

Bezoeken

2-11-2018

Fysiotherapeut: Stagiair, Tom (overname)

Subjectief

deze week wat meer last van de knie, gebruikt kniekous voor ontlasting

Objectief

step up 1 verhoging 1x10 pittig met name voor haar rechter been.

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

zelfstandig fitnessen met abonnement 2x per week + groep roelof. over 4 weken evaluatie

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

schema

HWO:

steup up 1x10 beide benen 1e traprede

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

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

30-10-2018

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

Subjectief

lichte pijn knie gehad vanacht.

Objectief

gewichten verhoogt, dynamische oefeningen lichte pijn NPRS <3

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

naast schema dynamische oefeningen:

lunges op bosu voorwaarts en zijwaarts

squat op bosu

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Bezoeken

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

19-10-2018

Fysiotherapeut: **Stagiair, Tom (overname)**

Subjectief

Heftige spierpijn gehad na vorige keer (gewicht verhoogt) gedurende 2 dagen

Objectief

abductie en adductie verlichten.

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

volgende keer dynamische oefeningen, daarna naar patiënten abb.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

16-10-2018

Fysiotherapeut: **Stagiair, Tom (overname)**

Subjectief

minde pijn in de knie, ook s nachts. NPRS 3. kracht benen neemt toe

Objectief

Schema gewichten omhoog

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

12-10-2018

Bezoeken

Fysiotherapeut:

Stagiair, Tom (overname)

Subjectief

afspraak vergeten

Objectief

afspraak vergeten

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

9-10-2018

Fysiotherapeut:

Wakker, R.T. (Roelof) (overname)

Subjectief

gaat goed, blijft nog wel last houden van knieën

Objectief

schema uitgevoerd en daarnaast bij groepsoefeningen meegedaan

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

5-10-2018

Fysiotherapeut:

Stagiair, Tom (overname)

Subjectief

knie blijft snachts gevoelig. geen spierpijn na de vorige keer. merkt toename kracht in de benen, met name

Bezoeken

traplopen, lopen

Objectief

Gewicht apparaten verhoogt.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

2-10-2018

Fysiotherapeut: **Stagiair, Tom (overname)**

Subjectief

lichte spierpijn gehad na volledige schema, niet door beperkt. knie tijdens slapen licht gevoellig, niet dik

Objectief

eerste keer mee met beweeggroep roelof

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

Doorgaan met behandeling conform zorgplan.

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving

28-9-2018

Fysiotherapeut: **Stagiair, Tom (overname)**

Subjectief

Geen spierpijn gehad na de 1e keer fitness, gister 2km gelopen en spierpijn van gehad.

Objectief

oefeningen vermoeiend, rustig beginnen

Bezoeken

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema compleet

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
---------------	-----------------	-------------	------------------	---------------------

20-9-2018

Fysiotherapeut: **Stagiair, Tom (overname)**

Subjectief

Oefeningen voelt mw. in de spieren, geen pijn in de knie

Objectief

KOOS-PS afgenomen. na 3 oefeningen (zie schema) en balans was mw. vermoeid in de benen en algemeen.

PlanVanAanpak

Kracht & balans benen

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten.

Schema gemaakt, 12 en 14 nog uitvoeren.

HWO:

vastus medialis: knie strekken in zit met rol onder knieholte (laatste 20gr. ext)

quadriceps: knie strekken in zit

op 1 been staan

Protocol onderdelen:

<i>Actief</i>	<i>Afgerond</i>	<i>Fase</i>	<i>Onderdeel</i>	<i>Omschrijving</i>
p	p	1	3	

17-9-2018

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

Subjectief

anamnese

Objectief

onderzoek

Evaluatie

algehele kracht beenspieren bdz. MRC4

PlanVanAanpak

fitness

Bezoeken

Journaltekst

Volgende keer vrangelijst!!!

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	o	1	3	
