

Gesuperviseerde looptraining via Chronisch Zorgnet

Chirurgie



Beter voor elkaar

Inleiding

Van uw behandelend vaatchirurg, de verpleegkundig specialist vaatchirurgie of de arts assistente chirurgie heeft u te horen gekregen dat u last heeft van claudicatio intermittens, oftewel 'etalagebenen'. Patiënten met deze klachten moeten na het lopen van een bepaalde afstand even stil blijven staan omdat ze pijn krijgen in één been of in beide benen. De oorzaak van deze klachten is een vernauwing of afsluiting in de slagaderen naar of in het been/de benen. Hierdoor komt er bij inspanning te weinig zuurstofrijk bloed bij de spieren. Dit kunt u voelen als (branderige, zeurderige) pijn of kramp tijdens lopen, traplopen en heuvels oplopen. Afhankelijk van de plaats waar de vernauwing of verstopping in de slagader zit, kunnen deze klachten optreden in billen, bovenbenen, kuiten of voeten. De vernauwingen of afsluitingen gaan niet meer vanzelf open. Wel is het lichaam in staat nieuwe bloedvatjes te vormen en bestaande bloedvaten verder te ontwikkelen. Deze bloedvaten worden collateralen genoemd.

Behandeling

Door looptraining krijgt het lichaam een prikkel tot het vormen van collateralen en zal uw pijnvrije en maximale loopafstand verbeteren. Zo kan bijvoorbeeld een dotterprocedure of een operatie veelal worden voorkomen. Het hangt er uiteraard vanaf hoe ernstig de klachten en verschijnselen van de patiënt zijn. De klachten die u heeft worden ingedeeld in de classificatie van Fontaine. (Zie voor uitgebreide informatie de folder 'Looptraining'.) In eerste instantie wordt altijd gestart met gesuperviseerde looptraining. Hiervoor wordt u doorverwezen naar een fysiotherapiepraktijk met speciaal geschoolde therapeuten die zijn aangesloten bij het landelijke kwaliteitsnetwerk Chronisch Zorgnet.

U krijgt hierna 3 afspraken om de resultaten van de looptraining te bespreken. na à 3 weken een belafsprak om te controleren of het gelukt is met het aanmelden bij een fysio praktijk, à 3 maanden een belafsprak om te bespreken hoe het lopen gaat en na à 6 maanden een poliklinische controle om het effect/de voortgang van de looptraining te bespreken. Tevens neemt u dan een overdracht mee van de fysio waar de resultaten van de looptraining op staan.

Vanaf de volgende pagina vindt u adressen van enkele fysiotherapeuten die zijn aangesloten bij Chronisch Zorgnet. Daar kunt u zelf een afspraak maken. Niet alle deelnemende fysiotherapiepraktijken kunnen vermeld worden in deze folder. U kunt via de website van Chronisch Zorgnet alle deelnemende fysiotherapiepraktijken bekijken. Hier kunt u uw adres of postcode invoeren om te bekijken welke praktijk zich het dichtst bij u bevindt.

Website Chronisch Zorgnet: www.chronischzorgnet.nl



Regio Rotterdam (–Zuid) e.o.

Axis Fysio

Prins Hendrikkade 98 a+b

3071 KH Rotterdam

T 010 280 01 60

E info@axisfysio.nl

Vonder Fysio Fit

Vonder 52

3075 TP Rotterdam

T 010 419 13 53

E info@vonderfysiofit.nl

Fysiotherapie Rotterdam

Rosestraat 123

3071 JP Rotterdam

T 010 307 2004

Blijdorp–Zuid 1

2992 LD Barendrecht

T 010 307 2004

Laan op Zuid

Rotterdam

T 010 307 2004

Persoonshaven 650

3071 CL Rotterdam

T 010 307 2004

Centrum Vrouw Centraal

Burgemeester Hazenberglaan 411

3078 HG Rotterdam

T 010 753 16 36

Praktijk Zuidwijk–Pendrecht

Almstein 23
3085 NA Rotterdam Zuidwijk
T 010 480 58 97

Angelslo 80
3085 AC Rotterdam Zuidwijk
T 010 481 06 29
E info@zuidwijk–pendrecht.nl

