

## Waarom u kunt rekenen op de beste behandeling

### Waarom u kunt rekenen op de beste behandeling

#### Specialist in beweging

Het menselijk lichaam is een verbazend knap en goed georganiseerd geheel van spieren, botten en gewrichten waar we dagelijks op moeten kunnen rekenen. Lopen, staan, springen, bukken, het zijn vaak volkomen vanzelfsprekende bewegingen. Dat bewegen niet zo vanzelfsprekend is, beseft u pas als u ergens last van krijgt. Als het lichaam even niet meer meewerkt. Degene die daar alles van afweet, is de fysiotherapeut: de specialist in beweging. Bij hem of haar kunt u terecht voor de behandeling van klachten, maar ook om (ergere) klachten te voorkomen. In deze folder leest u daar meer over. Wat de fysiotherapeut doet, hoe een behandeling in zijn werk gaat en hoe de kwaliteit gewaarborgd is. Kortom, een nadere kennismaking met uw fysiotherapeut.

Een nadere kennismaking met uw fysiotherapeut

#### Voor wie is de fysiotherapeut?

Jaarlijks gaan zo'n 2,5 miljoen mensen, jong en oud, naar de fysiotherapeut. Omdat ze klachten hebben vanwege hun houding of omdat een beweging problemen oplevert. Het kan gaan om sportblessures, klachten opgedaan tijdens het werk, klachten vanwege een ongeval of ziekte, een 'verkeerde' beweging of simpelweg omdat het lichaam ouder wordt. Uw fysiotherapeut adviseert, behandelt en begeleidt zodat u weer zo goed mogelijk uw dagelijkse leven kunt voortzetten. Gewoon boodschappen doen, op een verantwoorde manier sporten, weer aan het werk, of als u in een instelling verblijft, zelfs eerder naar huis. U leert hoe u door verantwoord bewegen verdere problemen kunt voorkomen of beperken.



#### Rechtstreeks toegankelijk

Sinds 1 januari 2006 is fysiotherapie voor iedereen rechtstreeks toegankelijk. Dit betekent dat u geen verwijfsbriefje meer nodig heeft voor de fysiotherapeut. Natuurlijk, u mag nog altijd eerst een afspraak maken bij de huisarts. Maar het hoeft in principe niet meer. Dat heeft voordelen. Zo komt u 'direct' bij de specialist in beweging terecht. Zodat u weer 'direct' kunt beginnen met werken aan uw herstel. De huisarts blijft de centrale rol spelen in de coördinatie van uw zorg. De fysiotherapeut zal de huisarts blijven informeren, tenzij u aangeeft dat u dat niet wenst.

#### Uw fysiotherapeut adviseert, behandelt en begeleidt

Afhankelijk van uw situatie gaat u naar een fysiotherapeut in een eigen praktijk of in een zorginstelling (ziekenhuis, revalidatiecentrum, bejaardenhuis of verpleeghuis). In sommige gevallen komt



de fysiotherapeut bij u thuis. Een behandeling duurt ongeveer een half uur per keer. Bij de eerste afspraak voert de fysiotherapeut een zogenaamde screening uit. Dit betekent dat hij eerst vaststelt of u bij de fysiotherapeut aan het juiste adres bent. Zo niet, dan kan hij u bijvoorbeeld doorsturen naar de huisarts. Wanneer u wel behandeld kan worden door de fysiotherapeut dan kan hij in overleg met u aan de slag. Op basis van een zo volledig mogelijk beeld van uw klachten stelt de fysiotherapeut samen met u een behandelplan op. Dit is maatwerk. Wel werken fysiotherapeuten met vaste richtlijnen als basis, maar uiteindelijk is elk mens weer anders. Elke klacht is anders en elk lichaam reageert anders.



Een belangrijk onderdeel van de behandeling is vaak oefentherapie. Deze is bedoeld om de bewegingsmogelijkheden van gewrichten te beïnvloeden en spierkracht te vergroten. En ook om een betere houding aan te leren, een beter evenwicht te realiseren en soms om een betere ademhalingstechniek te leren of te ontspannen. Als onderdeel van de behandeling doet u zelf oefeningen thuis. Deze worden toegespitst op uw situatie en mogelijkheden. Het gaat erom dat u zich ervan bewust wordt wat de beste manier van bewegen is en vertrouwen krijgt in uw lichaam. Ter ondersteuning van de oefentherapie kan de fysiotherapeut ook gebruik maken van massage en fysiotherapie.



