

Sporten

Sport je graag? Ben je vaak in beweging? Of overweeg je een sportieve activiteit te gaan doen? Lees deze pagina dan even door.

Je vindt hier informatie over wat de Gooioord sportfysiotherapeut voor je kan betekenen. Uiteraard kan hij (of zij) je bijstaan wanneer je een blessure hebt. Maar de Gooioord sportfysiotherapeut adviseert ook over de opbouw van je training, over schoenen en braces of hij helpt je bij de keus van een sport die bij jou past.

De Gooioord sportfysiotherapeut

De Gooioord sportfysiotherapeut is een fysiotherapeut die zich heeft gespecialiseerd in sport en sporters. Na zijn studie fysiotherapie heeft hij zich verder geschoold tot sportfysiotherapeut. Daardoor weet hij welke eisen een sport aan het lichaam stelt, wat bewegen met ons doet en hij weet wat de motivatie van sporters is.

Dit stelt hem in staat om jou op het vlak van sport en gezondheid te adviseren, te behandelen en te begeleiden. Dat geldt niet alleen in een medische setting - als de dokter je doorverwijst. Je kunt zelf rechtstreeks met de Gooioord sportfysiotherapeut een afspraak maken. Welke afspraak of behandeling voor vergoeding in aanmerking komt, is afhankelijk van je verzekering.

Beginnende sporters – advies en begeleiding

Veel mensen willen wel sporten of bewegen, maar weten niet goed hoe. Wellicht herken je dat. Misschien is het al lang geleden dat je voor het laatst hebt gesport, ben je in de loop van de tijd zwaarder geworden of is het vanwege je handicap of chronische ziekte nu eenmaal niet zo eenvoudig om te gaan sporten.

De Gooioord sportfysiotherapeut kan je helpen bij het kiezen van een activiteit die bij je past. Hij is deskundig op het gebied van het menselijk lichaam en dan speciaal als het gaat om sporten en

bewegen. Hij kan je vertellen wát je kan doen en hóe je het kunt doen. Met andere woorden: hij geeft advies en kan je er ook bij begeleiden. Hoe gaat dat dan in zijn werk, vraag je je af? Wel, je belt Gooioord en maakt een afspraak. Tijdens die afspraak kun je vertellen wat je wilt en hij zal je van alles en nog wat vragen over je sportverleden en je gezondheid. Hij zal je ook zonodig testen en de FysioFitheidsScan bij je afnemen.

Een dergelijke test maakt hem (en jou) duidelijk hoe fit je bent. Ben je niet erg fit, wanhoop dan niet! Je bent immers op het juiste adres om fitter te worden. Want dat is de volgende stap! Gooioord begeleidt je hierbij. Dat kan tijdens elke training het geval zijn, of je komt een keer in de week langs om bij te praten en eventueel weer opnieuw een test te doen. Het is prettig te weten dat de Gooioord sportfysiotherapeut samenwerkt met andere (para)medici in jouw regio. Mocht je bijvoorbeeld ook naar een diëtist willen, dan stemmen de Gooioord sportfysiotherapeut en de diëtist hun begeleiding op elkaar af.

Sporters – advies en begeleiding

Je sport en met veel plezier! Je speelt competitie en je bent elke wedstrijd lekker fanatiek of misschien loop je voor jezelf twee keer per week hard met het plan om ooit nog eens een (halve) marathon te lopen.

Bekruipt je wel eens de vraag of je goed bezig bent? Of je wel effectief genoeg traint? Of je wel genoeg drinkt tijdens het tourfietsen elke zondagochtend? Begint het je een beetje te duizelen als je nieuwe loopschoenen moet kopen en je tegenstrijdige adviezen krijgt? Ben je zwanger en wil je graag zo lang mogelijk blijven sporten?

Ga eens langs bij Gooioord. Deze professional heeft zich als fysiotherapeut gespecialiseerd in de sport. Hij kan zich helemaal in jou als sporter verplaatsen en je vanuit zijn deskundigheid optimaal adviseren over alles wat met je sport te maken heeft. Wacht niet tot je een blessure hebt, maar vraag om advies als je bij elke service 'iets' in je schouder voelt. Laat eens naar de stand van je enkels kijken als je vaak zwikt en vraag welke schoenen je het beste kunt dragen of welke brace je kunt gebruiken.

Leg je trainingsschema ter voorbereiding op de marathon eens voor en kijk of je niet te hard (of te langzaam!) van stapel loopt. Gooioord heeft een groot netwerk binnen de sport en sportbegeleiding. Hier pluk jij de vruchten van, want hij kan je weer

doorverwijzen naar andere deskundigen, bijvoorbeeld een loopschoenenzaak, een diëtist, een masseur.

Geblesseerde sporters – behandeling en begeleiding

Je bent geblesseerd. Dat is balen! Natuurlijk wil je zo snel mogelijk weer in het veld staan of op de fiets zitten. Een sportgerichte behandeling en begeleiding bij Gooioord zorgt daarvoor.

Sport minded als hij is, weet de Gooioord sportfysiotherapeut hoe je je voelt en hij zal er alles aan doen om je zo snel mogelijk weer op niveau te krijgen. Natuurlijk analyseert hij eerst nauwkeurig wat er is gebeurd en behandelt hij je blessure na verwijzing door de arts. Maar hij adviseert je ook hoe je tijdens deze vervelende periode zo fit mogelijk kunt blijven. Je loopt dan zo min mogelijk achterstand op.

Is je blessure complex of vraagt de situatie specifieke aandacht, dan is het goed om te weten dat de Gooioord sportfysiotherapeut deel uitmaakt van een sportmedisch netwerk. Wanneer het nodig is, zorgt hij ervoor dat je bij een sportarts, manueel therapeut of een andere deskundige terecht kunt.

Kwaliteit erkend

Een sportfysiotherapeut is geen alleskunner of een wondertherapeut. Hij weet waar zijn deskundigheid ophoudt en zal u dan ook tijdig en gericht doorverwijzen. Hij werkt daarom nooit alleen, maar altijd vanuit een intercollegiaal netwerk van huisartsen, sportartsen, chirurgen en orthopeden, Sport Medische Instellingen, Olympische Steunpunten, Sportmasseurs, trainers en sportdiëtisten. Bovendien staat een erkende sportfysiotherapeut geregistreerd zodat hij u garantie geeft op een uitstekende kwaliteit van uw behandeling en begeleiding. Die garantie kan hij u bieden door de continue kwaliteitsverbetering waaraan hij werkt, in de vorm van verplichte scholing en de jaarlijkse toetsing en herregistratie van zijn kwaliteiten als sportfysiotherapeut.

Een Erkende sportfysiotherapeut staat ingeschreven in het kwaliteitsregister van de Nederlandse Vereniging van Fysiotherapie in de Sportgezondheidszorg, de NVFS. Deze vereniging is aangesloten bij het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie, de KNGF en is erkend door het Ministerie van VWS als officiële koepelorganisatie in de sportgezondheidszorg.

De NFVS is buitengewoon lid van het NOC*NSF en werkt met hen en Consument en Veiligheid samen in het meerjarenprogramma SPORTBLESSURE VRIJ. De NFVS is handvestondertekenaar van het landelijk actieprogramma Nederland in beweging! Van NOC*NSF in samenwerking met de Nederlandse Hartstichting, de Nederlandse Kankerbestrijding/KWF, de stichting Jeugd in Beweging en vele anderen.

