

Lekker lopen en vrij bewegen

Maak een afspraak bij de
podotherapeut!



Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten




Gewoon lekker bewegen

Een podotherapeut is gespecialiseerd in de onderste extremiteiten van het lichaam: de voeten, enkels, knieën, heupen en lage rug.

Als je houding en bewegingsklachten ervaart bij het staan of tijdens het wandelen, rennen of sporten dan kun je direct een afspraak maken bij een podotherapiepraktijk. Je kunt ook bij de podotherapeut terecht als je advies wilt over het voorkomen van klachten of het verbeteren van sportprestaties. Je hebt hiervoor meestal geen verwijzing nodig van de huisarts. De podotherapeut doet onderzoek en maakt vervolgens een behandelplan dat is afgestemd op jouw situatie; dat kan een op maat gemaakte zool zijn, maar ook een orthese of een tijdelijke behandeling zoals taping. Waar nodig werkt de podotherapeut samen met andere zorgprofessionals.



Onze missie: zorgen dat iedereen gewoon lekker kan bewegen.



Meer weten over
een bezoek aan de
podothapeut? Kijk op
www.podoth therapie.nl

Bewegingsvrijheid

**Wat weet je eigenlijk van je
voeten?**

Voeten krijgen meestal niet zo veel aandacht, maar als je last hebt van je voeten beseft je hoe belangrijk ze zijn voor je bewegingsvrijheid. Een voet bestaat uit heel veel afzonderlijke botten, gewrichten, banden, spieren en pezen. Je kunt er maar beter zuinig op zijn!



Podotherapie

Kijk op
www.podotherapie.nl
voor een praktijk bij jou
in de buurt.

Wanneer ga je naar de podotherapeut?

- Pijn in de voet, knie, heup of lage rug tijdens dagelijkse activiteiten, sport of werk;
- Vragen over de stand of vorm van de voeten;
- Teenafwijkingen, zoals hamertenen, klauwtenen of scheefstaande grote tenen;
- Nagelproblemen, bijvoorbeeld ingegroeide nagels;
- Huidproblemen, bijvoorbeeld terugkerende eeltvorming of likdoorns;
- Voetproblemen door slecht passend schoeisel;
- Een steeds terugkerende sportblessure;
- Vermoeidheidsklachten in de voeten of benen;
- Risico op voetproblemen door bepaalde aandoeningen, zoals diabetes en reuma.

Maak een afspraak met een podotherapeut als je deze klachten herkent.





Behandeling

Je hebt een afspraak gemaakt bij een podotherapiepraktijk omdat je last hebt van je voeten of omdat je klachten hebt bij beweging. De podotherapeut begint dan met een intakegesprek en onderzoek om de oorzaak van de klachten te kunnen vaststellen. Vervolgens wordt er een behandelplan gemaakt. Er is geen standaard behandeling. Het behandelplan wordt op maat gemaakt voor jou en jouw specifieke klachten en ervaringen.

De podotherapeut kan bijvoorbeeld:

- Voorlichting en advies geven over schoenen;
- Oefeningen meegeven voor thuis;
- Aanpassingen doen aan de schoen(en);
- Podotherapeutische inlegzolen aanmeten;
- Een orthese (teenstukje) maken;
- Ingegroeide nagels behandelen;
- Een nagelbeugel of nagelprothese op maat maken;
- Basiswondzorg leveren;
- Taped of andere technieken om druk te verminderen toepassen;
- Een behandelplan maken voor (preventie van) sportblessures.

Voor mensen met diabetes mellitus wordt de voetzorg gecoördineerd door de podotherapeut.

Samenwerking

Podotherapeuten werken in een praktijk voor podotherapie, medisch centrum en het ziekenhuis. Vaak werken podotherapeuten samen met andere zorgverleners, zoals fysiotherapeuten en medisch specialisten. Net als andere paramedici worden podotherapeuten beoordeeld op actuele kennis en ervaring. Paramedici die voldoen aan de gestelde eisen staan geregistreerd in het Kwaliteitsregister Paramedici (KP).

Podotherapiepraktijken met een adequaat kwaliteitsbeleid komen in aanmerking voor het Praktijkkeurmerk. De praktijk voldoet dan aan allerlei voorwaarden op verschillende terreinen, zoals hygiëne, infectiepreventie, statusvoering en kwaliteitsregistratie in het KP.



Vergoeding

Podotherapie wordt veelal vergoed vanuit de aanvullende verzekeringen van de verschillende zorgverzekeraars.

In de meeste gevallen is een verwijzing van de (huis)arts niet meer nodig. De hoogte van de vergoeding verschilt per verzekeraar en per pakket. Kijk hiervoor in de voorwaarden van je eigen verzekeringspolis of neem contact op met je zorgverzekeraar.





Meer weten over
een bezoek aan de
podothérapeut? Kijk op
www.podothérapie.nl



Nederlandse Vereniging van Podothérapeuten

Laapersveld 75
1213 VB Hilversum
+31(0) 35 624 63 88
secretariaat@podothérapie.nl
www.podothérapie.nl

