

Sportfysiotherapeutische casuïstiek

Patiënt 1

Jeanne Janssons, 56 jr - getrouwd, artrose heupen en knieën.

Jeanne heeft veel pijnklachten aan haar heupen en knieën. Er is artrose bij haar vastgesteld in beide knieën en heupen. Toch zijn haar klachten heftiger dan je op grond van de artrotische verschijnselen zou verwachten.

Een belangrijke factor die haar forse pijnklachten zou kunnen verklaren is het feit dat Jeanne weinig beweging heeft op dagelijkse basis. Ze vermijdt veel activiteiten, wil niet te lang belasten omdat 'ze de artrose niet erger wil maken door haar gewrichten te zwaar te belasten'. Ze is er daarom maar voorzichtig mee, zo geeft ze meermaals aan.

Ze heeft milde hartklachten, heeft een BMI van 29 en is bekend met migraine. Werken doet ze niet; haar huishouden is super netjes, daar stopt ze energie in.

Patiënt 2

Abdi Gubur, 62 jr, COPD Gold 2

Abdi is een leuke vrolijke man. De glimlach is op zijn gezicht gebakken zou je kunnen zeggen. Ondanks zijn COPD is hij actief in van alles en nog wat. Niet dat hij dan veel fysiek actief is, dat lukt hem niet meer. Maar dingen regelen, contacten, netwerken, en zo meer, dat lukt prima.

Na jaren is hij gestopt met roken. En nu zegt men dat hij meer zou moeten gaan bewegen. Maar daar wordt ie al heel snel benauwd door. Dat maakt dat hij niet staat te springen.....

Alternatief scenario

Stel dat Abdi niet is gestopt met roken en inmiddels wel regelmatig aan bewegen doet, deels onder jouw begeleiding. Hoe zou je het gesprek over roken dan aanpakken?

Patiënt 3

Kars Breedveld, 19 jr, voetbalt 2^e divisie niveau nationaal, hamstring blessure

Kars is een talentvolle voetballer. Hij speelt in de spits, scoort veel en makkelijk. En droomt ervan om in ieder geval uiteindelijk in de Nederlandse eerste divisie betaald voetbal te kunnen spelen.

Hij wordt al een jaar geplaagd door een hamstring blessure. Naast trainen van de hamstrings en dry needling behandelingen blijkt nu toch ook (relatieve) rust een belangrijk aspect te zijn dat zou kunnen zorgen voor herstel. Daar is Kars inmiddels ook wel achter (en van overtuigd). Maar de uitvoering hiervan lukt vaak toch niet helemaal. Vaak doet hij toch weer net wat meer dan hij met jouw (fysiotherapeut) heeft afgesproken.....