

Beste Lezer,

Met deze nieuwsbrief willen wij u informeren over de recente ontwikkelingen en bijscholingen binnen onze praktijk. Veel leesplezier!

Met vriendelijke groeten,
Melissa Smit-Mater en Carlijn Kraak
Oefentherapeuten Cesar

Kinderen met plas en poep problemen



Vanaf nu kunnen kinderen met plas en poepproblematiek ook bij Oefentherapie Cesar Nijkerk terecht. Melissa heeft de cursus hiervoor met goed gevolg afgerond. Je kunt hierbij denken aan kinderen die moeite hebben met zindelijk worden, last hebben van bedplassen, afwijkend plasgedrag, obstipatie of veel buikpijnklachten. Speciaal voor kinderen (4-12 jaar) met poep en plasproblemen is een behandeltraject opgesteld. Dit bestaat uit een analyse, voorlichting en specifieke oefeningen. Het kind leert de klacht beter begrijpen, verhelpen of verminderen.

Daarnaast heeft de ouder een belangrijke rol in de begeleiding van het kind. Ook zij krijgen handvaten om de klachten op een positieve manier te beïnvloeden.



Artrose Netwerk

Carlijn is aangesloten bij het Artrose Netwerk.

In 2009 is het Artrose Netwerk opgericht. Een netwerk, gericht op de meest optimale en wetenschappelijk onderbouwde behandelwijze van artrose, gegeven door oefentherapeuten Cesar en Mensendieck.

Het Artrose Netwerk is een monodisciplinair netwerk, maar heeft daarnaast oog voor multidisciplinaire behandel mogelijkheden. Het netwerk is gericht op alle vormen van artrose, dus beginnend en verder gevorderd, en op alle locaties, dus van handen, nek en rug tot aan heup, knie en voeten.

Het netwerk biedt naast hulp bij het bereiken van de persoonlijke behandel doelen ook, als onderdeel van de behandeling, extra informatie aan over artrose met het idee dat kennis over artrose bijdraagt aan een beter inzicht en dus beter om kunnen gaan met deze chronische aandoening, ook na het stoppen van de behandeling bij de oefentherapeut.

Het netwerk maakt gebruik van een goed onderbouwd protocol, steunend op drie pijlers;

- Oefentherapie Cesar en Mensendieck
- Graded Activity
- Wetenschappelijke onderbouwing/ het gebruik van best practise methodes.

Het netwerk heeft een eigen website met informatie voor oefentherapeuten, professionals en patiënten. Oefentherapeuten die gebruik maken van het behandelprotocol en lid zijn, staan op de website vermeld. Patiënten kunnen op die manier zien of een oefentherapeut bij hen in de buurt is aangesloten bij het netwerk. Patiënten kunnen, als zij in behandeling zijn, inloggen op de website alwaar zij online ondersteuning kunnen krijgen van hun therapeut en digitale informatie en oefeningen kunnen vinden.

Kijk voor meer informatie op: www.artrose-netwerk.nl

Chronische Pijn Netwerk

Melissa is aangesloten bij het Netwerk Chronische Pijn.

Het Netwerk Chronische Pijn introduceert een effectieve behandelwijze, die samen met de revalidatie artsen speciaal ontwikkeld is voor mensen met chronische pijn. De oefentherapeuten van het Netwerk Chronische Pijn werken inmiddels samen met meerdere verwijzers: revalidatieartsen, reumatologen, anesthesiologen en huisartsen.

In 2011 is er door oefentherapeuten een protocol ontwikkeld om patiënten met chronische pijn op een professionele en uniforme manier te begeleiden. Daarbij hebben ze zich geschoold in de behandeling en begeleiding van mensen met chronische pijnklachten. De basis van het protocol bestaat uit:

- Het biopsychosociale model
- Het avoidance en endurance model
- De methode oefentherapie Cesar/ Mensendieck
- Graded Activity
- Motivational Interviewing
- Educatie aan de hand van pijnverklaringsmodellen.\

Door het protocol te volgen, krijgt de patiënt weer grip op zijn eigen leven. Daarbij is de chronische pijn niet meer leidend, maar maakt het onderdeel uit van het leven.

Uitgangspunten bij de behandeling:

1. Inzicht in omgang met klachten (ziektepercepties en copingstijl, pijneducatie)
2. Waardevolle doelen (motivational interviewing)
3. Lichaamsbewustzijn
4. Balans in bewegen (oefentherapie Cesar/Mensendieck, Graded Activity).

Wilt u een patiënt met chronische pijnklachten verwijzen, dan is het belangrijk dat er een verwijsbrief door een arts wordt uitgeschreven met hierop 'behandeling volgens chronische pijn protocol'.

Meer informatie: www.netwerkchronischepijn.nl



Netwerk Chronische Pijn
SAMEN IN BEWEGING NAAR BETER

