

Wat mee te nemen bij de eerste behandeling

- Eventuele verwijfsbrief van de huisarts of specialist
- Identiteitsbewijs
- Pasje ziektekostenverzekeraar
- Een handdoek

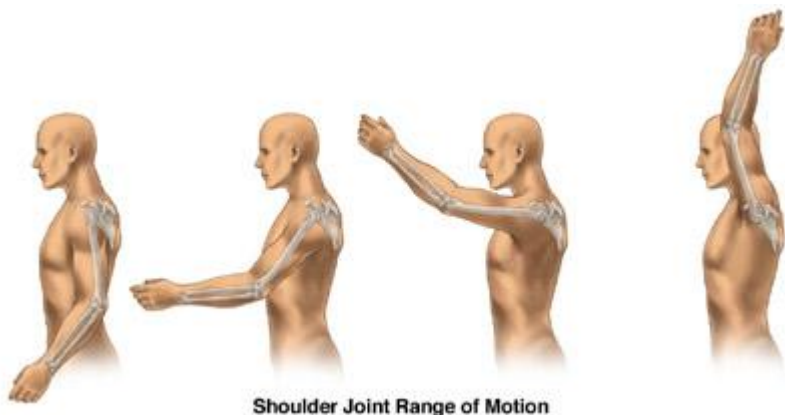
Kosten en vergoeding

De kosten van de behandelingen worden vergoed op basis van de polisvoorwaarden van uw ziektekostenverzekeringen.

Voor chronische aandoeningen worden de behandelingen volgens de lijst Borst vergoed uit de basisverzekering, de eerste 20 behandelingen worden uit de aanvullende verzekering vergoed.

Niet-chronische behandelingen worden uit de aanvullende verzekering vergoed.

Verder gelden de betalingsvoorwaarden van de FysioWalrave.



Fysiotherapeuten

Onze fysiotherapeuten werken in het *Schouderteam* en zijn gespecialiseerd in de behandeling van schouderklachten.

Informatie en Behandeling

Voor informatie of behandeling kunt u contact opnemen met een van onze praktijken van

FysioWalrave in:

- Almere Haven, Kerkstraat 14a
- Zeewolde, Het Gildenhuis, Gildenveld 83

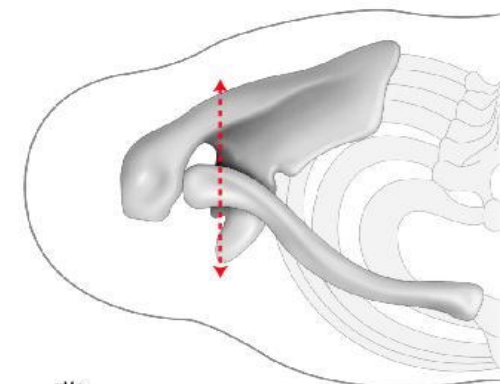
tel. nr. 036 – 5318641

info@fysiowalrave.nl
www.fysiowalrave.nl



SCHOUDER

ACROMIO CLAVICULAIRE (AC) RESECTIE



EMC

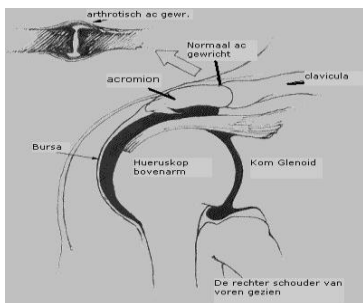


De gezonde schouder

De verbinding tussen het sleutelbeen {clavicula} en een deel van het schouderblad {het acromion} wordt ac gewricht genoemd. Dit gewrichtje heeft veel te maken met de bewegingen van de arm. Het sleutelbeen ligt pal onder de huid is S-vormig gebogen en is over zijn gehele lengte goed te voelen. Het extremitas acromialis van het sleutelbeen ofwel het uiteinde aan de zijde van het acromion bevat een klein gewrichtsvlakje wat naar buiten en iets naar onder is gericht. Dit gewrichtsvlakje maakt een gewricht met een deel van het schouderblad {het acromion}.

AC resectie

Als er in het AC gewricht arthritis of een artrose is vastgesteld en als zalf, ijs, fysiotherapie en corticoïde injecties geen blijvende hulp bieden, zal de chirurg u voorstellen om dit lokale probleem letterlijk weg te nemen: hierbij worden de meest naar buiten gelegen 7 à 14 mm van het sleutelbeen verwijderd.



Oorzaken van een arthritis of artrose van het AC gewricht

Door verschillende factoren kan de AC gewricht beschadigd of versleten worden.

Intrinsieke factoren (van binnen uit):

- artrose: slijtage, door ouderdom

Extrinsieke factoren (van buiten af):

- artrose: slijtage, als gevolg van overbelasting
- ook kan er door overbelasting een chronische ontsteking van het slijmvlies van het gewricht ontstaan
- ongeval: door een val kan dit gewricht uit zijn (kleine) kom schieten, waardoor het gewricht zijn stabiliteit verliest
- vaak boven het hoofd bewegen

Revalidatie van AC resectie

Het is van belang de belasting gelijk te maken aan de belastbaarheid. Doe je namelijk teveel, dan kan de revalidatieproces langer duren.

Bij FysioWalrave heeft Mariam Popal een protocol opgesteld. Hierbij zullen de therapeuten in eerste instantie ervoor zorgen dat bovenstaande van kracht wordt, en dat eventuele factoren die van invloed zijn op de klachten naar boven komen zodat er maatregelen genomen kunnen worden. Vervolgens wordt er aan de hand van de klachten gewerkt naar een situatie die te

vergelijken is met de situatie voordat de klachten begonnen.

Er zijn drie fasen te onderscheiden.

Fase 1 (week 0-3)

Hierin wordt de eerste week de schouder volledig met mitella ontlast. Na een week als de pijn het toe laat mag de mitella alleen s' nachts gedragen te worden. Met behulp van de fysiotherapeut wordt de schouder in beweging gehouden zodat het niet stijf wordt.

Fase 2 (4-6 weken)

Na 4 weken kan er in de regel begonnen worden met actieve mobilisatie. De patiënt kan dan met eigen kracht bewegingen gaan maken om de normale bewegingsuitslagen te oefenen echter nog steeds zonder het operatiegebied teveel te stressen.

Fase 3 (6-12 weken)

In deze fase wordt er zwaarder geoefend met grotere spiergroepen rond de schouder {de cuff} en de *scapulothoracale spieren*. Het oefenprogramma is gericht op de dagelijks benodigde bewegingen en kracht die u thuis en in uw werksituatie tegenkomt.

Einddoel

Het doel van de therapie is om pijnvrij en zonder beperkingen in dagelijkse leven en in sociale leven te kunnen functioneren.