

Bewegen tijdens en na de behandeling van kanker

Uit onderzoek is gebleken dat bij mensen die bewegen tijdens of na chemotherapie hun algehele conditie en spierkracht minder achteruitgaat. Het is echter van belang dat het bewegen goed wordt begeleid. Onze praktijk heeft daarom een speciaal beweegprogramma ontwikkeld voor u (ex)kankerpatiënt.

In een speciaal ingerichte oefenruimte volgt u onder begeleiding van een professioneel fysiotherapeut uw eigen programma.

Doelstelling

Het doel van het programma is het verbeteren van de algehele conditie en het versterken van de spierkracht, waardoor u minder last heeft van vermoeidheid en leert om zelfstandig verantwoord te bewegen.

Plan van aanpak

Het programma start met een intake waarbij informatie over uw fitheid wordt vastgelegd en uw persoonlijke omstandigheden worden besproken. Hiermee wordt rekening gehouden tijdens de trainingen. Ook de manier waarop u en uw omgeving beter met uw ziekte kunnen omgaan wordt tijdens het programma besproken. Gedurende het programma is er minimaal één groepsbespreking waarbij uw vorderingen worden geëvalueerd.

Tijd en tarief

Er is een kort (13 trainingen), middellang (26 trainingen) en lang programma (39 trainingen). Een aantal zorgverzekeraars vergoedt dit programma geheel of gedeeltelijk. Voor meer informatie hierover en over andere aspecten van dit programma kunt u uiteraard bij ons of bij uw zorgverzekeraar terecht.

Informatie en aanmelden

U kunt zich aanmelden voor een de beweegprogramma's via ons telefoonnummer 072-5725744 of kijk voor meer informatie op via onze website www.anntaveirne.nl

Ann Taveirne, Praktijk voor fysiotherapie
Umbriëllaan 7
1702 AJ Heerhugowaard

Tel: (072) 5725744
info@anntaveirne.nl
www.anntaveirne.nl

