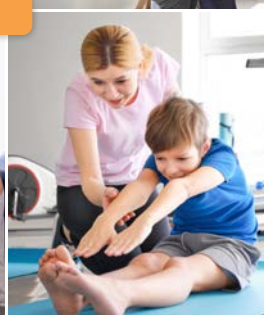




## De oefentherapeut brengt uw patiënten in beweging!

Wilt u patiënten met houdings- of bewegingsgerelateerde gezondheidsklachten doelgericht helpen - met langdurig resultaat? Voor deskundig advies en een effectieve behandeling kunt u hen doorverwijzen naar de oefentherapeut.

de oefentherapeut



## Specialist in gezond bewegen vanuit de juiste houding

De oefentherapeut adviseert, coacht en begeleidt patiënten bij het verbeteren van hun houding en bewegingsgewoonten. Bij de behandeling werkt de oefentherapeut, als dat wenselijk is, samen met de (huis)arts, mantelzorgers of andere zorgverleners.

### ► Paramedische behandelwijze

Oefentherapie door de oefentherapeut is een erkende paramedische behandelwijze, die zich richt op het houdings- en bewegingsgedrag en het bewegend functioneren.

### ► Van preventie tot herstel

Gezond beweeggedrag vanuit de juiste lichaamshouding is de specialiteit van de oefentherapeut. Afhankelijk van de hulpvraag en de situatie van de patiënt ligt de focus tijdens de behandeling op preventie, herstel, pijnreductie of beter omgaan met pijn en beperkingen.

### ► Biopsychosociale benadering

Oefentherapie gaat uit van het biopsychosociaal model. De oefentherapeut richt zich in de behandeling zowel op biomedische aspecten als op psychosociale factoren die de klachten en het genezingsproces (kunnen) beïnvloeden. De oefentherapeut leert de patiënt gezondheidsvaardigheden aan die toepasbaar zijn in het dagelijks leven.

## Praktische informatie

Tijdens de intake brengt de oefentherapeut de persoonlijke situatie, de dagelijkse activiteiten en de bewegingsmogelijkheden van de patiënt uitgebreid in kaart. Het behandeltraject sluit zoveel mogelijk aan op de hulpvraag, waar mogelijk en gewenst in overleg met de verwijzer of andere betrokken zorgverleners.

### ► Oefentherapie bij de oefentherapeut is:

- ✓ Beproefd en bewezen effectief
- ✓ Persoonsgericht binnen de biopsychosociale context
- ✓ Bevordert het zelfmanagement van de patiënt
- ✓ Verbeterd gezondheidsvaardigheden en leefstijl duurzaam
- ✓ Optimaliseert de levenskwaliteit

### ► Vergoeding zorgverzekeraar

Oefentherapie bij de oefentherapeut wordt vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. De basiszorgverzekering vergoedt oefentherapie voor een aantal chronische aandoeningen en voor patiënten onder de 18 jaar.

### ► In de praktijk of online te volgen

De oefentherapeut behandelt vooral in de praktijk maar kan ook zorg aan huis bieden. Daarnaast biedt de oefentherapeut zorg op afstand, via blended care en e-health. De inzet van beweegzorgtechnologie kan therapietrouw en zelfmanagement van de patiënt bevorderen.





# Bij welke klachten kunt u patiënten doorverwijzen?

Op deze en de volgende pagina vindt u een overzicht van verwijzindicaties.

## ► Algemeen

- ✓ (lage) rugklachten
- ✓ nek- en schouderklachten
- ✓ heup- en knieklachten
- ✓ arbeidsgerelateerde klachten
- ✓ verbetering van de ademhalingstechnieken
- ✓ verbetering van de houding en het beweeggedrag
- ✓ leefstijlinterventie

## ► Reumatologische aandoeningen

- ✓ reumatoïde artritis
- ✓ arthrosis deformans
- ✓ bechterew
- ✓ fibromyalgie

## ► Sensomotorische aandoeningen

- ✓ stoornissen en achterstand in de motorische ontwikkeling bij kinderen
- ✓ problemen met fijne en grove motoriek
- ✓ hyperactiviteit

## ► Houdings- en bewegingsproblemen door ziektes en aandoeningen

- ✓ artrose
- ✓ osteoporose
- ✓ ziekte van Scheuermann
- ✓ scoliose
- ✓ hypermobiliteit
- ✓ gevolgen van chronische aandoeningen

## ► Neurologische aandoeningen

- ✓ cervicaal syndroom/brachialgie
- ✓ ischialgie/lumbosacraal radiculair syndroom (LSRS)
- ✓ HNP (conservatief, pre- en postoperatief)
- ✓ migraine
- ✓ CVA
- ✓ Parkinson
- ✓ MS
- ✓ whiplash
- ✓ spierziekten

