

Aanmelden

U kunt zich van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 17.00 uur zowel telefonisch op (0313) - 414 866 als persoonlijk aanmelden bij onze secretaresse. Ook kunt u natuurlijk een mail sturen naar info@fhc-dieren.nl of vul het contactformulier in op onze website.

Zorgverzekering & kosten

De kosten van de trainingen worden betaald vanuit de aanvullende verzekering. Mocht u niet of onvoldoende aanvullend verzekerd zijn, dan zullen deze kosten geheel of gedeeltelijk voor uw eigen rekening zijn.

Controleer of u voldoende aanvullende verzekerd bent. Om deel te nemen aan het programma is een verwijzing van uw huisarts of specialist vereist.

Telefoon

(0313) - 414 866

Op werkdagen tussen 08.00 - 17.00 uur.

Internet

info@fhc-dieren.nl

www.fhc-dieren.nl

Reumatische aandoeningen

Bewegen doet goed

Bewegen moet

Groepstraining
en voorlichting

Fysiotherapie locaties

Hoofdvestiging & postadres

Treubstraat 70a
6951 BB Dieren

Dependances

Wilhelminaweg 25
6951 BM Dieren

Imboslaan 71
6951 KA Dieren



Informeer bij
uw therapeut
naar de **juiste**
locatie



Hoe ontstaan reumatische aandoeningen?

Het is nog niet bekend waardoor de meeste reumatische aandoeningen veroorzaakt worden. Het is waarschijnlijk een samenspel van verschillende factoren, waaronder bijvoorbeeld een ontregeling van het eigen afweersysteem. Algemeen wordt aangenomen dat erfelijke factoren een ondergeschikte rol spelen.

Wat zijn de klachten?

Er zijn meer dan 100 reumatische aandoeningen bekend. Het gaat te ver om voor alle aandoeningen de symptomen te benoemen. Gewrichts- en spierontsteking is een fundamenteel kenmerk. De optredende pijn, stijfheid en zwelling geven aanleiding tot functiebeperking. U kunt uw gewrichten of spieren minder goed bewegen. Soms ontstaat er door de gewrichtsontsteking een beschadiging van het gewricht. Andere klachten zijn: vermoeidheid, pijn, koorts en gewichtsverlies. Soms kan het ook gaan om stoornissen van bepaalde organen.

De therapie

Voor de meeste reumatische aandoeningen bestaat geen genezende behandeling. Sommige aandoeningen kunnen vanzelf overgaan.

De behandeling is gericht op het remmen van het ziekteproces en verlichten van de klachten, behouden van optimale beweeglijkheid, vergroten van de spierkracht en het leren omgaan met de ziekte.

Wat is het doel?

Het doel van de training is:

- De beweeglijkheid van gewrichten te verbeteren;
- De spierkracht te vergroten;
- Het uithoudingsvermogen te verbeteren;
- Het geheel of gedeeltelijk voorkomen van bewegingsbeperkingen;
- Het vergroten van de fysieke belastbaarheid.

Voor wie?

De training is bedoeld voor mensen die:

- Een reumatische aandoening hebben;
- Twee keer per week onder deskundige begeleiding willen trainen;
- De kwaliteit van het dagelijks leven willen verbeteren;
- Het leuk en motiverend vinden om in groepsverband te trainen.

Kleding

Het is aan te raden om tijdens de training kleding te dragen waarin u zich gemakkelijk kunt bewegen. Tevens wordt u verzocht om schone sportschoenen mee te nemen.

Intake

Voordat u kunt beginnen met de training vinden een intakegesprek en een aantal testen plaats.

Wie verzorgt de training?

Wij werken met gespecialiseerde therapeuten. Voor meer informatie verwijzen wij u naar onze website (www.fhc-dieren.nl), bel (0313) - 414 866 tussen 08.00 tot 17.00 uur of vraag er naar bij onze secretaresse.