnen invloed hebben op uw dagelijks functioneren. Binnen fysiotherapiepraktijk De Merk begeleidt oedeem therapeut Floor patiënten met oedeemklachten.

Verhaaltje patiënt met foto

Er zijn bij oedeem verschillende behandelmethoden mogelijk, waar manuele lymfdrainage er één van is. Naast het afvoeren van vocht, zal de behandeling zich ook richten op andere, secundaire klachten als verminderde bewegingsmogelijkheid en een afname van spierkracht. Dit wordt veelal gedaan door middel van oefentherapie, waarmee patiënten zelf leren bij te kunnen dragen aan een betere vochthuishouding en het tegengaan van secundaire klachten. Om ook naast de behandeling bij de oedeemtherapeut afvoer van vocht te realiseren, kan er in een aantal situaties gezwachteld worden. In een later stadium kan de therapeut u ondersteuning bieden bij het laten aanmeten van een therapeutisch elastische kous. Naast deze reguliere oedeembehandelingen kan Floor u ook ondersteunen in huidverzorging, voeding, preventie en zelfhulp, zaken waarmee u zelf aan de slag kunt gaan.

Geriatrische fysiotherapie

Home > Specialisaties > **Geriatrische fysiotherapie**

Ouder worden gaat vaak gepaard met afname van beweeglijkheid, kracht en balans. Om gezond ouder te worden kan het soms een goed idee zijn om in contact te komen met een fysiotherapeut die gespecialiseerd is in het behandelen van ouderen. Deze fysiotherapeut heeft zich gespecialiseerd in de gevolgen van ouder worden en de zorg die nodig is voor meer kwetsbare personen met een hoge biologische leeftijd.



Het gaat bij de behandeling van deze personen veelal om complexe problematiek. Het behandelplan zal daarom voor iedere patiënt anders zijn. Daarnaast kunnen niet alleen ouderen, maar ook om patiënten die vanwege hun aandoening, bijvoorbeeld een beroerte, al verschijnselen kunnen vertonen van ouderdom. Ook zij kunnen bij deze therapeut terecht.

Wat is geriatrische fysiotherapie?

De geriatrische fysiotherapeut werkt vanuit haar specifieke kennis over de doelgroep en de daarbij voorkomende ziektebeelden. Therapeut zal zich richten op het doen van oefentherapie om klachten bij uw dagelijkse bewegen te verminderen en/of achteruitgang in fysiek functioneren te beperken. Daarnaast kan de therapeut ondersteuning bieden in het adviseren en begeleiden van gezinsleden en eventuele mantelzorgers. Martine is binnen De Merk gespecialiseerd in fysiotherapie bij geriatrische patiënten.

Verhaaltje patiënt met foto

Psychosomatisch fysiotherapie

Home > Specialisaties > **Psychosomatisch fysiotherapie**

We kennen allemaal de uitspraak ‘een gezonde geest in een gezond lichaam’. Hoewel de samenhang tussen het lichaam en de psyche soms niet heel duidelijk is, is wel duidelijk dat psychische ‘klachten’ zich vaak uiten in lichamelijke klachten. Stressvolle situaties gaan vaak gepaard met het ervaren van lichamelijke klachten die dikwijls worden genegeerd of verkeerd worden geïnterpreteerd. Een duidelijke medische diagnose voor deze lichamelijke klachten is namelijk niet te stellen, wat vervolgens bij de patiënt een gevoel van onbegrip kan geven. Psychosomatische klachten kunnen zich uiten in verschillende vormen, zoals:

- vermoeidheid
- onbegrepen spier- en gewrichtspijn
- duizeligheid
- hoofdpijn
- benauwdheid
- hartkloppingen of druk op de borst



Wat is psychosomatische fysiotherapie?

Bepaalde levensomstandigheden kunnen invloed hebben op deze lichamelijke klachten waardoor uw weerstand zowel fysiek als mentaal afneemt en zogenaamde psychosomatische klachten kunnen ontstaan. Binnen onze praktijk heeft Elske zich vergaand gespecialiseerd op dit gebied en is geregistreerd psychosomatisch fysiotherapeut.

Verhaaltje patiënt met foto

De psychosomatisch fysiotherapeut begeleidt u in het herstellen van het verstoerde evenwicht tussen spanning en ontspanning en tussen belasting en belastbaarheid. Samen met de fysiotherapeut werkt u aan uw balans. Zij betrekt de lichamelijke, psychologische en sociale aspecten, waaronder de leef- en werkomsstandigheden, bij de behandeling. Er wordt eigen inbreng en een actieve inzet verwacht in het herstel- en veranderingsproces.

