

# Patient gegevens

---

Anoniem

## Indicatie gegevens

|                  |                                           |
|------------------|-------------------------------------------|
| Indicatiedatum:  | 28-9-2018                                 |
| Indicatie:       | Knie : Patellofemoraal pijnsyndroom       |
| Diagnosecode:    | 007022                                    |
| Aangedane zijde: | Rechts                                    |
| Protocol:        | 7080b CP Knie: Medium Risk Profiel (2018) |
| Huisarts:        | Najim, D.                                 |
| Verwijzer:       |                                           |
| Fysiotherapeut:  | Hessing, T. (Tom)                         |
| Verzekeraar:     | Zilveren Kruis Zorgverzekeringen N.V.     |
| Sport:           |                                           |
| Beroep:          |                                           |
| Werkgever:       |                                           |

# Anamnesekaart

---

Indicatedatum: 28-09-2018  
Fysiotherapeut: Hessing, T. (Tom)  
Huisarts: Najim, D.

Aanmelding: Directe Toegankelijkheid Fysiotherapie

## Contactreden/Hulpvraag/Verwachtingen

is op eigen initiatief naar ons toegekomen voor een knie klacht. De klacht is pijn en patiënt wil met minder moeite adl. activiteiten uitvoeren (PSK <3)

Patiënt verwacht reductie 12 binnen weken

## Beloop

klachten rechter knie koepel test gehad, knie werd na 3 rondjes gevoelig na ronde 4 gestopt door meer pijn. pijn binnekant/buitkant knieschijf. vaker deze klacht gehad. ongeveer anderhalf jaar. therapie gehad bij hetty, steunzolen van de podoloog (bea). knieklachten minder. oefeningen kniespieren sterker maken. hiermee gestopt ivm geen klachten meer (1jaar terug) daarna weer sneller weer last. bekend met hypermobilititeit

## Beloop tot nu toe

- i Toegenomen
- i Afgenomen
- Niet gewijzigd
- i Wisselend

## Functioneringsproblemen - Stoornissen

NPRS: 8

## Functioneringsproblemen - Beperkingen in activiteiten

Hardlopen >1 minuut: PSK 100

1x hurken: PSK 100

Fietsen >1 min: PSK 90

1x trap oplopen: PSK 90

## Conclusie screening

- De symptomen passen in een herkenbaar profiel.
  - i De symptomen passen in een herkenbaar profiel, maar er is sprake van mogelijk ernstige pathologie.
  - i De symptomen passen in een herkenbaar profiel, maar kunnen beter door een andere hulpverlener behandeld worden.
  - De symptomen passen in een NIET herkenbaar profiel
- o Na overleg huisarts besloten om de patiënt verder te onderzoeken.
- b De inhoud van dit screeningsformulier is besproken met de patient
- o Patiënt is geadviseerd contact op te nemen met de huisarts

## Indicatie fysiotherapie

- Ja
- i Nee

## Conclusie diagnostische verrichtingen

Klacht: Knie

Zijde: Rechts

# Anamnesekaart

---

## \*\* Basisonderzoek \*\*

Pijn

Totaalscore - 8,00 punten

Functioneel

Hardlopen >1 minuut - 100,00 punten

1x hurken - 100,00 punten

Fietsen >1 min - 90,00 punten

1x trap oplopen - 90,00 punten

## \*\* Aanvullend onderzoek \*\*

Functieonderzoek Knie

- Passieve Extensie (0° - 15°) - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +)

- Passieve Flexie (0° - 135°) - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +) - pijn patella rechts

- Passieve Endorotatie (20° - 30°) - Links/Rechts - Normaal (+)

- Passieve Exorotatie (30° - 40°) - Links/Rechts - Normaal (+)

Patellae femoraalonderzoek

- Patella apprehension test - Rechts - Positief

Gecombineerd onderzoek

- Patella mobiliteit craniaal/caudaal - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +)

- Patella mobiliteit mediaal/lateraal - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +) - rechts pijnlijk

Weerstandstesten

- Extensie knie - Links/Rechts - MRC 5 - rechts pijnlijk patella

- Flexie knie - Links/Rechts - MRC 5

Functionele Testen

- Squat laag (90 gr. flexie) - Rechts - pijn patella

Meniscus testen

- Mc Murray; Mediale achterhoorn - Rechts - Negatief

- Mc Murray; Laterale achterhoorn - Rechts - Negatief

Spierslengte onderzoek

- M.Rectus femoris - Rechts - Verkort

Klinisch beeld past bij patellafemoraal pijnsyndroom rechts

Prognose m.b.t. herstel

Reductie

Prognose aantal

8

Prognose eenheid

weken

Prognose aantal behandelingen

□ 1 - 12 behandelingen

i > 12 behandelingen

i Anders

Beoogd eindresultaat/hoofddoel

# Anamnesekaart

---

Reduceren van beperking 'Hardlopen >1 minuut' van PSK 100 naar PSK 10-20 binnen een termijn van 8 weken.

