



'Altijd in beweging'

Centrum voor (sport)fysio-
en manuele therapie en
arbeidsre-integratie onder-
steunende programma's.

Kerkenbos 1077 | 6546 BB Nijmegen | Han Jager | Aswin van der Kamp
024 - 37 35 698 | www.jagervanderkamp.nl | info@jagervanderkamp.nl

Voor een afspraak:
www.jagervanderkamp.nl
info@jagervanderkamp.nl
tel. 024 - 37 35 698

www.jagervanderkamp.nl

De praktijk

Jager van der Kamp, therapie & training is een centrum voor fysiotherapie, sportfysiotherapie, manuele therapie en arbeidsre-integratie-ondersteunende programma's.

Ons centrum is geopend op werkdagen van 07.00 tot 19.00 uur, en zijn aan te passen naar gelang de zorgvraag.

Aanmelden voor therapie of training kunt u via info@jagervanderkamp.nl, telefonisch: 024 - 37 35 698 of via onze website www.jagervanderkamp.nl.

Doelstelling

Bij het opzetten van een eigen behandelcentrum houden wij onszelf drie doelstellingen voor ogen. Allereerst is dat de mogelijkheid onze plannen met betrekking tot fysiotherapie en arbeidsre-integratie zelfstandig uit te voeren. Daarnaast willen wij kwaliteit aan commercie koppelen.

Onze derde doelstelling is het opbouwen van een goede naam en marktleider worden in Nijmegen en later ook in de regio Arnhem/Nijmegen als het gaat om kwaliteit leveren op het gebied van het houdings- en bewegingsapparaat.

Imago en huisstijl

In onze werkwijze gelden 5 kernwoorden:

- Zakelijkheid
- Professionaliteit
- Klantvriendelijkheid
- Eenduidigheid
- Accuratesse

Fysiotherapie draait om het verlenen van zorg en heeft een sterk idealistische grondslag.

Zakelijke dienstverlening kent over het algemeen een professionele uitstraling.

Ons streven is dan ook een combinatie te bieden van professionele uitstraling, ethiek en commitment. Dit sluit aan op onze huisstijl: overzichtelijk, bondig en uitnodigend.

De therapeuten

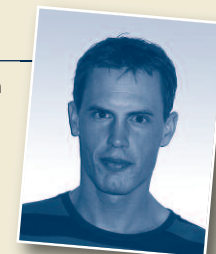
Han Jager

Han Jager studeerde fysiotherapie aan de Hogeschool Arnhem Nijmegen. Daarnaast volgde hij diverse opleidingen en cursussen. Zo behaalde Jager het diploma Physical Rehabilitation Trainer (PRT) A aan de International Academy for Sports Science (IAS) in Gennep. Jager volgde de basisopleiding van 1 jaar en behaalde daarmee een internationaal erkend diploma. Verder deed hij de nodige kennis op rond manuele therapie. Hij heeft de opleiding manuele therapie volgens methode Marsman afgerond. Momenteel verdiept hij zich in de methode Mulligan. In 2009 zal Jager een start maken met de geregistreerde opleiding manuele therapie volgens Maitland.



Aswin van der Kamp

Aswin van der Kamp voltooide de opleiding fysiotherapie aan de Hogeschool Arnhem Nijmegen. Hij behaalde aan het IAS in Gennep, het diploma Physical Rehabilitation Trainer (PRT) B. Deze opleiding biedt een alternatief voor de geregistreerde sportfysiotherapie-opleiding. Van der Kamp volgde tevens een IAS-cursus over voeding in relatie tot ziektebeelden en overgewicht en de wervelkolom-cursus Driedimensionale Arthrokinematische Mobilisatie (DAM) aan de Hogeschool Leiden. In 2010 rondt van der Kamp de opleiding Manuele Therapie af aan de School voor Manuele Therapie Utrecht.



Fysiotherapie



Therapieën

Van oudsher is fysiotherapie een breed vakgebied. Fysiotherapie komt voor uit 3 deelgebieden; krankengymnastiek, fysische therapie en massage. In onze praktijk kiezen wij er bewust voor om mensen te behandelen d.m.v. actieve revalidatie. Actieve revalidatie is eigenlijk training van het menselijk lichaam en komt voort uit de oefentherapie, voorheen krankengymnastiek geheten.

De behandeling van de fysiotherapeut kan verschillende doelen hebben. Bijvoorbeeld het verbeteren van de mobiliteit van een gewricht, het in stand houden ervan en het voorkomen van nieuwe klachten. Bij bepaalde klachten begeleidt hij patiënten bij het leren leven met een beperking en helpt hij bij een terugkeer in het arbeidsproces.

