

SPORTFYSIOTHERAPIE

Een aantal jaren terug is het NOC*NSF begonnen met de opleiding tot allround sportfysiotherapeut. Veel sporters vragen zich af wat het verschil is tussen een fysiotherapeut en een sportfysiotherapeut.

Als je geblesseerd bent aan je bewegingsapparaat (gewrichten, spieren, banden enz.) dan kun je een verwijzing voor de fysiotherapeut krijgen. Je moet de fysiotherapeut zien als een soort 'monteur' die de klachten probeert te herstellen. Normaal gesproken stopt de behandeling als je je dagelijkse activiteiten weer uit kunt voeren. Maar een sporter wil graag weer zijn sport bedrijven. Dit niveau is hoger dan de dagelijkse activiteiten. De behandeling gaat dan over in de begeleiding tot het sportniveau. Je moet dan weten wat voor sport iemand bedrijft. Hoe is de trainingsopbouw? Is de blessure ook het gevolg van een verkeerde training of overtraining? Wordt er gebruik gemaakt van de juiste materialen? Bij loopsporten (zoals ook bij het kaatsen) kan verkeerd schoeisel de oorzaak zijn van blessures. Naast begeleiding is preventie ook een belangrijk aspect. Preventie betekent zowel proberen te voorkomen dat in dit geval een kaatser dezelfde blessure weer krijgt. Maar als blijkt dat een blessure bij meerdere kaatsers voorkomt, moet je ook proberen te voorkomen dat andere kaatsers die blessure ooit krijgen voor zover dat mogelijk is. Een goed overleg tussen sportfysiotherapeut en trainers is dus van wezenlijk belang. Het grote probleem bij het kaatsen is dat er tot nog toe geen (wetenschappelijk) onderzoek is gedaan naar de meest voorkomende blessures, zoals dat bij veel andere sporten wel het geval is. Ik ben momenteel bezig met het maken van een inventarisatie van de blessures van alle kaatsers die de afgelopen twee jaren in onze praktijk zijn behandeld. Wanneer zo'n onderzoek over een aantal jaren wordt gedaan dan kunnen we misschien bepaalde conclusies trekken met betrekking tot kaatsblessures en de preventie ervan.

Een van de belangrijkste aspecten uit de opleiding tot sportfysiotherapeut is het je kunnen verplaatsen in de belevingswereld van de sporter. De sporter heeft nl. maar een belang; zo snel mogelijk weer fit worden. De druk op de sporter wordt steeds groter naarmate er meer geld omgaat in de sport. Gelukkig hebben we bij het kaatsen nog niet te maken met het echte grote geld, waardoor sponsors (nog) geen druk uitoefenen op de kaatsers om (te) vroeg te beginnen na een blessure. Ook is een blessure nog niet 'het zwaard van Damocles' boven het hoofd van een coach of een bestuur met betrekking tot de resultaten.

Voor een sportfysiotherapeut geldt alleen de blessure en het herstel. Tussen de verschillende belangen door moet de therapeut in samenspraak met de geblesseerde kaatser bepalen wanneer een blessure zover is genezen dat de training en/of wedstrijden weer hervat kunnen worden.

Een belangrijk onderdeel van de opleiding is ook nog de EHBSO (Eerste Hulp Bij Sport Ongevallen) als verbijzondering van de EHBO. Hoe ga je om met acute blessures wanneer deze tijdens trainingen of wedstrijden ontstaan? Volgende maand komen we op dit aspect terug.