العلاج الطبيعي لليد

في Fysio Topfit

قد تعيق مشكلات اليد أو الرسغ أو الأصابع اللباس والكتابة والعمل والرياضة. نركز على أفضل استخدام ممكن لليد في الحياة اليومية.

احجز موعدًا

امسح الرمز أو اتصل على 085-0514000. أخبرنا بالعلاج الذي ترغب في مناقشته.

للمزيد: www.fysiotopfit.nl

الإصدار 1.1 – نوفمبر 2026

فروعنا

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

للتواصل العام
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

واتساب
06-57250687
(للرسائل فقط، وليس للمكالمات)

امسح الرمز لمعرفة ساعات العمل

حمّل تطبيقاتنا

Fysio Topfit

Download on the App Store

Topfit met Toppie

احصل عليه من Google Play

تنزيل مجاني لهواتف iPhone وAndroid.

الفريق المعالج

Krista van Kempen متخصصة في علاج اليد. الخدمة فقط في Ter Aar: 0172-603434، teraar@fysiotopfit.nl.

معلومات عملية

أحضر تقرير العملية وتعليمات الجراح وأي جبيرة. التغطية الأساسية تعتمد على الاستطباب المحدد؛ الروماتويد لا يمنح تلقائياً تغطية جميع علاجات اليد.

التكاليف والتأمين

تعتمد التغطية على الحالة الطبية وشروط وثيقتك. قد يغطي التأمين الإضافي الجلسات ضمن شروطه وحدوده. لبعض الحالات قواعد خاصة في التأمين الأساسي. قد تلزم إحالة، ويُطبق عادة على البالغين مبلغ التحمل السنوي القانوني (eigen risico). تدفع بنفسك ما لا يغطيه التأمين. اسأل مسبقاً عن السعر الحالي.

لأي حالات؟

بعد الكسور أو إصابات الأوتار والأعصاب والأربطة، مثل إبهام المتزلج أو إصابة TFCC، أو بعد جراحة اليد والرسغ. وقد تشمل الحالات الخشونة والروماتويد والإصبع الزنادي ودي كيرفان وانضغاط الأعصاب ودوبويتران والكيس الزلالي.

يختلف العلاج حسب الحالة. قد يلزم أولاً فحص الطبيب أو التشاور مع الجراح. لا تحتاج كل مشكلة إلى التمارين أو الجبيرة نفسها.



الفحص والعلاج

نناقش المهام الصعبة ونفحص الحركة والقوة والإحساس والاستخدام اليومي. قد تشمل الخطة التمارين وتقليل التورم والعناية بالندبة والجبيرة ونصائح للعمل والمنزل.

بعد الجراحة نتبع تعليمات الجراح. يعتمد توقيت التمرين ومقداره على العملية والتئام الأنسجة. لا تبدأ أو تزيد التمارين من نفسك.



ماذا تفعل بنفسك؟

التزم بالجدول المتفق عليه. كميات صغيرة في الوقت المناسب غالباً أفضل من الكثير دفعة واحدة. أبلغ عن زيادة الألم أو التورم أو مشكلات الجبيرة، ولا تعدلها بنفسك.

راجع الطبيب فوراً إذا أصبح الإصبع بارداً أو شاحباً أو أزرق، أو ظهر فقد إحساس جديد، أو جرح أحمر ساخن مع حمى. احم اليد بعد الجراحة حسب التعليمات.

قبل موعدك

أحضر بطاقة الهوية وبيانات التأمين وأي إحالة أو نتائج فحوص. ارتد ملابس تتيح الحركة بسهولة. أخبرنا مسبقاً إذا كنت بحاجة إلى مساعدة لغوية أو دعم في التواصل.