Onze fysiotherapeuten behandelen patiënten, met of zonder een verwijzing van een arts. Naast de curatieve behandeling zet de fysiotherapeut zijn deskundigheid ook preventief in, bijvoorbeeld bij het adviseren of begeleiden van patiënten.

Behandeling

Fysiotherapie start met een intake. Deze bestaat uit een vraaggesprek (anamnese) en uitvoerig lichamelijk onderzoek. Daarnaast worden uw persoons-, verzekerings- en verwijzingsgegevens opgenomen. Sluit onze expertise aan op de aard van uw klacht, dan gaan wij over tot het opstellen van een behandelplan. U kunt uitgaan van een behandel frequentie van 1 tot maximaal 3 consulten per week.

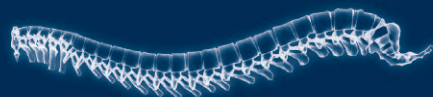
Actieve revalidatie

Zoals als eerder is genoemd is actieve revalidatie het hoofdbestanddeel van onze fysiotherapeutische interventies. Om tot actieve revalidatie te komen moeten een aantal randvoorwaarden goed zijn. Een voorbeeld is dat er een wenselijke gewrichtsmobiliteit aanwezig is. Het kan dus noodzakelijk zijn om eerste enkele behandelingen manuele therapie in te zetten voordat er tot actieve revalidatie over kan worden gegaan.

De actieve revalidatie vindt plaats via richtlijnen waarbij op een protocolmatige manier wordt gewerkt en kan ieder individu zijn of haar niveau het gewenste belastbaarheidniveau bereiken. Bij geen of onvoldoende behandelresultaat op de evaluatiemomenten zal met u worden besproken wat de vervolgstappen kunnen zijn. Dit kan zijn dat u bijvoorbeeld terugverwezen wordt naar de huisarts of specialist voor verder diagnostisch onderzoek.

Registratie

Onze therapeuten zijn geregistreerd in het B.I.G. en kwaliteitsregister. Wij werken volgens de richtlijnen van het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie.



Sportfysiotherapie



Blessures en klachten

Sportfysiotherapie is in eerste instantie bedoeld voor mensen die een blessure hebben opgelopen tijdens het sporten of daarbuiten en zo snel mogelijk hun sportbeoefening willen hervatten. Daarnaast is deze manier van therapie vaak ook geschikt voor klachten buiten het sporten. Na aanleiding van een gesprek en lichamelijk onderzoek wordt er bepaald wat de mogelijke oorzaak is van de klacht. In aanvulling op het standaardonderzoek wordt er binnen de sportfysiotherapie specifiek gekeken naar de eisen van de sport. Wat wordt er binnen de sport verwacht op het gebied van uithoudingsvermogen, kracht, snelheid en sport-specifieke eigenschappen? En uiteraard hoe wordt het aangedane weefsel binnen deze sport dan belast?

Trainingen

Door het volgen van speciale trainingsprogramma's en protocollen wordt de belastbaarheid van het aangedane weefsel vergroot. Zo zijn er voor de verschillende weefsels (bv. bot, spier, pees, kraakbeen) specifieke protocollen. Door het verbeteren van de belastbaarheid van het aangedane weefsel kan het de grotere belasting van de sportactiviteit weer beter verdragen, oftewel de klachten zullen afnemen. Naarmate de revalidatie vordert, gaat de training steeds meer richting de specifieke eigenschappen van de sport. Binnen de trainingen maken wij gebruik van de zogeheten vrije gewichten. Door het trainen met halters en halterstangen wordt er namelijk meer stabiliteit en coördinatie gevraagd dan tijdens het trainen op fitnessapparatuur. Daarnaast wordt stabiliteit van de romp gevraagd. Dit komt overeen met het bewegen tijdens de sport, maar ook tijdens het bewegen in het dagelijks leven. Bij instabiliteit van de romp verlopen activiteiten, zoals het werpen van een bal, minder goed.

Een zeer belangrijk ander voordeel van het werken met vrije gewichten is de enorme hoeveelheid te beoefenen variaties. Zo kunnen wij, afhankelijk van de mogelijkheden van de patiënt, het bewegingsverloop, de uitgangshouding en de uitvoering daarvan

aanpassen, zodat deze overeenkomen met de doelstellingen van de revalidatie. De mogelijkheden om de oefeningen een functioneler karakter te geven, zijn daardoor onuitputtelijk.

De actieve stabiliteit moet bij het onderzoek en revalidatie worden betrokken. Testen en trainingen met apparatuur, waarbij de diverse lichaamsdelen worden gefixeerd, zijn a-functioneel, leveren niet-relevante gegevens op en zijn als onderbouwing van een therapie dan ook weinig zinvol. De benodigde tijd om weer tot volledige sportbeoefening te komen, wordt niet alleen gedicteerd door het aangedane weefsel, maar ook door factoren zoals algemene belastbaarheid, conditie, voeding en stress.



