

Andere vormen van Oefentherapie waarvoor u bij Oefentherapie de Keizer terecht kunt.

Bekkentherapie

Onze gecertificeerde bekkentherapeut richt zich op cliënten en patiënten met problemen in het gehele bekken- en ruggebied.

Er zijn veel klachten die te maken kunnen hebben met het bekken en de bekkenbodem. Het bekkengebied is de belangrijkste schakel binnen de totale bewegingsketen van gewrichten, banden en spieren in ons bewegingsapparaat. De bekkenbodemspieren zijn daarbij een van de belangrijkste spiergroepen, mede omdat ze zoveel verschillende taken moeten kunnen uitvoeren en daarbij functieonafhankelijk moeten kunnen werken. Bekkenbodemspieren moeten daarbij goed kunnen samenwerken met andere belangrijke spiergroepen zoals buikspieren, rugspieren en middenrif.

Als deze samenwerking niet meer optimaal is, kun je veel vervelende klachten krijgen zoals rugpijn, ongewild urineverlies of ongewild verlies van ontlasting, pijn in de onderbuik, een zwaar gevoel in de bekkenbodem, vaak blaasontsteking of vaginale infecties, obstipatie, ademproblematiek, pijn bij het vrijen. We denken bij klachten vaak aan te slappe spieren maar ook te gespannen spieren geven veel van bovenstaande klachten en komen zowel bij mannen en vrouwen als bij kinderen voor.

De Bekkentherapeut kan ingeschakeld worden bij/voor:

- Stoornissen in de werking van de bekkenbodem zoals
 - o een te zwakke bekkenbodem
 - o een te gespannen bekkenbodem
 - o seksuele problemen
 - o moeite met het ophouden van ontlasting en/of obstipatie
 - o ongewenst urineverlies
 - o een verzakking
- Bekkenpijn en/of bekkeninstabiliteit rondom de zwangerschap.
- Herstellen van de bekkenbodem en buikspieren na de zwangerschap.
- Lage rug en bekkenklachten.
- Si- problematiek / Si- blokkade.
- Klachten na een buik- of prostaatoperatie.

Voor meer informatie zie <http://www.bekkentherapeuten.nl>

Thuiszorgoefentherapie

Naast verpleegkundige zorg hebben thuiswonende cliënten steeds vaker functionele hulp nodig op het gebied van mobiliteit, balans, staan, lopen en transfers. Er kan ondersteuning worden geboden bij ontspanning, ademhaling en pijnbestrijding. Ook zijn aanpassingen in de woonomgeving, hulpmiddelen en ADL training vaker nodig om zo de zelfredzaamheid te verbeteren en gedurende langere tijd veilig thuis te kunnen blijven wonen.

De thuiszorgoefentherapie richt zich op de functionele revalidatie en resocialisatie van thuiswonende (kwetsbare) ouderen, mantelzorgers, chronisch zieken en terminale patiënten.

Doel is om de patiënt zo lang mogelijk, op een verantwoorde manier, in zijn/haar eigen leefomgeving te laten functioneren.

Onze thuiszorgtherapeut heeft een samenwerkingsverband met het Buurtzorg+ team Venray.

De directe betrokkenheid met het Buurtzorgteam, de gezamenlijke cliëntbesprekingen en de korte communicatielijnen worden door alle zorgpartners als een waardevolle aanvulling ervaren.

De Thuiszorgoefentherapeut kan ingeschakeld worden bij/voor:

- Kwetsbare balans in de thuissituatie
- Valpreventie
- Mobiliteitsbeperkingen
- ademhalingsklachten
- Mantelzorgondersteuning, wanneer de zorg fysiek te zwaar wordt
- De zorgverleners, wanneer de zorg fysiek te zwaar wordt
- Terminale cliënten
- Ontslag uit het ziekenhuis / revalidatie
- Opname-indicatie voor het verpleeghuis

Bedrijfsoefentherapie

De bedrijfsoefentherapeut Cesar is gespecialiseerd in het analyseren van houdingen en bewegingen en het aanleren van goede bewegingsgewoonten en toepassing hiervan in de specifieke werksituatie. Bedrijfsoefentherapie vindt in de werkomgeving plaats.

De bedrijfsoefentherapeut kan ingeschakeld worden bij/voor:

WERKPLEKONDERZOEK

Een werkplekonderzoek brengt eventuele knelpunten in werkinrichting, werkhouding en werkwijze helder in beeld.

INDIVIDUELE TRAINING; PREVENTIE EN/OF REÏNTEGRATIE

Een werknemer al dan niet met arbeidsgerelateerde klachten krijgt advies op maat, gericht op zijn werkhouding- en beweging, binnen zijn werkomgeving. Taken en handelingen worden kritisch onder de loep genomen. Tips en nieuw aangeleerde technieken kunnen direct op de werkplek in praktijk worden gebracht.

GROEPSTRAINING; PREVENTIE EN/OF REÏNTEGRATIE

Getraind wordt een gezonde werkhouding en -beweging, bewustwording van verkeerde en goede gewoonten en leren op een goede manier met het meubilair en hulpmiddelen om te gaan. Tevens krijgen de werknemers algemene informatie over het ontstaan en voorkomen van de klachten en worden simpele oefeningen aangeleerd, toe te passen tijdens het werk, ter voorkoming van klachten.