

# PRAKTIJKFOLDER



**FYSIOTHERAPIE GROEP  
M. TIMMERMAN**

**Gecertificeerd voor:  
Triggerpoint  
Dryneedling**

**Specialisatie:  
Behandeling van  
nek-, schouder- en armklachten**

## **Algemeen**

Deze folder is bedoeld om u te informeren over de werkwijze van de praktijk en u te wijzen op zaken zoals verzekeringsrecht en specifieke behandel mogelijkheden.

## **Het maken van een afspraak**

Voor het maken van een afspraak is een verwijsbrief van uw arts niet noodzakelijk. U kunt telefonisch een afspraak maken, een bericht inspreken op het antwoordapparaat, of een e-mail sturen. De fysiotherapeut zal zo spoedig mogelijk contact met u opnemen en binnen 3 dagen een afspraak met u maken.

## **Eerste afspraak**

Voor de eerste afspraak wordt u verzocht om het volgende mee te nemen:

- de eventuele verwijsbrief
- verzekeringspasje
- handdoek
- intakeformulier

U kunt dit formulier downloaden van de site [www.fysiotherapiegroep.nl](http://www.fysiotherapiegroep.nl) onder de menuknop "Download formulieren".

## **Intake en onderzoek**

Aan het begin van de behandeling vindt de intake plaats. De intake en het daarna volgende onderzoek zijn bedoeld om een zo compleet mogelijk beeld te krijgen van uw algemene gezondheid, van de oorzaak, het

verloop van uw klacht en van uw verwachtingen. Aansluitend op deze intake kan de behandeling worden gestart.

## **Behandeling**

De fysiotherapeut zal in overleg met u een behandelplan opstellen. De behandelingen duren doorgaans een half uur. Afhankelijk van uw klachten kan de behandeling bestaan uit algemene fysiotherapie zoals oefentherapie, mobilisaties, massagetherapie en fysische therapie of uit gespecialiseerde triggerpoint dryneedling therapie.

## **Triggerpoints**

Uit diverse onderzoeken is gebleken dat zeer veel klachten worden veroorzaakt door zgn. triggerpoints in spieren. Een triggerpoint is een voelbare lokale verharding in de spier welke verantwoordelijk kan zijn voor:

- lokale pijn tijdens bewegen
- diepe zeurende uitstralende pijn
- bewegingsbeperking en stijfheid
- krachtsverlies
- tintelingen

Triggerpoints kunnen worden behandeld met manuele technieken en met dryneedling.

## Dryneedling

Dryneedling is een zeer effectieve en snelle methode om triggerpoints te behandelen. Door middel van het inbrengen van een dunne naald wordt het triggerpoint gedeactiveerd, waardoor de spier ontspant en de klachten verdwijnen. Dryneedling is effectief bij o.a.

- uitstralende pijn en tintelingen in arm, bil of been
- nekklachten
- spanningshoofdpijn, migraine
- kaakpijn
- duizeligheid
- oorsuizen
- whiplashklachten
- schouderklachten
- frozen shoulder
- tennisarm of golfersarm
- acute en chronische rugklachten
- gewrichtsaandoeningen zoals reuma en artrose
- fibromyalgie
- sportblessures

Uw fysiotherapeut zal alleen met uw toestemming dryneedling toepassen.

## Andere klachten en behandeling

Ook voor andere klachten en behandelingen kunt u op de praktijk terecht, zoals:

- houdingsgymnastiek
- taping
- revalidatie na operaties
- therapie voor bekkenbodemplakten
- ademhalingstherapie voor bijv. hyperventilatie

## Verzekering

Bent u aanvullend verzekerd dan wordt de therapie geheel of gedeeltelijk vergoed. De praktijk heeft een contract met nagenoeg alle zorgverzekeraars. Het is uw eigen verantwoordelijkheid om na te gaan hoe u precies verzekerd bent. De polisvoorwaarden kunnen jaarlijks wijzigen.

De kosten van de behandelingen worden rechtstreeks gedeclareerd bij uw verzekeraar. Indien u niet aanvullend verzekerd bent ontvangt u een factuur en gelden de tarieven zoals deze vermeld staan op de site [www.fysiotherapiegrou.nl](http://www.fysiotherapiegrou.nl), onder de menuknop "Download formulieren". Annuleert u een gemaakte afspraak tenminste 24 uur van tevoren, dan zal deze niet in rekening worden gebracht.

## Huisbezoeken

Als het voor u niet mogelijk is om naar de praktijk te komen, bezoekt de fysiotherapeut u thuis.

## Klachtenregeling

De praktijk hanteert de klachtenregeling van het KNGF. Zie hiervoor: [www.defysiotherapeut.com](http://www.defysiotherapeut.com)

## Adresgegevens

Oostergoostraat 42-44  
9001 CL Grou  
M: 0613269400  
E: [info@fysiotherapiegrou.nl](mailto:info@fysiotherapiegrou.nl)  
[www.fysiotherapiegrou.nl](http://www.fysiotherapiegrou.nl)

## Openingstijden

Maandag :08.00-16.00 uur  
Dinsdag :08.00-20.00 uur  
Woensdag :08.00-14.00 uur  
Donderdag :08.00-20.00 uur  
Vrijdag :08.00-14.00 uur  
Andere openingstijden zijn op afspraak mogelijk.

## Registraties:

- BIG register
- Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie
- Centraal Kwaliteitsregister Fysiotherapie
- Myofasciale Pijn Seminars Groningen (dryneedling)

## Zoekt u meer informatie?

[www.fysiotherapiegrou.nl](http://www.fysiotherapiegrou.nl)  
[www.defysiotherapeut.com](http://www.defysiotherapeut.com)