

NASCHOLING VOOR
FYSIOTHERAPEUTEN



KOMT EEN SPORTER bij de **FYSIOTHERAPEUT**

Return to Play

Vrijdag 28 juni 2019
Stadion Galgenwaard Utrecht

Accreditatie wordt aangevraagd bij het KNGF en St. Keurmerk Fysiotherapie

U kunt zich aanmelden op www.marktwo.nl



KOMT EEN SPORTER bij de FYSIOTHERAPEUT

Een geblesseerde sporter heeft vaak maar één wens: zo snel mogelijk weer het veld in. Bijvoorbeeld omdat hij/zij het competitie seizoen niet wil mislopen of gewoon omdat sporten en bewegen bij zijn/haar levensstijl hoort. Maar wie te snel terugkeert na een blessure loopt het risico op recidiverende klachten. Aan u de taak om in te schatten wat het juiste moment is voor een patiënt om weer te gaan sporten.

Om u daarbij te helpen organiseren wij op vrijdag 28 juni 2019 de nascholing 'Return to Play'. Aan de hand van verschillende blessures laten we zien welke richtlijnen u kunt gebruiken om dit moment zo goed mogelijk te bepalen.

We gaan het hebben over herstel na kruisbandletsel en sporthervatting na hamstringblessures. Over sporten na een inversietrauma of een stabiliserende schouderoperatie. Ook terugkeer na een hersenschudding komt aan bod. Een belangrijk thema waar de KNVB, samen met het VUmc en AMC, vorig jaar een speciale polikliniek voor in het leven heeft geroepen. En we sluiten de dag af met een verhaal over de mentale aspecten van revalidatie omdat psychologische factoren, zoals angst voor een nieuwe blessure, ook een rol kunnen spelen bij het weer wedstrijdfit worden.

Namens programmavoorzitter,
Robert van Cingel, fysiotherapeut en directeur Sport Medisch Centrum Papendal

Met vriendelijke groet,
Steven Korteling, cursusmanager Mark Two Academy

PROGRAMMA

09.00 uur Registratie, koffie en thee

09.30 uur Welkom en toelichting op het programma Robert van Cingel

09.45 uur **Return to Play: 3 fasen**

Return to play wordt onderverdeeld in drie fasen: 1) return to activity, 2) return to sports en 3) return to performance. De laatste fase is met name voor de topsporter van belang maar ook hij/zij zal de eerste twee fasen moeten volbrengen. De revalidatie wordt geleidelijk opgebouwd en verloopt meestal niet volgens een vast patroon. Er wordt altijd geïndividualiseerd. De ene patiënt kan al na 6 weken zijn sport hervatten, de ander kan er soms 12 maanden of langer over doen. Tijdens deze voordracht lopen we de verschillende fasen langs en bespreken we de belangrijkste (risico)factoren om het return to play moment te kunnen bepalen, zoals de aard van het letsel, de sport die wordt beoefend, de leeftijd van de sporter en eventuele behandelingen/operaties die eerder hebben plaatsgevonden. Ook is er aandacht voor contextuele factoren als clubbelangen, ouders, media en sponsors.

10.30 uur **Terugkeer na hersenschudding**

Het komt nogal eens voor dat sporters in een duel om de bal hard met hun hoofd tegen elkaar aan botsen. Dit kan leiden tot een hersenschudding. Het is verstandig om het herstel van een hersenschudding serieus te nemen want als een sporter nogmaals een hersenschudding oploopt terwijl hij nog niet helemaal genezen is van de vorige hersenschudding zijn de symptomen vaak erger en kan dit in uitzonderlijke gevallen leiden tot een coma of zelfs de dood. Daarom bespreken we tijdens deze voordracht de huidige richtlijnen voor terugkeer na een hersenschudding



11.15 uur Pauze

11.30 uur **Herstel na kruisbandletsel**

Na een knietrauma en operatieve behandeling zijn vele automatismen verstoord. Het biologisch herstel van de kruisbandplastiek kan wel 2 jaar in beslag nemen. De succesverhalen van topsporters die al na een paar maanden weer op het veld staan, zijn helaas niet de gouden standaard. Te snelle revalidatie en return to sport (<6 – 9 maanden) wordt dan ook steeds vaker afgeraden. Factoren als botkneuzing, kans op verwijding van de bottunnels, verstoorde proprioceptie, verminderde neuromusculaire controle en bovenbeenspierkracht vragen om een langer herstel en revalidatie. Er zijn een aantal criteria voor de return to sport met een gereduceerd risico voor nieuw trauma. Die bespreken we tijdens deze voordracht.