Fysiotherapeutische werkd Diagnose  
Vrouw, 14 jaar, heeft sinds 1 dag klachten.

Patientbehoefte:

is op eigen initiatief naar ons toegekomen voor een knie klacht. De klacht is pijn en patiënt wil met minder moeite adl. activiteiten uitvoeren (PSK <3)

Patiënt verwacht 12 binnen weken

Historie:

klachten rechter knie koepel test gehad, knie werd na 3 rondjes gevoelig na ronde 4 gestopt door meer pijn. pijn binnekant/buitkant knieschijf. vaker deze klacht gehad. ongeveer anderhalf jaar. therapie gehad bij hetty, steunzolen van de podoloog (bea). knieklachten minder. oefeningen kniespieren sterker maken. hiermee gestopt ivm geen klachten meer (1jaar terug) daarna weer sneller weer last. bekend met hypermobilititeit

Beloof tot nu toe:

Niet gewijzigd

Functioneringsproblemen (stoornissen):

NPRS: 8

Functioneringsproblemen (beperkingen):

Hardlopen >1 minuut: PSK 100

1x hurken: PSK 100

Fietsen >1 min: PSK 90

1x trap oplopen: PSK 90

Conclusie onderzoek:

Klacht: Knie

Zijde: Rechts

**\*\* Basisonderzoek \*\***

Pijn

Totaalscore - 8,00 punten

Functioneel

Hardlopen >1 minuut - 100,00 punten

1x hurken - 100,00 punten

Fietsen >1 min - 90,00 punten

1x trap oplopen - 90,00 punten

**\*\* Aanvullend onderzoek \*\***

Functioneel onderzoek Knie

- Passieve Extensie (0° - 15°) - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +)

- Passieve Flexie (0° - 135°) - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +) - pijn patella rechts

- Passieve Endorotatie (20° - 30°) - Links/Rechts - Normaal (+)

- Passieve Exorotatie (30° - 40°) - Links/Rechts - Normaal (+)

# Anamnesekaart

---

## Patellae femoraalonderzoek

- Patella apprehension test - Rechts - Positief

## Gecombineerd onderzoek

- Patella mobiliteit craniaal/caudaal - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +)
- Patella mobiliteit mediaal/lateraal - Links/Rechts - Hypermobiel (+ +) - rechts pijnlijk

## Weerstandstesten

- Extensie knie - Links/Rechts - MRC 5 - rechts pijnlijk patella
- Flexie knie - Links/Rechts - MRC 5

## Functionele Testen

- Squat laag (90 gr. flexie) - Rechts - pijn patella

## Meniscus testen

- Mc Murray; Mediale achterhoorn - Rechts - Negatief
- Mc Murray; Laterale achterhoorn - Rechts - Negatief

## Spierslengte onderzoek

- M.Rectus femoris - Rechts - Verkort

Klinisch beeld past bij patellafemoraal pijnsyndroom rechts

Indicatie fysiotherapie: ja

Reduceren van de klachten valt te verwachten binnen 8 weken.

- ☐ Patiënt geeft toestemming t.a.v. behandelplan en doelstellingen

# Bezoeken

---

5-11-2018

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

Subjectief

pijnlachten minder, met name last met fietsen. abductie oefening in zijlig zwaar maar wel te doen

Objectief

pijn bij knieflexie >90 graden onder belasting

Evaluatie

Effectieve therapie / benadering.

PlanVanAanpak

Margo neemt verder over ivm. avond tijden

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten. Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

Schema + dynamische oefeningen

HWO:

vastus medialis trainen,

rectus femoris, iliospoas rekken

Lunges 3x10 bdz

Patella mobiliseren richting mediaal

Protocol onderdelen:

*Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving*

---

29-10-2018

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

Subjectief

minde rklachten gaat beter

Objectief

HWO oefeningen mee gegeven, 1x per week fysi daarnaast zelf oefneen (squat lunges en abductie zijlig |)

Journaaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten. Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

Schema + dynamische oefeningen

HWO:

vastus medialis trainen,

rectus femoris, iliospoas rekken

Lunges 3x10 bdz

Patella mobiliseren richting mediaal

Protocol onderdelen:

*Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving*

---

26-10-2018

# Bezoeken

---

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

Subjectief

minder pijn, doet deze week ook minder wegens vakantie

Objectief

te diepe kniebuiging bij dynamische oefeningen geeft pijn boven de patella

PlanVanAanpak

Krachtraining onder begeleiding. komt maandag op terug welke dagen en tijden

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten. Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

