

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 houdings- en bewegingsklachten ervaart bij het staan of tijdens het wandelen, rennen of sporten dan kun je direct een afspraak maken bij een podotherapeut. 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 (teenstukje) of een tijdelijke behandeling zoals taping. Waar nodig werkt de podotherapeut samen met andere zorgprofessionals.



Onze missie: zorgen dat iedereen gewoon lekker kan bewegen.

A photograph showing the lower legs and feet of several children standing on a wooden playground structure. The background is blurred green foliage.

Meer weten over
een bezoek aan de
podotherapeut? Kijk op
www.podotherapie.nl

Bewegingsvrijheid

Wat weet je eigenlijk van je voeten?

Voeten krijgen meestal niet zo veel aandacht, maar als je last hebt van je voeten besef 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?

- Bij pijn in de voet, knie, heup of lage rug tijdens dagelijkse activiteiten, sport of werk;
- bij vragen over de stand of vorm van de voeten;
- bij teenafwijkingen zoals hamertenen, klauwtenen of scheefstaande grote tenen;
- bij nagelproblemen, bijvoorbeeld ingegroeide nagels;
- bij huidproblemen, bijvoorbeeld terugkerende eeltvorming of likdoorns;
- bij voetproblemen door slecht passend schoeisel;
- bij een steeds terugkerende sportblessure;
- bij vermoeidheidsklachten in de voeten of benen;
- bij 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 podotherapeut omdat je last hebt van je voeten of omdat je klachten hebt bij bewegen. 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;
- taping 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 die voldoen aan het kwaliteitsbeleid komen in aanmerking voor het Praktijkkeurmerk. De praktijk voldoet dan aan allerlei voorwaarden op verschillende terreinen, zoals hygiëne, infectiepreventie, dossiervoering en kwaliteitsregistratie in het KP.



Vergoeding

Podotherapie wordt vaak 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



nvvp

Nederlandse Vereniging van Podothérapeuten

+31(0) 35 624 63 88
secretariaat@podothérapie.nl
www.podothérapie.nl

