



FYSIOTHERAPIE bij **OUDEREN**

- Patiënten met heup- en/of knieartrose
- Neurorevalidatie CVA
- Bewegen tegen Parkinson
- Behandeling chronische pijn
- Coach2Move aanpak kwetsbare ouderen
- Valpreventie

Vrijdag 22 november 2019
Postillion Hotel Bunnik (Utrecht)

Accreditatie wordt aangevraagd bij het KNGF en St. Keurmerk Fysiotherapie

FYSIOTHERAPIE

bij **OUDEREN**

Nederland vergrijst, dat weten we inmiddels allemaal. Daarom wordt het steeds belangrijker dat we binnen onze praktijken zijn ingespeeld op de oudere patiënt. Fysiotherapie kan een belangrijke bijdrage leveren aan het onderhouden en verbeteren van de mobiliteit van ouderen waardoor de kwaliteit van leven stabiel blijft of zelfs verbetert. Maar dat vergt wel de nodige kennis en expertise.

Daarom organiseren wij op vrijdag 22 november 2019 een nascholing die geheel in het teken staat van fysiotherapie bij ouderen. Op basis van de meest recente wetenschappelijke inzichten leggen we uit hoe u de oudere patiënt kunt behandelen en reactiveren, bijvoorbeeld na een CVA of een gewrichtsvervangende operatie. Ook de behandeling van chronische pijn (een veel voorkomend probleem bij ouderen) komt aan bod en we laten zien hoe u boksen kunt inzetten bij patiënten met parkinson. Kortom; een gevarieerd programma voor de fysiotherapeut die (nog) deskundiger wil worden binnen het geriatrie domein.

Namens programmavoorzitter,

Dr. Nienke de Vries, onderzoeker Radboudumc, afdeling neurologie, bestuurslid van de Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de Geriatrie (NVFG).

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 Nienke de Vries

09.40 uur **Patiënten met heup- en/of knieartrose**

De verwachting is dat het aantal personen met artrose tot 2030 zal toenemen met 37% mede vanwege de vergrijzing. Een patiëntgroep om rekening mee te houden dus. Aan de hand van de nieuwe KNGF richtlijn (2018) gaan we in op de behandeling van heup- en knieartrose. Bij milde artrose gaat dat vooral om het inzetten van de juiste oefeningen in combinatie met een aangepast houdings- en beweegprogramma. Ook kijken we naar patiënten die geopereerd moeten worden en het belang van pre-operatief trainen (Better in Better out principe). En natuurlijk komt ook het revalidatietraject na operatie aan bod. Na deze les bent u weer helemaal bij!

10.30 uur **Neurorevalidatie na CVA**

Leeftijd is een belangrijke risicofactor voor het krijgen van een CVA. In driekwart van de gevallen treft een beroerte iemand die ouder is dan 65 jaar. Daarom staan we tijdens deze nascholing over fysiotherapie bij ouderen ook stil bij de rol van de therapeut tijdens het neurorevalidatieproces na een CVA. Het doel is de patiënt zo snel mogelijk activeren en zo optimaal mogelijk laten functioneren in het dagelijks leven, maar hoe kunt u dat het beste doen? Aan de hand van verschillende hulpvragen wordt een aantal effectieve behandelinterventies uit de KNGF-richtlijn voor patiënten met een CVA opgefrist.



11.20 uur Pauze

11.40 uur **Bewegen tegen Parkinson**

Er is steeds meer bewijs dat intensief bewegen en sporten een positief effect heeft op mensen met de ziekte van Parkinson. Denk hierbij aan sporten zoals dans, tai chi en Nordic walking. Ook onderzoek naar non contact-boksen toont positieve resultaten. Het laat zien dat mensen met de ziekte van Parkinson minder last krijgen van hun klachten en vooruit gaan in hun dagelijks functioneren. Bovendien ervaren de deelnemers de training als een goede uitlaatklep. Om deze redenen bieden steeds meer praktijken dit soort activiteiten aan. Tijdens deze les nemen we verschillende initiatieven onder de loep en kijken we naar de beschikbare evidentie achter dergelijke activiteiten.

12.30 uur Lunch

13.20 uur **Behandeling van chronische pijn**

Chronische pijn is een veel voorkomend probleem bij ouderen. Een van de belangrijkste doelen of aangrijpingspunten van de fysiotherapeut bij chronische pijn is het verbeteren van het activiteitsniveau. De patiënt moet leren minder afhankelijk van de pijn te functioneren. Diverse actieve oefenvormen, waaronder ook gedragsgeoriënteerde benaderingen zoals graded activity en graded exposure, kunnen daarvoor ingezet worden. Waarom en wanneer kiest u voor welke methode? Tijdens deze les worden hiervoor uitgangspunten benoemd en zullen m.n. graded activity en graded exposure vanuit een praktische invalshoek nader toegelicht worden.

14.10 uur **Coach2Move aanpak voor kwetsbare ouderen!**

Coach2Move is een fysiotherapeutische strategie voor de begeleiding van kwetsbare ouderen met problemen in mobiliteit. Het is gebaseerd op het klinisch redeneren en beoogt niet alleen individuele behandeldoelen te bereiken, maar ook te coachen naar meer lichamelijke activiteit. Hierbij staan onder andere gedragsbeïnvloedende technieken om zelfmanagement en zelfredzaamheid te bevorderen centraal. Ook de omgeving wordt ingezet om het zelfmanagementproces te ondersteunen en te faciliteren. Tijdens deze les maakt u kennis met de uitgangspunten van Coach2Move.

15.00 uur Pauze

15.30 uur **Valpreventie**

Bij het ouder worden neemt de kans op vallen toe, bijvoorbeeld door cognitieve problemen, verminderde balans, afgenomen spierkracht of een combinatie daarvan. De impact van een val kan heel groot zijn en is de belangrijkste oorzaak van een heupfractuur. Gelukkig zijn er een aantal valpreventieprogramma's. Die bespreken we tijdens deze les. We laten zien hoe u door middel van training de kans op vallen kunt verminderen en welke spierversterkende oefeningen preventief gedaan kunnen worden om de klap beter op te kunnen vangen als het toch gebeurt.

16.20 uur Einde programma, borrel



ALGEMENE INFORMATIE



Doelgroep

Deze nascholing is bedoeld voor fysiotherapeuten.

Datum

Vrijdag 22 november 2019

Locatie

Postillion Hotel Bunnik (Utrecht)

Kosten

De kosten voor deelname bedragen €230,-. Bent u lid van de NVFG, dan krijgt u 10% korting. 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 wordt aangevraagd voor 5 uur bij:

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

Aanmelden

U kunt zich aanmelden op de website www.marktwo.nl. Ook kunt u het bijgevoegde aanmeldformulier invullen en retourneren.

Meer informatie

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

MarkTwo  Academy

FYSIOTHERAPIE
bij **OUDEREN**