

Beweging in het Artrosenetwerk

Lifestyleverbetering heeft veel meer effect op heup- en knieartroseklachten dan vaak wordt aangenomen. Kevin Groot, fysiotherapeut bij Verheul en Weerman, merkt dat er veel winst te behalen valt. Bijvoorbeeld bij - vooral inactieve - patiënten die worden verwezen door de orthopeed om zich fysiek voor te bereiden op een operatie.

Met afvallen, effectief bewegen, het goed leren inschatten van belasting en belastbaarheid en het trainen van spieren is een operatie

soms langdurig uit te stellen. Samenwerking tussen huisarts, fysiotherapeut, diëtist en orthopeed is essentieel voor de juiste zorg bij heup- of knieartrose. De maatschap orthopedie van het Spaarne Gasthuis is daarom, in samenwerking met regionale fysiotherapeuten en huisartsen, het Artrosenetwerk West Nederland gestart. Doel: laagdrempelig kennis uitwisselen en diagnostiek en behandeltrajecten voor heup- of knieartrose te verbeteren en multidisciplinair te standaardiseren.

De Stepped Care strategie is hierbij een heldere leidraad. De huisarts of fysiotherapeut beoordeelt de mobiliteit, het uithoudingsvermogen en de coördinatie van het gewricht en hoe de spieren er omheen functioneren. Naast lifestyleadvies of verwijzing naar de diëtist, kan de huisarts pijnmedicatie voorschrijven. De fysiotherapeut richt zich vervolgens op een passend trainingsschema. 

Meer informatie:
www.artrosenetwerkwestnederland.nl

TEKST: MAIKE SLIERINGS
BEELD: JEAN-PIERRE JANS



Artrosepatiënt Alie de Smit wordt behandeld door fysiotherapeut Kevin Groot.