Manuele therapie

Diagnose en behandeling

Manuele therapie is een vorm van therapie welke wordt toegepast bij lichamelijke klachten waarbij een verminderde beweeglijkheid van gewrichten ten grondslag ligt aan de klacht.

Een bewegingsstoornis van een gewricht ontstaat door een veranderde gewrichtsfunctie. Deze veranderde gewrichtsfunctie kan van invloed zijn op het desbetreffende gewricht maar ook op andere gewrichten en daardoor op het hele functioneren van het lichaam. Ieder mens is verschillend en ieder gewricht van een persoon is uniek met zijn eigen karakteristieken. Daar ten gevolge van heeft iedereen zijn eigen beweeglijkheid en bewegingsvoorkeuren.



Ons werkterrein bestaat uit het waarnemen van deze bewegingsvoorkeuren, individuele verschillen en plaatsen van de individualiteit binnen het klachtbeeld om zo een diagnose te stellen en een behandelplan te formuleren.

Manuele therapie komt in diverse vormen voor. Nederland kent een aantal voornamelijk richtingen in de manuele therapie. Onze praktijk handelt voornamelijk volgens de methode van der Bijl/de Utrechtse school. Van der Bijl is de grondlegger van de manuele therapie in Nederland.

Gemiddeld genomen zijn er tussen de 4 en 8 behandelingen manuele therapie noodzakelijk om een of meerdere bewegingsbeperkingen te verminderen/ op te lossen. Het kan noodzakelijk zijn om na de sessies manuele therapie nog fysiotherapie in de vorm van functionele training te ondergaan.

Opleidingen

Onze fysiotherapeuten zijn opgeleidt op diverse instituten zoals de Marsman Stichting, DAM aan de hogeschool van Leiden en de School voor Manuele Therapie Utrecht en de opleiding Maitland Manuele Therapie.

Arbeidsre-integratie

Programma's

Voor medewerkers die te maken hebben met (dreigend) ziekteverzuim bieden wij programma's aan die gericht zijn op het optimaliseren van de belastbaarheid. In de meeste situaties is een doorlooptijd van 2 tot 3 maanden noodzakelijk. Alle programma's worden onder continue begeleiding van een fysiotherapeut doorlopen.

Aanmelden voor onze programma's kunt u telefonisch of via de website doen, onder de kop 'aangemeld-verwijsformulieren'. Een korte uitleg over onze programma's staat hier onder beschreven. Nadere (prijs)informatie is op te vragen bij Han Jager en Aswin van der Kamp.



Opbouw programmatuur

Een programma bestaat ten minste uit de volgende onderdelen; intake, trainingssessies, voorlichtingssessies en evaluatiemomenten. Daarnaast kunnen onze therapeuten een bezoek aan de werkplek brengen en een terugkomactiviteit organiseren. Alle programma's hebben een minimale frequentie van 2 keer per week. De tijd per sessie is afhankelijk van de belastbaarheid van de werknemer en zal gemiddeld rond de 60 minuten bedragen. In een intake beoordeelen onze therapeuten of hun expertise voldoet aan de hulpvraag van de verwijzende instantie en de betrokken werknemer. Er vindt schriftelijk en telefonisch terugkoppeling naar alle betrokken partijen plaats. Tijdens de trainingssessies voert de werknemer een op maat gemaakt trainingsprogramma uit onder begeleiding van de therapeut.

Voorlichting

Voorlichting over het ontstaan van de klacht en de factoren die de klacht instandhouden vinden wij erg belangrijk. Wanneer een werknemer, maar ook werkgever de achtergronden van het ont-

staan en de instandhoudende factoren niet begrijpt zal de door ons aangeboden behandelwijze tot re-integratie onvoldoende effect sorteren.

Rapportage

Rapportage over het verloop van een programma vindt gemiddeld drie keer plaats: bij aanvang, halverwege en aan het einde van het programma. Bij bijzonderheden zoeken wij direct contact met alle betrokken partijen. Om een zo gericht mogelijk programma te maken, kan het nodig zijn dat wij de werkplek van de cliënt bezoeken. Zo wordt er een beter inzicht verkregen in de dagelijkse werkbelasting en werksituatie. Wij hanteren strikte doorlooptijden van onze behandelsessies en daardoor van de totale duur van een programma, zodat de tijdscontingente aanpak gewaarborgd blijft. Van onze cliënten vragen wij een duidelijke motivatie. Wanneer een cliënt zonder opgave van redenen niet komt opdagen op een afspraak wordt dit gezien als een motivationele reden. Drie maal niet komen opdagen betekend dat de behandeling vanuit Jager van der Kamp, therapie en training wordt beëindigd. Er zal dan aan de verwijzende instantie worden gerapporteerd.