

Bezoeken

25-10-2018

Fysiotherapeut: Stagiair, Tom (overname)

Subjectief

gaat beter na de vorige keer. kan werk beter volhouden. nog pijn bij opstaan. NPRS: 5

Objectief

VBA: +30, shift links beperkter dan rechts.

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

mobiliseren SI & LWK in buiklig

na behandeling VBA: 22, shift li toename en minder pijn

HWO:

- in stand lwk naar extensie (mckenzy)
- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	5	1	
p	o	5	2	
p	o	5	3	
p	o	5	4	

9-10-2018

Fysiotherapeut: Stagiair, Tom (overname)

Subjectief

gaat beter, NPRS: 6. na een werkdag meer pijn.

Objectief

VBA: +37 voorlauf re beperkt / shift li (pijn re) = re 7,5

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

mobiliseren SI & LWK in buiklig

na behandeling VBA: 26, shift li = re 8 , voorlauf geen beperkingen

HWO:

- in stand lwk naar extensie (mckenzy)
- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	5	1	
p	o	5	2	

Bezoeken

p	o	5	3
p	o	5	4

2-10-2018

Fysiotherapeut: Hessing, T. (Tom) (overname)

Subjectief

klachten zijn wisselend. NPRS 7, na werk (pakket bezorger) meer last van de rug, mogelijk daardoor wisselnd

Objectief

VBA: 37, voorlauf re beperkt, rucklauf re beperkt shift li 7 re 6 + pijn

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

mobiliseren SI & LWK in buiklig

na behandeling VBA: 27, shift li 8 re 7, voorlauf & rucklauf geen beperkingen

HWO:

- in stand lwk naar extensie (mckenzy)
- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

Actief	Afgerond	Fase	Onderdeel	Omschrijving
p	o	5	1	
p	o	5	2	
p	o	5	3	
p	o	5	4	

11-9-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

wisselend, nooit weg.

Objectief

NPRS 7, vba 29 cm, na mobiliseren 24cm.

Evaluatie

niet veel verbetering.

PlanVanAanpak

omdat klachten weer terug zijn en mobiliteit fors beperkt door naar manueel thearpeut.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

beh: sig mobiliseren lwk mobiliseren/ OT

rekken hamstrings

squat met medicinebal 3x10 hh

Bezoeken

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	p	3	1	
p	p	3	2	
p	p	3	3	
p	p	3	4	
p	p	3	5	
p	p	3	6	
p	o	5	1	
p	o	5	2	
p	o	5	3	
p	o	5	4	

5-9-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

Klachten weer erger geworden. Ging wel tijdje beter. Langzaam terug gekomen. Drukker op werk.

Objectief

NPRS 7, Bukken meeste pijn. VBA 36. SIG LINKS vast.

Evaluatie

Weer starten met therapie

PlanVanAanpak

mobiliseren SIG links en HOS

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

beh: sig mobiliseren lwk mobiliseren/ OT

rekken hamstrings

squat met medicinebal 3x10 hh

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	

Bezoeken

p	o	5	1
p	o	5	2
p	o	5	3
p	o	5	4

25-6-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

Gaat goed, klachten zijn acceptabel.

Objectief

NPRS 3, VBA 25

Evaluatie

Fytac app voor oefeningen

PlanVanAanpak

stop therapie

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

beh: sig mobiliseren lwk mobiliseren/ OT

rekken hamstrings

squat met medicinebal 3x10 hh

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	
p	o	5	1	
p	o	5	2	
p	o	5	3	
p	o	5	4	

11-6-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

gaat redelijk, nog wel wat klachten. Wisselend klachten.

Objectief

VBA 29 voor, Na : 17 cm .

Bezoeken

Evaluatie

verkorte hamstrings aanpakken

PlanVanAanpak

Rekken hamstrings intensiever

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

beh: sig mobiliseren lwk mobiliseren/ OT

rekken hamstrings

squat met medicinebal 3x10 hh

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG
- rekken hamstrings 30 sec, 6xpd

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	
p	o	5	1	
p	o	5	2	
p	o	5	3	
p	o	5	4	

28-5-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

weer iets meer last met tillen/werken. Maar acceptabel. Oefeningen blijven doen.

Objectief

vba voor: 27 cm na 22cm. voelt het in de onderrug bij bukken.

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

beh: sig mobiliseren lwk mobiliseren/ OT

squat met medicinebal 3x10 hh

HWO:

Bezoeken

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	
p	p	4	1	
p	p	4	2	
p	p	4	3	
p	o	5	1	
p	o	5	2	
p	o	5	3	
p	o	5	4	

14-5-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

gaat stuk beter. Alleen met bukken nog last. Op werk tillen op goede manier gaat goed.

Objectief

23 cm VBA voor mobiliseren, NPRS 3-4

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

over 2 weken controle

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

beh: sig mobiliseren lwk mobiliseren/ OT

squat met medicinebal 3x10 hh

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	

Bezoeken

4-5-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

gaat beter, werk pijn acceptabel (NPRS 5).

Objectief

VBA voor behandeling 34 na behandeling VBA 20cm

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	

23-4-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

Gaat iets beter, minder pijn

Objectief

VBA 35cm

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG

Bezoeken

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	

20-4-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

gaat iets beter, bukken iets verder en minder pijnklachten.

Objectief

NPRS 7

Evaluatie

SIG re vast, na mobiliseren losser.

PlanVanAanpak

Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

HWO:

- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	p	1	1	
p	p	1	2	
p	p	1	3	
p	p	1	4	
p	p	1	5	
p	p	1	6	
p	p	1	7	
p	p	2	1	
p	o	3	1	
p	o	3	2	
p	o	3	3	
p	o	3	4	
p	o	3	5	
p	o	3	6	

18-4-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)

Subjectief

Bezoeken

lijkt ietsje beter te zijn.

Objectief
SIG rechts meer vast.

Evaluatie
mobiliseren SIG en LWK

PlanVanAanpak
Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaaltekst
Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

HWO:
- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug
- benen om de beurt langer maken SIG

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	1	1	
p	o	1	2	
p	o	1	3	
p	o	1	4	
p	o	1	5	
p	o	1	6	
p	o	1	7	
p	o	2	1	

13-4-2018

Fysiotherapeut: Schaap, L. (Lotte) (overname)
Subjectief
intake

Objectief
onderzoek

Evaluatie
Aspecifieke lage rugklachten met sig blokkade links

PlanVanAanpak
Detoniseren/ mobiliseren LWK en SIG

Journaaltekst
Uitvoeren intake en diagnostisch onderzoek, bepalen behandelplan.

HWO:
- bekken kantelen ruglig
- kruiphouding hol bol maken rug

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	o	1	1	

Bezoeken

p	o	1	2
p	o	1	3
p	o	1	4
p	o	1	5
p	o	1	6
p	o	1	7
p	p	2	2
p	p	2	3
p	p	2	4
