

Kindersportspreekuur

Waarom een kindersportspreekuur?

Sporten is gezond voor kinderen. Maar helaas neemt ook het aantal sportblessures fors toe. Uit cijfers van Veiligheid.nl blijkt dat de meerderheid van de geblesseerde sporters op de Spoedeisende Hulp-afdeling (SEH) jong is. In 2017 was de helft daarvan in de leeftijd van 9 tot en met 18 jaar. In 2016 zijn op de SEH 63.100 kinderen onder de 18 jaar behandeld met een (sport)blessure (sportblessures 2016, SEH-bezoeken, Veiligheid.nl).

De voornaamste oorzaak van de toename van blessures is het minder bewegen van 9-12 jarigen. Het aantal kinderen dat voldoet aan de beweegrichtlijnen 2017 (van de gezondheidsraad) is voor de leeftijd van 4 t/m 11 jaar slechts 55%, maar voor jongeren in de leeftijd van 12 t/m 17 jaar ligt dit percentage nog lager namelijk slechts: 28%!

Onderzoek van VUmc laat zien dat de motorische vaardigheden van kinderen steeds slechter worden en dat dit leidt tot een grotere kans op ernstig letsel. Bijvoorbeeld door een val tijdens bewegingsonderwijs. Bij kinderen zijn goed ontwikkelde motorische vaardigheden essentieel om sportblessures te voorkomen.

Daarnaast zien we een ontwikkeling bij sportende kinderen, namelijk dat zij dit steeds intensiever gaan doen.

Bij deze kinderen ligt overbelasting op de loer. De blessures die kinderen hierdoor oplopen zijn

weliswaar minder talrijk in aantal, dan de blessures bij de grote groep die te weinig beweegt, maar vormen wel een reëel probleem.

Voor wie?

Kinderen met een (sport) gerelateerde blessure, tot de leeftijd van 18 jaar. Dit wil zeggen dat zowel de peuters en kleuters met opvallend beweeggedrag of 'onhandige' kinderen tot pubers met een verstuite enkel bij ons terecht kunnen.

Wat houdt het sportspreekuur in?

Er wordt een screening gedaan door 2 gespecialiseerde therapeuten, namelijk een kinderfysiotherapeut en een sportfysiotherapeut. De sportfysiotherapeut heeft specifieke kennis over sportblessures en revalidatie hiervan, de kinderfysiotherapeut heeft specifieke kennis over het in ontwikkeling zijnde houdings- en bewegingsapparaat en het verbeteren van de motorische vaardigheden.

Na het consult wordt er geadviseerd wat het meest optimale behandeltraject is om tot een snel herstel van de blessure te komen en bij welke specialist(en) dit het beste gedaan kan worden.

De screening bestaat uit:

- Een vraaggesprek over aard en ontstaan van de blessure;
- Een lichamelijk onderzoek;
- Specifieke testen.

Welke behandel mogelijkheden zijn er?

Naar aanleiding van de screening kunnen de volgende behandeltrajecten worden voorgesteld:

- Sportfysiotherapie.
- Kinderfysiotherapeut
- Verwijzing naar huisarts.
- Verwijzing naar sportarts
- Verwijzing naar een orthopeed.
- Verwijzing naar podotherapeut.
- Advies t.a.v. belasting.

Er is een intensieve samenwerking met de huisartsen van de gezondheidscentra, de sportartsen van de Sport- en Beweegkliniek, de orthopeden van het Spaarne Gasthuis en de podotherapeuten van het Podocentrum Haarlemmermeer.

Wanneer en waar?

Iedere woensdagmiddag van 16.00 tot 16.30 uur bij de fysiotherapie van gezondheidscentrum Floriande, Waddenweg 1, 2134 XL Hoofddorp. Er hoeft geen afspraak te worden gemaakt, maar om eventueel wachten te voorkomen is dit wel raadzaam. Een verwijzing van de huisarts is niet nodig.

Kosten?

Kinderfysiotherapie wordt door uw zorgverzekeraar voor 18 behandelingen vergoed vanuit de basisverzekering.

Door wie?

Het sportspreekuur wordt gehouden door:

- Nathalie Rooijers, kinderfysiotherapeut MSc. lid van de NVFK
- Michael Kappers, sportfysiotherapeut MSc. lid van de NVFS

Algemene informatie

Nederlandse vereniging voor de kinderfysiotherapie: <https://nvfk.kngf.nl/>

Nederlandse vereniging voor de sportfysiotherapie: <https://nvfs.kngf.nl/>

Bewegen is goed, meer bewegen is beter!



Februari 2019

Locaties

Gezondheidscentrum Drie Meren
Hankstraat 1
2134 DT Hoofddorp

Gezondheidscentrum Floriande
Waddenweg 1
2134 XL Hoofddorp

Gezondheidscentrum Overbos
Muiderbos 212
2134 SZ Hoofddorp

Bereikbaarheid

Alle locaties zijn dagelijks geopend, locatie Floriande tevens op dinsdag- en donderdagavond.

Voor afspraken & informatie kunt u bellen naar het centrale nummer: 023 - 554 06 10.

Bij afwezigheid kunt u ten alle tijden een bericht inspreken en wordt u terug gebeld.

een mail sturen naar:

fysio@gchaarlemmermeer.nl

afspraakfysio@gchaarlemmermeer.nl

Informatie en online aanmelden via de website:

www.gchaarlemmermeer.nl

www.afspraakfysio.nl