## ► Orthopedische aandoeningen

- ✓ houdingsanomalieën
- ✓ degeneratieve afwijkingen
- ✓ groeistoornissen
- ✓ standsafwijkingen van gewrichten
- ✓ Thoracic Outlet Syndrome (TOS)
- ✓ sùrménage
- ✓ hypermobiliteit
- ✓ contracturen



## ► Respiratoire aandoeningen

- ✓ COPD
- ✓ long COVID
- ✓ ademhalingsinsufficiëntie
- ✓ hyperventilatie

## ► Gynaecologische aandoeningen

- ✓ zwangerschapsproblematiek (bekkeninstabiliteit)
- ✓ bekkenbodempromblematiek en incontinentie
- ✓ bekkenklachten

## ► Spanningsklachten en klachten door overbelasting

- ✓ overspanning (burn-out)
- ✓ tension headache
- ✓ hyperventilatie
- ✓ lumbago
- ✓ cervicobrachialgie
- ✓ KANS (voorheen RSI)
- ✓ bewegingsangst
- ✓ slaapstoornissen

## Specialisaties

Voor klachten of patiëntgroepen die om meer specialistische kennis en kunde vragen kent oefentherapie vier specialisaties: Kinderoefentherapie, Geriatrie-oefentherapie, Psychosomatische oefentherapie en Bekkenoefentherapie.

## Aandachtsgebieden

De oefentherapeut biedt daarnaast zorg op de volgende aandachtsgebieden: chronische pijn, artrose, slaap, COVID-herstelzorg en de gecombineerde leefstijlinterventie (GLI).

# De oefentherapeut biedt kwaliteit van zorg

De titel 'oefentherapeut' is wettelijk beschermd en wordt behaald na een bacheloropleiding oefentherapie op EQF-niveau 6. Oefentherapeuten vallen onder artikel 34 van de Wet BIG. De oefentherapeut biedt kwalitatief hoogwaardige zorg volgens een kwaliteitssysteem dat is ontwikkeld door de beroepsvereniging.

## ► VvOCM

De Vereniging van Oefentherapeuten Cesar en Mensendieck (VvOCM) is de beroepsvereniging van oefentherapeuten. VvOCM bepaalt de kwaliteitscriteria waar haar leden aan moeten voldoen. Deze staan beschreven in het beroepsprofiel en de beroepscode oefentherapeut, richtlijnen en kwaliteitsstandaarden.

## ► Bewezen effectief

Voor een groot aantal aandoeningen is de effectiviteit van oefentherapie wetenschappelijk onderbouwd. Oefentherapie heeft bewezen potentie om de kwaliteit van leven te verbeteren. Door de inzet van oefentherapie kunnen andere vormen van zorg mogelijk voorkomen of vervangen worden.

*Bronnen: Substitutie van zorg Fysio- en oefentherapie op de juiste plek, Ecorys (2020); Het substitutiepotentieel van uitgebreidere inzet fysio- en oefentherapie, Equalis (2021).*

## ► Kwaliteitsregister Paramedici (KP)

Dit kwaliteitsregister bewaakt de deskundigheidsbevorderende activiteiten van alle aangesloten paramedici, inclusief de oefentherapeut. Alle leden van VvOCM staan opgenomen in dit register.

## ► Klachten- en geschillenregeling

Oefentherapeuten bieden in het kader van de Wkkgz een klachten- en geschillenregeling voor patiënten. Alle leden van VvOCM zijn aangesloten bij het Klachtenloket Paramedici.

## ► Beroepscode Oefentherapeut

In de beroepscode staan beroepsnormen, beroepswaarden en gedragsregels van oefentherapeuten betreffende de uitoefening van het beroep en de relatie met de patiënt, zoals de geheimhoudingsplicht, inzage van het zorgplan en zorgdossier. De beroepscode voldoet aan wet- en regelgeving op het gebied van de (gezondheids)zorg en de privacywetgeving AVG.

## ► Evaluatie van zorg

Het meten van zorg vormt een essentieel onderdeel van het handelen van de oefentherapeut om de voortgang van zorg te evalueren. Om het effect te meten wordt gebruik gemaakt van zowel subjectieve als objectieve methoden.



de oefentherapeut

Kijk voor informatie op  
[www.oefentherapie.nl](http://www.oefentherapie.nl)



VvOCM  
Vereniging van Oefentherapeuten



Klachtenloket  
Paramedici