

Vergoeding van de training/behandeling

Voor deelname aan dit programma is een verwijzing van een arts noodzakelijk.

Heeft u een aanvullende verzekering? Dan worden de behandelingen/trainingen waarschijnlijk vergoed.

Hoeveel behandelingen worden vergoed, is afhankelijk van uw aanvullende pakket. Raadpleeg in ieder geval de polisvoorwaarden van uw verzekering, of kijk op

www.defysiotherapeut.com voor details.

PMC Skagerrak heeft contracten met alle zorgverzekeraars.

Afspraak maken

U kunt een afspraak maken met één van onze fysiotherapeuten door te bellen met het PMC Skagerrak op nummer: 023-5622449, of direct met de fysiotherapeuten van Fysiotherapie de Hoofdvaart op nummer: 023-5572479.

Meer informatie kunt u vinden op de website:

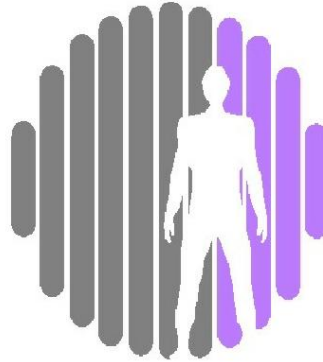
www.pmc-skagerrak.nl

Kwaliteitsregister

Alle medewerkers van het Paramedisch Centrum Skagerrak staan geregistreerd in het Centraal Kwaliteitsregister van het Koninklijk Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF). Wij zijn te vinden op:

www.defysiotherapeut.com

Fysiotherapie de Hoofdvaart
Hoofdweg 669c
2131 BB Hoofddorp
tel: 023-5572479

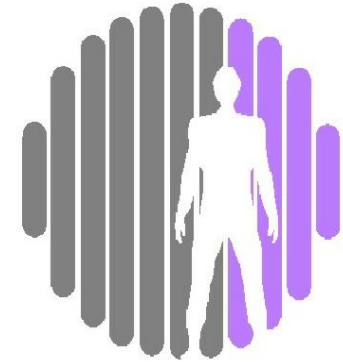


Paramedisch Centrum Skagerrak
Skagerrak 330
2133 DX Hoofddorp
Tel. 023-5622449

E. Skagerrak@hetnet.nl

www.pmc-skagerrak.nl

Fysiotherapie bij Diabetes Mellitus



Paramedisch Centrum
Skagerrak
Hoofddorp

Wat is Diabetes Mellitus?

Diabetes Mellitus (DM), ook wel suikerziekte genoemd, is een chronische aandoening. Het lichaam kan de bloedsuikerspiegel niet meer zelfstandig binnen de normale grenzen houden. Normaal gesproken maakt het lichaam insuline aan. Dit hormoon zorgt ervoor dat de glucose in het bloed (bloedsuiker) kan worden opgenomen in de lichaamscellen.

Naast het probleem met bloedsuiker zijn ook vaak het cholesterol en de bloeddruk te hoog.

De meest voorkomende types van diabetes zijn:

Diabetes Mellitus, type 1

DM type 1 is een auto-immuunziekte. Dat betekent dat het eigen afweersysteem de oorzaak is: het vernielt per ongeluk de cellen die insuline aanmaken. Waarom dit gebeurt, is niet helemaal duidelijk. Waarschijnlijk begint het met een erfelijke aanleg. Maar ook als die aanleg aanwezig is, is het nog niet eens zeker dat iemand diabetes krijgt.

Op dit moment vindt er nog veel onderzoek plaats naar DM type 1, zodat het in de toekomst misschien genezen of zelfs voorkomen kan worden.

Diabetes Mellitus, type 2

Vroeger kregen vooral oudere mensen DM type 2. Daarom werd het 'ouderdomssuiker' genoemd.

Tegenwoordig krijgen steeds meer jongere mensen het, soms zelfs kinderen. Nu wordt dus liever de term diabetes type 2 gebruikt.

Dit is de meest voorkomende vorm van diabetes: 9 van de 10 mensen met diabetes hebben type 2.

Net als bij type 1 kan het lichaam bij type 2 de bloedsuikerspiegel niet goed meer regelen. Er is te weinig insuline in het bloed aanwezig, maar bovendien reageert het lichaam niet meer goed op de insuline. Het lichaam kan hierdoor niet genoeg suiker uit het bloed halen en de bloedsuikerspiegel blijft te hoog.

De klachten

Vaak hebben mensen niet door dat ze diabetes hebben. De klachten die horen bij diabetes zijn niet bij iedereen even duidelijk. Veel symptomen lijken op dingen die iedereen wel eens heeft, zoals vermoeidheid en futloos zijn.

Symptomen die veel voorkomen bij diabetes zijn:

- veel dorst;
- veel plassen;
- erg moe zijn;
- last van de ogen hebben.

Diabetes type 2 en beweging

Beweging is een belangrijk deel van de totale behandeling van DM type 2. Door regelmatig aan lichaamsbeweging te doen, kan de bloedsuikerspiegel worden verlaagd. Daarnaast is lichamelijke inspanning goed voor de totale gezondheid en kan het helpen bij (zo nodig) verliezen van gewicht.

De fysiotherapeut kan u hierbij op een professionele manier begeleiden en ondersteunen.

Fysiotherapie en diabetes

Binnen het PMC Skagerrak wordt gebruik gemaakt van een speciaal programma voor mensen met DM.

Tijdens de intake wordt bepaald hoe uw conditie is en stelt u samen met de fysiotherapeut uw persoonlijke doelen op. Vervolgens kunt u tweemaal per week gaan trainen onder de deskundige begeleiding van onze fysiotherapeuten. Daarnaast worden adviezen gegeven over hoe u thuis het beste met lichamelijke activiteiten kunt omgaan.

Door middel van tussentijdse metingen wordt uw vooruitgang duidelijk voor u in kaart gebracht. U zult merken dat dit een goede motivatie is om door te gaan met trainen, ook na afsluiting van de trainingen bij de fysiotherapeut.

Fysiotherapie de Hoofdvaart

Al geruime tijd is het PMC Skagerrak gevestigd bij Jeroen Maas Sports Company, waar de fysiotherapeuten beschikking hebben over een eigen behandelruimte (met eigen ingang en wachtruimte). Er wordt gebruik gemaakt van alle faciliteiten van de sportschool, om u zo optimaal mogelijk te kunnen begeleiden.