Arthron Medische training & fitness

Admiraal de Ruyterweg 43a–47a
3031 AA Rotterdam
T 010 433 43 03

Fysiotherapie Mijnsherenlaan

Mijnsherenlaan 71a
3081 GE Rotterdam
T 010 486 51 80

Fysiotherapie Dreef

Dreef 58
3075 HC Rotterdam
T 010 432 06 06

010–Fysio

Abraham Kuyperlaan 82A
3038 PN Rotterdam
T 010 467 79 16

Fysiotherapie Erkelens

Baarlandhof 21
3086 EA Rotterdam
T 010 493 35 44

Fysiotherapie Roerdomplaan

Roerdomplaan 10
3084 NM Rotterdam
T 010 481 11 55

Wellness Fysiotherapie Tenwolde

Ommoordsehof 11
3056 JR Rotterdam
T 010 220 70 78
E praktijk@wellnessfysio.nl

MTC Oosterflank

Varnasingel 600 (achterzijde gebouw de Oosterwiek)
3067 EZ Rotterdam
T MTC: 010 209 81 07, **T** Fysiotherapie: 010 455 34 95
E mtc-oosterflank@hetnet.nl

Praktijk voor Fysiotherapie Verzamelgebouw

Strevelsweg 700/kamer 513
3083AS Rotterdam
T 010 480 01 70
Fysiotherapeut: Nico Renes

Regio Capelle aan den IJssel

FysioCapelle

Filosofentuin 2

2908 XB Capelle ad IJssel

T 010 264 04 40

IJsselland Ziekenhuis

Prins Constantijnweg 2

2906 ZC Capelle ad IJssel

T 010 258 51 55

Fysiotherapie Fascinatio

Fascinatio Boulevard 1124

2909 VA Capelle ad IJssel

T 010 288 11 28

Regio Barendrecht, Alblasserdam

Dok 11 Fysiotherapie Donkervoort/ de Groot

Parallelweg 11

2951 BS Alblasserdam

T 078 691 20 33

E fysiotherapie@dok11.nl

Fysiotherapeut: Lina van Dongen

Fysiotherapie 't oude Dorp

Dorpsstraat 139

2992 BD Barendrecht

T 0180 61 80 21

Fysiotherapie Carnisselande

Middeldijkerplein 8

2993 DL Barendrecht

T 0180 62 72 71

Regio Heinenoord, Mijnsheerenland, Westmaas, Klaaswaal en Numansdorp

Apex Fysiotherapie en Manuele Therapie

Van Koetsveldlaan 24

3273 AL Westmaas

T 0186 57 31 50

Fysiotherapeuten: Ruud Jeltjes – info@apexfysiotherapie.nl

Fysiotherapie Heinenoord

Emmastraat 2a

3274 AC Heinenoord

T 0186 60 43 40

E info@fysiotherapieheinenoord.nl

Regio Ridderkerk, IJsselmonde en Lombardijen

Dante Fysio

Dantestraat 456

3076 KV Rotterdam (Lombardijen)

T 010 432 82 25

E info@dantefysio.nl

Bakker en Bouter fysiotherapie b.v.

