

## HANDFYSIOTHERAPIE

Wanneer men hand- en/of polsklachten heeft, ervaart men vaak veel problemen bij de Activiteiten van het Dagelijks Leven (ADL). Zo zijn problemen bij het grijpen, knijpen, dingen vasthouden en dragen, maar ook wringen, schrijven en knoopjes vast- of losmaken veel voorkomend. In de meeste gevallen zijn deze functies, met begeleiding, trainbaar. Een handfysiotherapeut kan deze begeleiding bieden.

Naast het trainen van functies kan de handfysiotherapeut ook door middel van massages en/of mobilisaties helpen met het verbeteren van de beweeglijkheid, het verminderen van vocht en het versoepelen van littekens waardoor de hand en arm weer beter kunnen gaan functioneren.

### METHODE

De handfysiotherapeut begint met het afnemen van de anamnese, tijdens dit eerste gesprek worden de klachten in kaart gebracht. Daarna zal een lichamelijk onderzoek plaatsvinden, hierin wordt gekeken naar de functies van de hand, pols en arm waaronder de beweeglijkheid en de kracht, ook wordt gekeken naar het functioneren van de hand tijdens verschillende handelingen. De handfysiotherapeut stelt dan een fysiotherapeutische werkdiagnose op.

### BEHANDELING

Met de fysiotherapeutische werkdiagnose en uw hulpvraag (wat wilt u graag weer kunnen doen) stelt de fysiotherapeut het behandelplan op. Het behandelplan kan zich op verschillende aspecten richten, dit is afhankelijk van uw specifieke klachten, problemen en situatie. Wanneer dit met u besproken is en u uw goedkeuring heeft gegeven, zal er met behandelen worden gestart. Aan elke behandeling gaat een korte evaluatie vooraf.

### INFORMATIE

Bent u geïnteresseerd of wilt u een afspraak maken? Neem dan contact op met:

FysioHoorn onder telefoonnummer 0229-215615

Veel succes, Meerjam Bouman (hand)fysiotherapeut/ MSU echografist