

# Fysiotherapie



kennemerhart  
AANDACHT VOOR OUDER WORDEN

## Wat is fysiotherapie?

Staan, lopen, bukken... het zijn vanzelfsprekende bewegingen waar u niet bij nadenkt. Totdat u ergens last van krijgt. De fysiotherapeut kan u helpen als u last heeft van uw spieren, gewrichten of zenuwen. Dat kan verschillende oorzaken hebben. U kunt bij Kennemerhart terecht voor behandeling van uw klachten maar ook om (ergere) klachten te voorkomen.

## Wat kan fysiotherapie voor u betekenen?

Ouderdom kan ertoe leiden dat u beperkt wordt in uw dagelijks leven. U heeft bijvoorbeeld moeite met het opstaan vanuit een stoel of merkt dat u angstig wordt om te vallen tijdens het lopen. Voldoende bewegen is een middel om onder andere botten, gewrichten, spieren, het hart en de bloedvaten in een goede conditie te houden, waardoor de negatieve effecten van het ouder worden minder snel optreden. De fysiotherapeut kan u helpen met op een verantwoorde manier bewegen.



**'Bij de fysiotherapeuten van Kennemerhart bent u aan het juiste én veilige adres'**

Het voorkomen van klachten is de laatste jaren steeds belangrijker geworden. Daarom zijn de fysiotherapeuten van Kennemerhart ook op dit gebied actief. Het geven van informatie en advies aan u, uw partner en/of verzorgend personeel is

dan ook een belangrijk onderdeel van de fysiotherapie. Daarnaast hebben de fysiotherapeuten ook ervaring op het gebied van tillen, aangepast schoeisel en bijvoorbeeld loophulpmiddelen. Zij kunnen u hierin adviseren en ondersteunen.

## Wat kan u verwachten van de behandeling?

Voordat de fysiotherapeut gaat behandelen, wordt er uitgebreid aandacht besteed aan het in kaart brengen van uw klacht(en) en/of wensen en behoeften. De fysiotherapeut onderzoekt de oorzaak van de klacht door middel van lichamelijk onderzoek en/of door het afnemen van testen.

In overleg met u wordt bekeken of fysiotherapeutische behandeling zinvol is. De fysiotherapeut stelt vervolgens samen met u doelen en een behandelplan op.

### 'Topfit'lessen op locatie

Op sommige locaties worden onder leiding van de fysiotherapeut groepslessen gegeven. Zie voor meer informatie over deze zogenaemde 'Topfit' lessen de website van Kennemerhart.

### Deskundigheid

De fysiotherapeuten van Kennemerhart hebben ruime ervaring met het behandelen van cliënten met allerlei verschillende klachten zoals reuma, artrose, osteoporose, gevolgen na een beroerte, Parkinson, MS en ALS. Ook als u een nieuwe heup heeft gekregen, een knieoperatie of amputatie heeft ondergaan

of te maken heeft met COPD, longemfyseem, hartfalen, beperkingen door ouder worden of lichamelijke gevolgen van dementie, bent u bij de fysiotherapeuten van Kennemerhart aan het juiste en veilige adres.



'De fysiotherapeuten van Kennemerhart werken niet alleen voor en met bewoners van de woonzorglocaties van Kennemerhart, maar voor alle ouderen in Haarlem en omstreken'

### Waar vindt de behandeling plaats?

Kennemerhart beschikt op een aantal van haar locaties over goed ingerichte, moderne behandelruimten. U bent daar van harte welkom. Maar de fysiotherapeuten van Kennemerhart komen ook bij u thuis. Zo kunt u gebruik maken van de specialisten in uw eigen vertrouwde omgeving.

## Vergoeding en verwijzing

U heeft in principe geen verwijzing nodig voor de fysiotherapeut. Wilt u meer weten over vergoeding en eventuele verwijzing voor fysiotherapie? Kijkt u dan op onze website [www.kennemerhart.nl](http://www.kennemerhart.nl)

Kennemerhart biedt vanuit tien locaties in Kennemerland zorg aan mensen die ouder worden en ouder zijn. Cliënten én hun naasten kunnen rekenen op professionele, betrokken ondersteuning in de thuissituatie, in dag- of ontmoetingscentra, in één van de woonzorgcentra of via ons behandelcentrum. Onze kernwaarden: persoonlijk en op maat, met aandacht en in samenspraak én sociaal betrokken. Zorg die draait om de cliënt: dát is Kennemerhart!



kennemerhart

AANDACHT VOOR OUDER WORDEN

### **Behandelcentrum Kennemerhart**

Ridderstraat 32

2011 RS Haarlem

Telefoon: 023 8 914 100

e-mail: [behandelcentrum@kennemerhart.nl](mailto:behandelcentrum@kennemerhart.nl)