Zeemanstraat 2

2984 ER Ridderkerk

T 0180 42 16 54

E info@bakkerbouterfysio.nl

Regio Hoogvliet, Pernis, Poortugaal, Rhoon en Spijkenisse

Fysiotherapie, Manuele therapie en Revalidatie Van Dongen

H. de lintweg 2

H. de Lintweg 6

3201 EK Spijkenisse (-Centrum)

T 0181 62 49 30

Fysiotherapie, Manuele therapie en Revalidatie Van Dongen

Duindoornpad 7a

3203 AG Spijkenisse (-Groenewoud)

T 0181 62 18 87

Fysio – Essendael

Fysiotherapie, manuele therapie en Revalidatie Van Dongen

Oyenshof 2

3161 DR Rhoon

T 010 737 13 63

Fysiotherapie Portland

Hof van Portland 41

3162 WK Rhoon

T 010 480 08 30

Paramedisch Centrum Hoogvliet

Marthalaan 16

3194 EH Hoogvliet Rotterdam

T 010 263 23 20

Fysiotherapeut: Arthur Hoeve a.hoeve@pmch.nl

www.pmch.nl

Fysiotherapie Middenbaan-Zuid

Middenbaan Zuid 404

3191 AH Hoogvliet, Rotterdam

T 010 438 66 11

E info@fmz.nu

Fysiotherapie Oude Wal

Oude Wal 24F

3193 EN Hoogvliet, Rotterdam

T 010 438 33 32

E info@fysiotherapiedewal.nl

www.mvoudewal.nl

Fysiotherapiepraktijk de Stelle

Stelle 10

3191 KE Hoogvliet

T 010 216 04 32

E fysiotherapiedestelle@gmail.com

www.fysiotherapiedestelle.nl

Fysiotherapie Pernis, Living-Fit

Boonstraat 5

3195 BA Pernis

T 010 4163847

Regio Schiedam

Praktijk voor fysiotherapie Mentink

Westerkade 24a

3116 GK Schiedam

T 010 473 27 00

Paramedisch Centrum de Nieuwe Dam

Nieuwe Damlaan 845

3119 AV Schiedam

T 010 789 16 00

Regio Spijkenisse, Hellevoetsluis, Brielle en Westvoorne

Praktijk Vrouwenhoflaan

Vrouwenhoflaan 1

3231 VM Brielle

T 0181 41 37 49

E gb.tjaberings@xs4all.nl

Plaisier Fysiotherapie

Gezondheidcentrum

Langeweg 27

3257 KC Ooltgensplaat

T 0187 612161

E info@plaisierfysiotherapie

Fysiotherapeuten: Rianne Struijk en Corine van Gulik

PCM De Hoek

Scholeksterhoek 6

3201 JL Spijkenisse

T 0181 62 42 10

Made 2 Move

Ruwaard van Puttenweg 500

3201 GZ Spijkenisse

T 0181 65 89 75

Fysio Friso algemeen

praktijk@fysio-friso.nl

T 0181-779757

Fysio Friso Praktijk Brielle

Ommeloop 450

3232 SX Brielle

T 06 24179173

Fysio Friso Praktijk Hellevoetsluis

Muiderslotpad 4

3223 DG Hellevoetsluis

T 06 42987482

Regio Strijen, 's Gravendeel, Maasdam en Puttershoek

Praktijk voor fysiotherapie Strijen

Molenstraat 17

3291 EE Strijen

T 078 6743754

www.fysiotherapiestrijen.nl

Regio Dirksland

Praktijk Fysiotherapie Van den Berg

Vroonweg 10

3247 CG Dirksland

T 0187 60 72 75

Fysiotherapeut: Valentijn Luijk – v.luijk@vanweelbethesda.nl

Regio Oud-Beijerland, Zuid-Beijerland, Nieuw-Beijerland, Korendijk en Piershil

Fysiocura Nieuw-Beijerland

Kerkstraat 33

3264 AH Nieuw-Beijerland

T 0186 69 20 53

Fysiotherapeut: Ruud Jeltjes – ruud.jeltjes@fysiocura.nl

Centrum voor Fysiotherapie

Van Goyenstraat 16

3262 VK Oud-Beijerland

T 0186 61 40 31

E info@fysiotherapie-oudbeijerland.nl

Praktijk Poortwijk

Ravelstraat 3

3261 JB Oud-Beijerland

T 0186 62 75 48

E fysio.praktijk@gmail.com

FysioFitt, praktijk voor fysiotherapie en medische training

Gravin Sabinstraat 34g

3284 AP Zuid-Beijerland

T 0186 66 25 31

E info@fysiofitt.nl

Ikazia Ziekenhuis Rotterdam

Montessoriweg 1

3083 AN Rotterdam

T 010 297 50 00

Afdeling Vaatchirurgie

Polikliniek Chirurgie

T 010 297 52 20

Telefonisch bereikbaar maandag tot en met vrijdag 8.15 – 16.15 uur.

P.T. den Hoed, vaatchirurg

A.M.E. van Well, vaatchirurg

G. Cazander, vaatchirurg

M.A. Snoei, verpleegkundig specialist vaatchirurgie

G.M. Dirks, verpleegkundig specialist VEC



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.