

## **Wat is fysiotherapie in het water?**

Fysiotherapie in het water is een vorm van oefentherapie die in het water uitgevoerd wordt. Het doel van de therapie is het verminderen van pijn en het verbeteren van de conditie, de beweeglijkheid en kracht.

Bij fysiotherapie in water wordt dankbaar gebruikt gemaakt van de natuurkundige eigenschappen van het water.

Denk hierbij aan het drijfvermogen dat veroorzaakt wordt door de opwaartse kracht. Dit zorgt voor meer bewegingsvrijheid. De druk van het water, de viscositeit en de warmte van het water zorgt voor een positieve fysiologische werking in het lichaam.

Zoals vermindering van stijfheid van gewrichten en ontspanning van de spieren.



### **Dorpsplein**

Dorpsplein 6 – 7  
3233 AL  
Oostvoorne

### **Medisch centrum Rockanje**

Duinoordlaan 1  
3235 AH Rockanje

### **Zwembad 't Wapen van Marion**

Zeeweg 60  
3233 CV Oostvoorne

### **Zwembad de Rozenburcht**

Zuidzijde 35  
3181 LR Rozenburg



**0181 – 48 45 25**



**06 – 386 986 86**



**info@fysiovoorne.nl**



**www.fysiovoorne.nl**



Buitengewoon in bewegen

## **Fysiotherapie in het water**

Bij FysioVoorne bestaat de mogelijkheid om fysiotherapie in het water te beoefenen.

Wij hebben hiervoor twee locaties:

- De Rozenburcht, Rozenburg
- Hotel 't Wapen van Marion, Oostvoorne

Het zwembad bestaat uit een diep en ondiep gedeelte. Er wordt een temperatuur van 30 graden aangehouden.

## Voor wie

Trainen in de oefenzaal kan soms te vermoeiend of pijnlijk zijn. U komt in aanmerking voor fysiotherapie in water bij de volgende aandoeningen:

- Artrose
- Reumatische klachten
- Revalidatie na een nieuwe knie/heup/schouder etc.
- Parkinson
- Revalidatie na een beroerte (CVA)
- Neurologische aandoeningen
- Spierziekten
- Gebonden aan een rolstoel
- Valpreventie
- COPD
- Hartfalen

Door het ondiepe gedeelte van het zwembad kan fysiotherapie in water ook geschikt zijn wanneer u niet kunt zwemmen. Dit kunt u bespreken met uw fysiotherapeut.

## Bij FysioVoorne

Oefentherapie in het water kan individueel of in groepsverband worden gegeven onder begeleiding van de fysiotherapeut. Deze is in het bezit van een EHBO en redden zwemmen certificaat.

Gedurende de therapie worden verschillende oefeningen uitgevoerd, waarbij vaak gebruik gemaakt wordt van drijfmiddelen.

Tijdens de fysiotherapie in water is het verplicht om badkleding te dragen. Daarnaast is het voor de veiligheid belangrijk om op goede badslippers te lopen voordat u het bad in gaat.

## Vergoeding

Fysiotherapie in water wordt door de zorgverzekeraar vergoed vanuit het aanvullende pakket. U kunt dit nazoeken in uw polisvoorwaarden. Mocht u niet aanvullend verzekerd zijn dan komen de kosten voor eigen rekening.

### Corona beleid

Wij volgen de richtlijnen van het RIVM en onze beroepsgroep. Meer informatie kunt u terug vinden op onze website.

### Zwemtijden

Wij verwijzen u graag naar onze website voor de actuele zwemtijden.

**Wilt u een afspraak inplannen of heeft u vragen? Aarzel dan niet om contact op te nemen.**

**Geef bij de aanmelding aan dat het om fysiotherapie in water gaat. Vervolgens wordt u ingepland voor een intakegesprek bij de fysiotherapeut.**