



DJALMA HEALTH MANAGEMENT

Sportrevalidatie

De sportrevalidatie fysiotherapeut is een fysiotherapeut die zich heeft gespecialiseerd in sport en sporters. Na zijn studie fysiotherapie heeft hij zich verder geschoold in sportrevalidatie. Daardoor weet hij welke eisen sport aan het lichaam stelt, wat bewegen met ons doet en hij weet wat de motivatie van sporters is.

Dit stelt hem in staat om jou op het vlak van sport en gezondheid te adviseren, te behandelen en te begeleiden. Dat geldt niet alleen in een medische setting, als de dokter je doorverwijst. Je kunt ook zelf rechtstreeks (zonder verwijzing) voor sportrevalidatie een afspraak maken.

Geblesseerde sporters – behandeling en begeleiding

Je bent geblesseerd. Dat is balen! Natuurlijk wil je zo snel mogelijk weer in het veld staan of op de fiets zitten. Een sportgerichte behandeling en begeleiding ons zorgt daarvoor.

Sportminded als hij is, weet jouw fysiotherapeut hoe je je voelt en hij zal er alles aan doen om je zo snel mogelijk weer op niveau te krijgen. Natuurlijk analyseert hij eerst nauwkeurig wat er is gebeurd en behandelt hij je blessure.

Maar hij adviseert je ook hoe je tijdens deze vervelende periode zo fit mogelijk kunt blijven. Je loopt dan zo min mogelijk achterstand op.

Is je blessure complex of vraagt de situatie specifieke aandacht? Dan heeft Djalma Health Management zoals u waarschijnlijk reeds weet een holistische benadering en een goed netwerk van andere specialisten zoals een sportarts, manueel therapeut, psycholoog, acupuncturist, personal trainers of een andere deskundigen.

Beginnende sporters – advies en begeleiding

Veel mensen willen wel sporten of bewegen, maar weten niet goed hoe. Wellicht herken je dat. Misschien is het al lang geleden dat je voor het laatst hebt gesport, ben je in de loop van de tijd zwaarder geworden of is het vanwege je handicap of chronische ziekte nu eenmaal niet zo eenvoudig om te gaan sporten.

Bij Djalma Health Management kunnen wij je helpen bij het kiezen van een activiteit/sport die bij je past. Dit doordat wij deskundig zijn op het gebied van het menselijk lichaam en dan speciaal als het gaat om te beginnen met sporten en bewegen. Wij kunnen je vertellen welke sport of manier van bewegen bij je past en tevens hoe je dit het beste kan gaan opbouwen. Met andere woorden: Wij geven advies en kunnen je er ook bij begeleiden. Hoe gaat dat dan in zijn werk, vraag je je af? Bel, mail of Whatsapp met ons of neem contact met ons op via het contact formulier op de site en u heeft binnen 5 dagen een afspraak met een specialist.

Tijdens die afspraak kun je vertellen wat je wilt en de fysiotherapeut zal je van alles en nog wat vragen over je sportverleden en gezondheid. Hij zal zo nodig ook diverse onderzoeken doen en biometrische testen bij je afnemen. De afspraak wordt afgesloten met een advies en een vervolg afspraak.

“It’s All About Balance”



DJALMA HEALTH MANAGEMENT

Bereiken jullie akkoord over het advies en de aanpak, dan wordt gestart met de testronde. Een dergelijke testronde maakt duidelijk hoe fit je bent. Ben je niet erg fit, wanhoop dan niet! Je bent immers op het juiste adres om fitter te worden. Want dat is de volgende stap! Het advies en de aanpak zal altijd eerlijk en oprecht zijn en gericht zijn

Sporters – advies en begeleiding

Je sport met veel plezier! Je speelt competitie en je bent elke wedstrijd lekker fanatiek of misschien loop je voor jezelf twee keer per week hard met het plan om ooit nog eens een (halve) marathon te lopen.

Bekruipt je wel eens de vraag of je goed bezig bent? Of je wel effectief genoeg traint? Of je wel genoeg drinkt tijdens het wielrennen elke zondagochtend? Begint het je een beetje te duizelen als je nieuwe loopschoenen moet kopen en je tegenstrijdige adviezen krijgt? Ben je zwanger en wil je graag zo lang mogelijk blijven sporten? Kom dan eens langs bij Djalma Health Management! Wacht niet tot je een blessure hebt, of dat je prestaties minder worden, maar vraag om advies en begeleiding ook bij kleine ongemakken.

Leg je trainingsschema ter voorbereiding op je wedstrijd eens voor en kijk of je niet te hard (of te langzaam!) van stapel loopt. Djalma Health Management heeft een groot netwerk binnen de sport en sportbegeleiding. Hier pluk jij de vruchten van, want wij kunnen andere specialisten en zelf andere (ex) topsporters bij jou begeleiding betrekken.

Welke afspraak of behandeling voor vergoeding in aanmerking komt, is afhankelijk van je verzekering.

“It’s All About Balance”