

THERAPEUTEN

Als u ouder wordt, ziet u vaak de beweeglijkheid van uw lichaam afnemen en de kwetsbaarheid toenemen. Wie hierdoor problemen krijgt met bewegen, kan bij ons terecht. Dat kan iemand van 83 zijn met Parkinson of een gebroken heup, maar net zo goed iemand van 58 met artrose in de knieën. Wij hebben de kennis en vaardigheden in huis om u te helpen uw mobiliteit te verbeteren. Ook kunnen wij u helpen om te gaan met een eventuele beperking van uw bewegingsmogelijkheden.

Ons streven: zoveel mogelijk herstel en behoud van uw beweeglijkheid en zelfstandigheid. Hoofddoel: gezond ouder worden.

Bij MMfysio werken gespecialiseerde ouderen-fysiotherapeuten (geriatrie-fysiotherapeuten). Zij bezitten gedegen kennis over de bewegingsproblemen en specifieke ziektebeelden waarmee u als oudere te kampen kunt hebben.

MALDERBURCH

Binnen onze praktijk in Malden verzorgen we fysiotherapeutische zorg voor de psychogeriatric afdeling en de somatische afdeling in zorgcentrum Malderburch.

mmfysio

Geriatric fysiotherapie



024-3580779



info@mmfysio.nl



www.mmfysio.nl

WAT IS GERIATRIE?

In deze folder vindt u meer informatie over '(geriatrische) Fysiotherapie bij ouderen'. Wij bieden individuele behandelingen fysiotherapie bij ouderdomsziekten, zoals beroerte, Parkinson en dementie. Ook als u in het dagelijks leven problemen ondervindt tijdens dagelijkse activiteiten kunt u bij ons terecht.

Hieronder vindt u een aantal voorbeelden van mogelijke problemen:

- Aan- en uitkleden
- Huishouden doen
- Lopen
- Transfers (bijv.: opstaan en/of gaan zitten)
- Inactiviteit
- Revalidatie (na operatie)

Komen bovenstaande problemen u bekend voor, dan is het mogelijk om een afspraak te maken met de fysiotherapeut om samen te kijken naar uw problemen. Door het ruime aanbod aan fysiotherapeutische zorg voor ouderen en de kennis en ervaring die er aanwezig is, kunnen wij ouderen op maat gemaakte zorg leveren die aansluit op de hulpvraag.

DOEL

Tijdens de therapie wordt er gestreefd naar het behoud, dan wel vergroten, van de zelfredzaamheid. Hierdoor wordt de kwaliteit van leven vergroot of behouden.

VALGEVAAR

Er zijn een aantal risico's die het valgevaar kunnen vergroten:

- Inactiviteit
- Angst om te vallen/bewegen
- Onzeker lopen
- Medicatie met uitwerking op de bloeddruk
- Medicatie met verminderd reactievermogen
- Slecht zien
- Duizeligheid

Als u zich in een aantal van deze punten herkent is het verstandig om eens contact op te nemen met de fysiotherapeut. Er zijn mogelijkheden voor individuele en groepsbehandelingen valpreventie.

VALPREVENTIE

Twee keer per jaar start er een valpreventiegroep van maximaal acht personen. De training duurt vijf weken, waarbij er twee keer per week één uur getraind wordt.

De training is bedoeld voor ouderen die in het afgelopen half jaar gevallen zijn of door hun valangst beperkt worden in het dagelijks leven.

De training begint met een intake waarbij gekeken wordt of u kunt deelnemen aan een groepstraining of beter geholpen bent met een individueel traject. Aan de intake en valpreventie training zijn kosten verbonden. Indien u voldoende aanvullend verzekerd bent, worden de kosten voor zowel de intake als de training vergoed door de zorgverzekeraar.

Tijdens de training komen de volgende aspecten aan bod:

- Valpreventie in parcoursvorm
- Hoe moet u vallen
- Vermindering van valangst in spelvorm