

Specialisaties

Bij **Fysio Steins Hoogstraat** bent u als cliënt op het juiste adres. Wij bieden naast de "gewone" fysiotherapie, (massage, oefentherapie & fysische techniek) ook:

- ATM2@ volgens het Mulligan principe
- Beweegprogramma's o.a. DM II & COPD
- Bekken (bodem), SI en lage rug therapie
- Cupping
- Dry Needling
- Hoofd(pijn), Hals en Kaak klachten (Orofaciaal Fysio)
- Fisioscissor®
- Fysio Fitness
- Lymfedrainage
- Looptraining oa bij vaatlijden
- Oedeemfysiotherapie
- Rugscholing
- Tape diverse methodes
- Triggerpoint therapie

Ook kunt u bij ons revalideren & reactiveren met:

- Artrose
- Chronische pijn klachten: REUMA, Bechterew, Fibromyalgie COPD
- CVA (hersenbloeding), TIA of NAH
- CVS & ME
- Hartinfarct of hartoperatie
- Kanker
- Ongeval, trauma
- Operaties aan de wervelkolom bijv. HNP
- Osteoporose
- Neurologie; MS, Parkinson
- Heup/knie operaties
- Sport gerelateerde klachten
- Vaatlijden (etalagebenen)
- Whiplash

Heeft u nog een vraag?

Bel dan geheel vrijblijvend
0412 - 453608



Fysio Steins Hoogstraat

Openingstijden:

maandag t/m donderdag

08.00 - 21.00 uur

vrijdag

08.00 - 18.00 uur

zaterdag

09.00 - 13.00 uur

Fysio Steins | Hoogstraat

Hoogstraat 11

5384 BJ Heesch

0412 - 453608

info@FysioSteins.nl

www.FysioSteins.nl



Blijf op de hoogte:



Aangesloten bij:



de Fysiotherapeut



Oedeemtherapie



Fysio Steins Hoogstraat



VERBETER UW DAGELIJKS FUNCTIONEREN & BEWEGINGEN

www.FysioSteins.nl
www.Fysiotherapie-Hoogstraat.nl

Lymfoedeem

Wat is lymfoedeem? Een abnormale ophoping van eiwitten en vocht in het lichaamssweefsel. Dit is het gevolg van een verstoord evenwicht tussen aan- en afvoer van vocht. Lymfoedeem ontstaat vaak geleidelijk en kan een chronisch karakter krijgen.

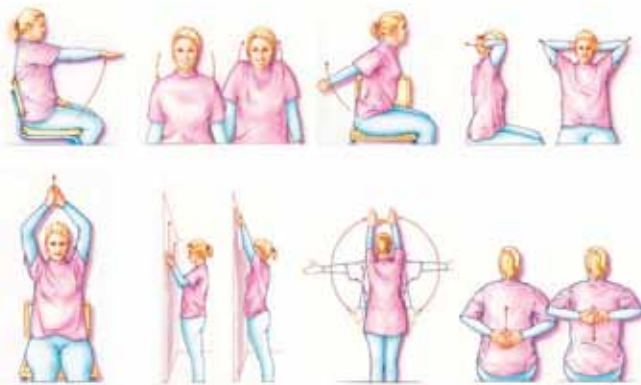
Lymfoedeem kan aangeboren zijn (primair lymfoedeem) of verworven als gevolg van een andere aandoening (secundair lymfoedeem).

Bekende vormen van een secundair lymfoedeem zijn het armlymfoedeem na een borstoperatie met okselklier-verwijdering of het beenlymfoedeem na bijvoorbeeld een gynaecologische operatie. Patiënten die na een operatie, radiotherapie en/of chemotherapie ondergaan, hebben een grotere kans op het ontwikkelen van lymfoedeem.

Ook kan er oedeem ontstaan in het gelaat of borst.

De klachten die kunnen ontstaan bij lymfoedeem zijn: pijn, vermoeidheid, gespannen en zwaar gevoel, zwelling, beperkingen in bewegingen en beperkingen in dagelijks functioneren.

Oefentherapie



Lymfoedeem & fysiotherapeutische behandeling bij Fysio Steins

Genezing van lymfoedeem is door de behandelaar niet altijd mogelijk. De behandeling is gericht op het terugdringen of stabiliseren van oedeem. Bewegen is van groot belang: juist de bewegingsbeperkingen die vaak gepaard gaan met krachts- en functieverlies, kunnen door de oedeem-fysiotherapeut worden begeleid naar optimaal functioneel herstel. Doel is het normaal functioneren van de ledematen zo goed mogelijk te herstellen.

De oedeemfysiotherapeutische behandel mogelijkheden zijn:

- *voorlichting/adviezen*
- *manuele lymfedrainage* (MLD) met als doel de afvoer van lymfevocht te bevorderen
- *zwachtelen* of compressietherapie met als doel de omvang van het oedeem te verminderen en de bereikte omvangvermindering te onderhouden zolang er geen elastische kous is. We gebruiken hiervoor o.a. Klassieke zwachtels, **Coban™ 2** of **JoViPak®**
- *oefentherapie, houdings- en bewegingsadviezen*
- het begeleiden bij, of aanmeten van een *therapeutische elastische kous* (TEK). Dit is de behandeling van lymfoedeem indien een stabiele situatie is ontstaan. Voor het aanmeten van de kous heeft FysioSteins Hoogstraat een samenwerkingsverband met Kamra Medical
- eventueel *ademhalingsoefeningen en ontspanningsoefeningen*

- Naast *oefentherapie* ter oedeemreductie leidt oefentherapie tot het verminderen van beperkingen op activiteiten niveau (mobiliteit, spierkracht) en begeleiden op participatieniveau (belasting – belastbaarheid). Door onze kennis van inspanningsfysiologische parameters is juist de oedeemfysiotherapeut in staat de patiënt te begeleiden naar een zo hoog mogelijk participatieniveau en daarmee naar een optimale kwaliteit van leven
- *Littekenbehandeling* met *Fisioscissor®*
Dit is een milde, pijnvrije behandelmethode afkomstig uit Italië. Met behulp van vijf speciaal ontwikkelde tools kunnen wij de zachte weefsels en littekens behandelen zodat deze weer soepel worden
- *Lymfetaping*, waarbij een elastische tape middels een speciale techniek aangebracht wordt waardoor de lymfestroom gestimuleerd wordt
- Aanleren van *zelfmanagement* zodat u ook zelfstandig kunt werken aan uw herstel

De behandel effecten/ doelstellingen:

De gekozen behandeling en de uiteindelijke behandel effecten zijn afhankelijk van de ernst, oorzaak en duur van het oedeem.

De behandel effecten zijn doorgaans:

- omvangvermindering
- spanningsafname
- pijnvermindering
- functieverbetering
- kracht-, coördinatie- en bewegingsverbetering
- afname van infectiekans