



Praktijk voor natuurgeneeskundige therapie

Semper Vitalis

Altijd Vitaal !

Triggerpoint therapie
Ontspannende massages
Sportmassage & verzorging
Natuurgeneeskundige therapie

De eerste afspraak

De eerste afspraak bij sportmassage en natuurgeneeskundige therapie:

Tijdens de eerste afspraak, worden een aantal belangrijke zaken besproken. De verdere behandeling geeft dan het best mogelijke resultaat en optimale tevredenheid.

Anamnese

Voorafgaande aan de behandeling kunnen een aantal vragen worden gesteld over u zelf; over uw gezondheid, beroep, sportactiviteiten, hobby's, blessures uit het verleden en uw eventuele huidige klachten. Dit geeft een goed beeld van uw dagelijkse bezigheden en de belasting daarvan op uw lichaam. Daarnaast zegt het ook iets over uw blessuregevoeligheid. U kunt aangeven wat de reden van uw bezoek is en wat uw verwachtingen zijn van de behandeling(en).

Het is belangrijk om te kijken of er eventueel "contra-indicaties" op gezondheidsgebied zijn. Als dat het geval zou zijn wordt u eerst doorverwezen naar de fysiotherapeut of huisarts.

Voorbeelden voor contra-indicatie zijn o.a.: koorts, infectieziekten, veel pijn, extreme vermoeidheid, besmettelijke huidaandoeningen, ziektes, duizelig, misselijk, psychische problemen. Soms mag er niet op een bepaalde plaats worden gemasseerd, maar op andere plaatsen wel.

Inspectie

In sommige situaties is het nodig om een gedeeltelijke of algehele lichaamsinspectie te doen. Voor de inspectie van uw lichaam is het van belang dat u zich ontkleedt. Het ondergoed kunt u natuurlijk aanhouden.

Ook uit de inspectie kunnen eventuele contra-indicaties naar voren komen waardoor verdere behandeling nog niet kan plaatsvinden. De resultaten uit de inspectie worden vastgelegd in het inspectieformulier. Wat in de formulieren staat wordt met u besproken en ter kennisname ondertekend.

Funcieonderzoek

In een functieonderzoek wordt er gekeken naar de werking van het "bewegingsapparaat". De bevindingen van het functieonderzoek worden vastgelegd in het functieonderzoek-formulier. Wat in de formulieren staat wordt met u besproken en ondertekend. Een voorbeeld van het formulier kunt u downloaden op de webpagina overige informatie.

Stappen/behandelplan

Op basis van de verkregen informatie uit de anamnese, inspectie en het functieonderzoek stelt de sportmasseur samen met de cliënt een stappen/behandelplan vast. Op het stappenplanformulier wordt vermeld hoe de behandeling er uit ziet, wat de planning is en wat de verwachtingen zijn van het resultaat. Zo weet u wat u kunt verwachten. Als de behandelingen in de loop der tijd niet het gewenste effect hebben worden de doelstellingen en het tijdpad in overleg met u bijgesteld. Het stappen/behandelplan wordt door u en mij ondertekend en is een belangrijk hulpmiddel tijdens de behandeling.

Behandeling

De behandeling bestaat uit massages van het probleemgebied, Ook kan ik adviezen geven over mogelijke belasting (sporttraining, werk), sportmateriaal, voeding, lichaamsverzorging etc. en eventuele risico's. Aanvullend kan ondersteuningsmateriaal worden aangelegd zoals sporttape en bandages. Tijdens de behandeling worden delen van het lichaam die niet worden behandeld, afgedekt met kleding of met handdoeken om kou te voorkomen en u een beschermd gevoel te geven.



Uw persoonlijke keuze voor de masseur:

U dient zelf een keuze te maken van wie u de massage wilt hebben. Zowel de ontspanningsmasseur als de natuurgeneeskundig therapeut kunnen de ontspanningsmassage geven.

Echter in de volgende 3 situaties wordt u geholpen door een natuurgeneeskundig therapeut/sportmasseur:

- Wanneer u een overbelasting heeft wordt u geholpen door een therapeut/sportmasseur.
- Wanneer u een blessure heeft wordt u geholpen door een therapeut/sportmasseur.
- Op zondagen en feestdagen wordt u geholpen door een therapeut/sportmasseur.
- Bij een massage aanbieding wordt u geholpen door een therapeut/sportmasseur.

Bij behandeling van een minderjarige cliënt is toestemming van de wettelijk vertegenwoordiger vereist. Het heeft de voorkeur dat er voorafgaand aan- of bij de eerste behandeling een wettelijk vertegenwoordiger aanwezig is.