

Fysiotherapie in het oefenbad (Hydrotherapie)

U bent voor fysiotherapie in het oefenbad verwezen naar onze afdeling Fysiotherapie. In deze folder krijgt u informatie over wat deze therapie inhoudt en over de gang van zaken met betrekking tot de behandeling.

Wat is fysiotherapie in het oefenbad?

Dit is een vorm van fysiotherapie waarbij u oefeningen doet in warm water van ongeveer 34 graden Celsius. De oefeningen worden gegeven in groepsverband onder leiding van een ervaren fysiotherapeut. De grootte van een groep varieert tussen de twee en acht mensen. Het voordeel van oefenen in groepsverband is dat de groepsleden elkaar kunnen stimuleren en adviezen/ informatie over aandoeningen kunnen uitwisselen. Het oefenbad heeft verschillende diepteniveaus en is zodanig opgebouwd dat u niet hoeft te kunnen zwemmen om toch te kunnen oefenen in het water. De duur van een behandeling kan variëren van een half uur tot een uur, afhankelijk van uw lichamelijke mogelijkheden.

Voor wie is fysiotherapie in het oefenbad?

Deze therapie is bedoeld voor mensen die door hun klachtenpatroon moeite hebben met het oefenen op het droge. Oefenen in water gaat veel makkelijker, omdat de opwaartse kracht, die het water op het lichaam uitoefent, de spieren meehelpt met het bewegen van de gewrichten.

Oefenen in warm water is geschikt:

- bij klachten van spieren en gewrichten (reuma, fibromyalgie)
- bij hartrevalidatie
- bij een neurologische aandoening zoals MS of Parkinson
- bij rug- en/of herniaklachten
- na een operatie aan één van de grote gewrichten of de wervelkolom
- bij overgewicht
- als vorm van ontspanningstherapie

Het doel van fysiotherapie in het oefenbad

Het doel van deze therapievorm is het verminderen van pijn en het verbeteren van kracht, beweeglijkheid, stabiliteit en conditie. Tijdens de oefeningen leert u uw eigen mogelijkheden en grenzen kennen in het water. Daardoor kunt u na het beëindigen van de behandelingen elders doorgaan met oefenen in het water.

Intake

Voordat u begint met de fysiotherapie wordt een afspraak gemaakt voor een intake. Hierbij bespreken we uw gezondheid, uw verwachtingen en doelen. Aan de hand van een vraaggesprek, eventueel een fysiotherapeutisch onderzoek en aanvullende vragenlijst(-en) bekijken we of deze therapievorm voor u geschikt is en wordt een behandelplan opgesteld.

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermc.nl

Hulpmiddelen

Voor patiënten die niet in staat zijn om via de trap het bad in en uit te gaan is een badlift aanwezig. Voor rolstoelgebruikers is het bad eveneens toegankelijk.

Ruimte

Na afloop van de behandeling is er gelegenheid om in de daarvoor bestemde ruimte even uit te rusten en te wennen aan de omgevingstemperatuur. U kunt daarbij een kopje koffie of thee gebruiken.

Kleding

Bij fysiotherapie in het oefenbad is het verplicht badkleding te dragen en in de natte ruimtes op badslippers of ander daartoe bestemd schoeisel te lopen. U neemt zelf een handdoek mee. Patiënten met incontinentieproblemen dienen zelf zorg te dragen voor doeltreffende maatregelen. Indien u meer dan alleen een handreiking nodig heeft bij het aan-, en uitkleden zal iemand u moeten vergezellen om u de benodigde hulp te bieden.

Een afspraak maken

Als u een verwijzing van de specialist heeft, kunt u zich aanmelden via het afsprakennummer: 033 - 850 60 70. U wordt dan doorverbonden met de afdeling Fysiotherapie en uw gegevens worden opgenomen. Zodra er een plaats vrijkomt in een groep krijgt u bericht. U verneemt dan wanneer u zich kunt melden. De therapie vindt plaats op locatie Amersfoort Elisabeth van Meander Medisch Centrum. De behandelingsdagen zijn maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 uur en 16.30 uur. Behandeling is alleen mogelijk na verwijzing van een specialist. Bij een chronische indicatie moet dit op de verwijzing van de specialist duidelijk zijn aangegeven. U kunt maximaal 3 maanden fysiotherapie in het oefenbad krijgen, daarna wordt beoordeeld of verlenging noodzakelijk is, eventueel in overleg met uw specialist. Gedurende deze periode kunt u nagaan of er voor u, indien gewenst, een zwembadvoorziening is waar u kunt doorgaan met het oefenen in water.

Verzekering

Fysiotherapie in het oefenbad wordt bij de zorgverzekeraar gedeclareerd als groepsbehandeling. Fysiotherapie wordt niet vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering. Veel zorgverzekeraars vergoeden de therapie vanuit de aanvullende verzekering en bieden verschillende aanvullende pakketten aan. Per pakket en per zorgverzekeraar is het verschillend hoeveel behandelingen er worden vergoed. Informeer u vooraf bij uw zorgverzekeraar wat voor u van toepassing is. Bij het contact met de zorgverzekeraar is het van belang dat u vraagt of de behandeling vergoed wordt en zo ja, hoeveel behandelingen. Meander Medisch Centrum kan niet aansprakelijk worden gesteld voor behandelingen die niet vergoed worden.

Tot slot

Heeft u nog vragen na het lezen van deze folder, dan kunt u telefonisch contact opnemen met de afdeling Fysiotherapie via het algemene telefoonnummer van Meander Medisch Centrum: 033 - 850 50 50.

jan_2016