Schema + dynamische oefeningen

HWO:

vastus medialis trainen,

rectus femoris, ilioas rekken

Lunges 3x10 bdz

Patella mobiliseren richting mediaal

Protocol onderdelen:

*Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving*

---

22-10-2018

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

Subjectief

geen na reactie gehad na vorige keer

Objectief

Patella crepetaties links, na mobiliseren richting mediaal niet meer

Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten. Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

Schema + dynamische oefeningen

HWO:

vastus medialis trainen,

rectus femoris, ilioas rekken

Lunges 3x10 bdz

Patella mobiliseren richting mediaal

Protocol onderdelen:

*Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving*

---

19-10-2018

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

Subjectief

Tijdens ballet sprong oefeningen waardoor meer pijn. nam na oefeningen weer af. NPRS: 6. heup minder last.

Objectief

# Bezoeken

---

lunes knie richting valgus, aandacht op verloop knie voorkomen valgus

## Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten. Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

## onderzoek LWK:

inspectie stand: bekken SIAS lager, kan gecorrigeerd worden door zooltje net als scoliose

VBA 0 voorlauf li beperkt rucklauf li beperkt, shift li= re 8

## HWO:

vastus medialis trainen,

rectus femoris, ilioaspoas rekken

## Protocol onderdelen:

*Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving*

---

5-10-2018

## Fysiotherapeut:

Stagiair, Tom (overname)

## Subjectief

pijn knie is minder NPRS: 5

## Objectief

VBA 0 voorlauf li beperkt rucklauf li beperkt

## PlanVanAanpak

volgende week in de fitness

## Journaltekst

Therapiebeloop verloopt conform verwachting. Beleid conform zorgplan voortzetten. Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

## onderzoek LWK:

inspectie stand: bekken SIAS lager, kan gecorrigeerd worden door zooltje net als scoliose

VBA 0 voorlauf li beperkt rucklauf li beperkt, shift li= re 8

## HWO:

vastus medialis trainen,

rectus femoris, ilioaspoas rekken

## Protocol onderdelen:

*Actief Afgerond Fase Onderdeel Omschrijving*

---

28-9-2018

## Fysiotherapeut:

Hessing, T. (Tom)

## Subjectief

anamnese

## Objectief

onderzoek

## Evaluatie

# Bezoeken

---

PFPS

PlanVanAanpak

kracht vastus med + beenspieren

Journaaltekst

Screening, Intake en onderzoek heeft plaatsgevonden en doelen zijn doorgesproken met de patient.

Protocol onderdelen:

| <i>Actief</i> | <i>Afgerond</i> | <i>Fase</i> | <i>Onderdeel</i> | <i>Omschrijving</i>                                    |
|---------------|-----------------|-------------|------------------|--------------------------------------------------------|
| p             | p               | 1           | 1                | Numeric Pain Rating Scale (Gemiddeld)                  |
| p             | p               | 1           | 2                | Patient Specifieke Klachten (PSK)                      |
| p             | p               | 1           | 3                | Knee injury and Osteoarthritis Outcome Score (KOOS-PS) |

---

# Vragenlijst overzicht

---

28-9-2018

Vragenlijst: Patiënt Specifieke Klachten (PSK)

Score:

Hardlopen >1 minuut 100

1x hurken 100

Fietsen >1 min 90

1x trap oplopen 90

Commentaar:

---

28-9-2018

Vragenlijst: Knee injury and Osteoarthritis Outcome Score - Physical Function Short Form (KOOS-PS)

Score: 31,7999992370605

Commentaar:

De mate van beperkingen in functioneren in het dagelijks leven als gevolg van de knieklachten. 0 punten staat voor geen moeite en 100 voor extreme moeite.

---

28-9-2018

Vragenlijst: Numeric Pain Rating Scale (gemiddeld) (NPRS)

Score: 8

Commentaar:

De mate van pijn, weergegeven op een schaal van 0 tot 10 waarbij 0 staat voor geen pijn en 10 voor ergste pijn voorstelbaar.

---

# Meting overzicht

---

28-9-2018

Meting: Goniometing Knie Actief. Niet aangedaan - Aangedaan (Gonio Knie Actief)

Commentaar:

Flexie niet-aangedaan: 150,00 graden

Flexie aangedaan: 150,00 graden

Extensie niet-aangedaan: 15,00 graden

Extensie aangedaan: 15,00 graden

Endorotatie niet-aangedaan: 30,00 graden

Endorotatie aangedaan: 30,00 graden

Exorotatie niet-aangedaan: 40,00 graden

Exorotatie aangedaan: 40,00 graden

---