



Sportspreekuur via DTF op MAANDAG

Sportdeelname onder de Nederlandse bevolking van 6 tot 79 jaar is gestegen van 61 % in 2003 naar 65% in 2007. Dit betekent ook een toename van het aantal sportblessures (jaarlijks 3.5 miljoen, waarvan 1.4 miljoen medisch behandeld worden).
(bron:www.sportservicedesk.nl)

Per 1 augustus 2011 biedt SKS fysiotherapie een snelle toegang voor alle sporters om direct gescreend te kunnen worden door een sportfysiotherapeut*. Opgelopen blessures in het weekend worden beoordeeld, indien nodig behandeld, en bij sprake van een complex trauma worden de patiënten doorverwezen naar het Sport Medisch Adviescentrum (SMA) in Assen of Groningen.

Iedere maandag van 11.00 uur tot 13.00 uur is er een sportspreekuur.
Locatie: Thorbeckelaan 201 te Assen.

Voor afspraken bellen op maandagochtend vanaf 8.00 uur. Tel: 0592-343910

Functional Movement Screen en Selective Functional Movement Screen.

Per 1 augustus biedt SKS fysiotherapie een unieke kans aan alle sporters om getest te kunnen worden middels de FMS en de SFMS.

Wat is de Functional Movement Screen?

De FMS is een product van een trainingsfilosofie dat beter bekend staat als functional movement. De filosofie hiervan is het ontwikkelen van oefen en trainingsprogramma's die gebaseerd zijn op individuele bewegingspatronen.

- Met behulp van de screen identificeren van functionele beperkingen en asymmetrie die bewezen invloed hebben op verhoogd risico van blessures.
- Deze issues kunnen een negatieve invloed hebben op de effecten van functionele en fysieke training en een verstoring geven van de 'body awareness'.
- Aanleren van oefeningen om functioneel bewegen en kracht te verbeteren voor elk individu.

De filosofie achter het systeem zit hem in het feit dat voor het verbeteren van performance, het hele lichaam goed moet functioneren. Als we het lichaam zien als een keten van aaneengeschakelde elementen, dan is het logisch en aannemelijk dat een zwakke schakel de gehele keten beïnvloedt. Het negeren van de zwakke schakel verhoogt het risico op blessures, maar het sterker maken van de 'verkeerde' schakel zal de verstoorde integriteit van het hele systeem echter niet verbeteren. Met de FMS is het mogelijk om de zwakke schakel op te sporen en te herstellen die mogelijk de bewegingsketen negatief beïnvloedt ten aanzien van gezond bewegen



De **Selective Functional Movement Assessment (SFMA)** is een serie van 7 full body bewegingstesten die ontwikkeld zijn om fundamentele bewegingen zoals bijvoorbeeld squatten en voorover buigen te onderzoeken bij musculoskeletale (pijn)klachten.

Wanneer het klinisch onderzoek is geïnitieerd vanuit het perspectief van bewegingspatronen, dan heeft de therapeut de mogelijkheid om belangrijke beperkingen in de keten te analyseren die in eerste instantie geen relatie lijken te hebben met de aanwezige klacht, maar uiteindelijk toch de oorzaak zijn van deze beperking of dysfunctie.

Ons bewegingsapparaat laat voorspelbare compensatoire bewegingspatronen zien als respons op pijn of bij de aanwezigheid van zwakte, stijfheid of structuurafwijkingen. Na verloop van tijd zal deze door pijn gediceerde beweging leiden tot 'beschermend' bewegingsgedrag, of zelfs de angst om te bewegen. Dit resulteert uiteindelijk in klinische waarneembare beperkingen, zoals gewricht beweging`s beperkingen , spierlengte veranderingen en afname in kracht. Een puur lokale benadering voor de evaluatie of behandeling van de klacht zal in veel gevallen niet leiden tot volledig herstel van de functie. (bron: www.humanmotion.nl)

Voor afspraken neem contact op met onze secretariaat.