12.15 uur **Sporthervatting na hamstringblessures**

De hamstringblessure is in het voetbal de meest voorkomende spierblessure. De herstelperiode varieert van een paar dagen tot meerdere maanden, waardoor zowel de speler als de club hinder ondervinden. Daarnaast kent de hamstringblessure een hoog recidiefpercentage (12-33%). Van deze recidieven treedt meer dan 60% op binnen een maand na RTP/sporthervatting. Genoeg redenen om tijdens deze voordracht de criteria te behandelen waaraan een voetballer moet voldoen om na een hamstringblessure weer klaar te zijn voor return to sport. Daarnaast gaan we in op de vraag of deze criteria ook gelden voor hamstringblessures in andere sporten.

13.00 uur Lunch

14.00 uur **Terugkeer na inversietrauma**

Enkelblessures komen veelvuldig voor bij (top)sporters. Een spoedig herstel en snelle sporthervatting zijn meestal gewenst. Het is mede aan u om te bepalen wanneer de patiënt zijn sportactiviteiten kan hervatten. De criteria voor return to sport na een inversietrauma worden tijdens deze voordracht besproken. Ook laten we zien welke testen u bij deze beslissing kunnen helpen.

14.45 uur **Sporten na een stabiliserende schouderoperatie**

Voorste schouderinstabiliteit is een bekend euvel onder sporters die een bovenhandse sport uitoefenen. Als de klachten niet weg gaan dan wordt er vaak een stabiliserende schouderoperatie uitgevoerd. Tijdens deze les staat het revalidatietraject na zo'n operatie centraal. We bespreken de huidige criteria om het return to sport moment te bepalen. Ook laten we zien welke testen u kunt afnemen na een stabiliserende schouderoperatie om een zo objectief mogelijke uitspraak te doen over de haalbaarheid van terugkeer naar het preoperatieve sportniveau.

15.30 uur Pauze

15.45 uur **Angst om weer te gaan sporten**

Bij revalideren staat vaak het fysieke herstel van de opgelopen blessure centraal. Hoe snel iemand weer op het sportveld staat is echter van meer factoren afhankelijk dan alleen het fysieke herstel. Uit onderzoek blijkt dat psychologische factoren, zoals angst voor een nieuwe blessure, ook een rol kunnen spelen om weer wedstrijdfit te worden. We sluiten de dag daarom af met een voordracht over psychologische factoren die een rol kunnen spelen tijdens het revalidatietraject en hoe u daar rekening mee kunt houden als behandelaar.

16.30 uur Einde programma, borrel.



ALGEMENE INFORMATIE

Doelgroep

Deze nascholing is bedoeld voor fysiotherapeuten.

Datum

Vrijdag 28 juni 2019

Locatie

Stadion Galgenwaard Utrecht

Kosten

De kosten voor deelname bedragen €230,-
Mark Two is als geregistreerde instelling voor kort beroepsonderwijs vrijgesteld van BTW.

Annulering

Bij annulering tot 2 weken voor de bijeenkomst, brengen wij €50,- administratiekosten in rekening. Daarna bent u het volledige registratiebedrag verschuldigd. U kunt dan nog wel een collega in uw plaats laten deelnemen. Neemt u daarvoor contact op met ons secretariaat info@markttwo.nl.

Accreditatie

Accreditatie is aangevraagd voor 5 uur bij:

- KNGF (Registers: algemeen fysiotherapeut en sportfysiotherapeut)
- Stichting Keurmerk Fysiotherapie

Aanmelden

U kunt zich aanmelden op de website www.marktwo.nl.

Meer informatie

MarkTwo  Academy

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met organisatiebureau Mark Two Academy
Steven Korteling, projectmanager | skorteling@markttwo.nl
Telefoonnummer: 033-4345730



KOMT EEN SPORTER
bij de **FYSIOTHERAPEUT**