Kinderfysiotherapie

Home > Specialisaties > **Kinderfysiotherapie**

Spelenderwijs ontwikkelen kinderen hun zintuigen en motoriek. Meestal gaat dat goed en bijna ongemerkt. Maar bij sommige kinderen duurt het langer of wijkt dit af van ‘de standaard’. Dit kan kinderen belemmeren in hun ontwikkeling waardoor ze meer oefening nodig hebben om een bepaalde vaardigheid onder de knie te krijgen. Ook kan het zijn dat kinderen door een aandoening of blijvende afwijking optimaal moeten leren bewegen met een beperking. Al deze kinderen kunnen baat hebben bij behandeling door de kinderfysiotherapeut.



Wat is kinderfysiotherapie?

Kinderfysiotherapie kan in iedere fase van de ontwikkeling van een kind in worden gezet. Zo kunnen er bij zuigelingen signalen zijn die wijzen op motorische problemen. Bijvoorbeeld: weinig kracht, overstrekken of moeite met veranderen van houding. Problemen aan de luchtwegen of veel huilen kunnen bij deze kinderen een aanwijzing zijn dat er iets aan de hand is. Daarnaast hebben ook kinderen in de basisschoolleeftijd soms baat bij kinderfysiotherapie. Als gevolg van een bewegingsprobleem of het onvoldoende beschikken over motorische vaardigheden kan er een achterstand ontstaan. Hierdoor kan het volgen van onderwijs of het deelnemen aan fysieke activiteiten passend bij die leeftijd beperkt worden. Dit kan een reden zijn om de deskundigheid van een kinderfysiotherapeut in te roepen.



Verhaaltje patiënt met foto

De behandelingen bij de kinderfysiotherapeut

De kinderfysiotherapeut wil allereerst een volledig beeld van het motorisch niveau van uw kind krijgen. Zij verzamelt informatie bij ouders, leerkrachten, huisarts en andere betrokkenen over hoe het kind zich onder verschillende omstandigheden gedraagt. Daarnaast onderzoekt zij het kind met behulp van allerlei tests. Vervolgens bespreekt de kinderfysiotherapeut de bevindingen met de ouders en de patiënt en stelt zij een behandelplan op. De behandeling richt zich veelal op de motorische ontwikkelingsmogelijkheden van het kind met als doel dat het kind beter gaat functioneren in zijn leefomgeving. Het oefenmateriaal dat hiervoor gebruikt wordt is speciaal ontwikkeld voor kinderen. Oefenen met deze materialen zal het plezier in bewegen te vergroten en bepaalde motorische functies aan spreken. Als dit nodig is, kan de kinderfysiotherapeut uw kind ook thuis behandelen. Dat kan van pas komen bij kinderen van 0 tot 2 jaar of bij kinderen met een ernstige handicap.

Binnen Fysiotherapie de Merk zijn Judith Logtenberg en Nynke van der Zee werkzaam als gespecialiseerd fysiotherapeut.

Specialisaties: spreuken patiënten

Spreuk wandel- en loopgroep

Iedere donderdag, van 13.00 tot 14.00 uur, organiseert Fysio De Merk een wandelgroepje. Het is vrijblijvend, gratis, en bovenal, leuk om eraan mee te doen! We wandelen een uurtje door Joure (meestal onder begeleiding van een fysiotherapeute, en niet altijd dezelfde route), je snuift frisse lucht op, en het is goed voor je conditie. Naast dat ik gewoonlijk ook geregeld wandel pak ik dit uurtje graag even mee, niet in de laatste plaats omdat ik ook weer eens andere mensen ontmoet. Helaas kleeft er ook een nadeel aan: je bent gebonden aan genoemde tijdstippen. Bij slecht weer gaat het niet door...

- Door Andre Lageveen.

Spreuk valpreventie

Dat ik bewuster loop en dat ik beter m,n voeten optil. Ik ben sindsdien niet meer gevallen.

- Door ?

Spreuk medisch fitness

Al meer dan tien jaar doe ik aan medische fitness, in groepsverband. Het was destijds voor mij het logische vervolg op fysiotherapie, en ik ben het blijven doen tot op de dag van vandaag. Je doet oefeningen die goed zijn voor je kracht en voor je conditie. Dit kan natuurlijk ook bij de sportschool maar bij De Merk word je begeleid door een fysiotherapeut, die weet wat je redenen zijn, en die weet wat het beste voor jou is. Het is niet alleen nuttig, het is ook leuk, en een uitdaging om iedere keer te proberen je eigen prestaties te evenaren of te verbeteren. Ik voel het zelfs als een verplichting iedere week te gaan! Je leert ook wat andere mensen kennen, dus het is ook goed voor je sociale contacten.

- Door Andre Lageveen

Spreuk shockwave

Heb maanden last van mijn schouder gehad. Nu na 2 behandeling heb ik al veel minder klachten dankzij shockwave.

- Door ?

Spreuk redcord

Na jaren lang niet meer weten hoe een dag doorkomen zonder rugpijn voelt kwam de redcord op mijn pad en heeft dat mij kunnen laten voelen hoe geen rug pijn meer voelt, zo'n verademing en rust om dagen door te komen zonder pijn.

- Door Silke Postma