De fysiotherapeut geeft ook preventief advies en voorlichting. Door gerichte begeleiding leert u voldoende en verantwoord te bewegen. Zo wordt u zich ervan bewust wat goed is en wat problemen veroorzaakt. Dit om herhaling of verergering van uw klachten te voorkomen. Daar bent u natuurlijk op lange termijn het meest bij gebaat. Het doel is dat u weer zoveel mogelijk zelfstandig kunt doen.

Het is belangrijk dat u zelf meewerkt aan het verminderen van uw klachten. Door oefeningen te doen, goed aan te geven wat u voelt en uitleg te vragen wanneer iets niet duidelijk is. Goede communicatie tussen u en uw fysiotherapeut draagt bij aan uw herstel.

### Verschillende soorten gespecialiseerde fysiotherapeuten

Binnen de fysiotherapie zijn er meerdere verbijzonderingen, dit zijn specialisaties. Op dit moment zijn de erkende verbijzonderingen de manuele therapie, kinderfysiotherapie, sportfysiotherapie, fysiotherapie voor ouderen (geriatrische fysiotherapie), bekkenfysiotherapie en fysiotherapie volgens de psychosomatiek. Daarnaast zijn er fysiotherapeuten die zich hebben toegelegd op de erkende deelgebieden van hart- en vaatziekten, tandheelkunde, lymfologie en bedrijf en arbeid. De erkende verbijzonderingen staan vermeld in het KNGF-centraal kwaliteitsregister.

### Tarieven en vergoedingen

Fysiotherapeuten mogen zelf hun tarieven bepalen. Als een fysiotherapeut betere service of kwaliteit levert, bijvoorbeeld ingeschreven staat in het Kwaliteitsregister Fysiotherapie, dan kan er een hoger tarief gelden. Iedere fysiotherapeut is verplicht om een tarievenlijst in zijn praktijk op te hangen. U kunt mede op basis hiervan bepalen bij welke fysiotherapeut u zich wilt laten behandelen.

In de basisverzekering wordt fysiotherapie slechts in een beperkt aantal gevallen vergoed: (1) fysiotherapie voor chronische patiënten (vraag uw fysiotherapeut) vanaf de tiende behandeling en (2) de eerste 18 behandelingen fysiotherapie voor jeugd tot 18 jaar.



Voor de overige patiënten wordt fysiotherapie in de meeste aanvullende verzekeringen vergoed. U kunt bij uw zorgverzekeraar nagaan hoe fysiotherapie wordt vergoed. Als uw zorgverzekeraar een contract heeft met uw fysiotherapeut ontvangt u geen factuur en wordt deze rechtstreeks aan de fysiotherapeut vergoed. De tarievenlijst is dan voor u van minder belang. Uw zorgverzekeraar kan u vertellen wat de vergoeding bij een gecontracteerde en eventueel bij een niet-gecontracteerde fysiotherapeut zal zijn.

**Zekerheid over kwaliteit**  
*De titel fysiotherapeut is wettelijk beschermd. Wie de officiële studie fysiotherapie heeft afgerond, aan alle basiseisen voldoet en staat ingeschreven bij de overheid, mag zelfstandig patiënten behandelen als fysiotherapeut. Om de kwaliteit van fysiotherapie nog verder te stimuleren, is door de beroepsorganisatie, het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF), het Kwaliteitsregister Fysiotherapie in het leven geroepen. Wie aan alle kwaliteitseisen voor behandeling, praktijkervaring, (bij)scholing en vakoverleg voldoet en werkt volgens de KNGF-richtlijnen, mag zich in het Kwaliteitsregister Fysiotherapie inschrijven en is daarmee registerfysiotherapeut.*

De fysiotherapeut  Specialist in beweging

**Meer informatie**  
*Als u nog vragen heeft, overleg dan met uw arts of fysiotherapeut. Wilt u meer informatie over fysiotherapie of zoekt u een registerfysiotherapeut bij u in de buurt? Ga dan naar [www.fysiotherapie.nl](http://www.fysiotherapie.nl)*

Uw fysiotherapeut:



**Uw lichaam verdient de beste behandeling**

Uitgave:  
Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie, Amersfoort.

De fysiotherapeut  Specialist in beweging