Tedavi ekibiniz

Joram Janson Spor Fizyoterapisi yüksek lisansını tamamlamıştır. Hedefleri ve yeri görüşmek için ulaşın.

Pratik bilgiler

Spor veya ameliyat bilgilerini ve rahat hareket kıyafetini getirin. Spor ayakkabısı da istenebilir.

Ücret ve sigorta

Geri ödeme, tıbbi endikasyona ve poliçeye bağlıdır. Ek sigorta, kendi koşulları ve limiti dahilinde seansları karşılayabilir. Bazı endikasyonlarda temel sigortanın özel kuralları geçerlidir. Sevk gerekebilir ve yetişkinlerde genellikle yasal muafiyet tutarı (eigen risico) uygulanır. Karşılanmayan ücretleri kendiniz ödersiniz. Güncel ücreti önceden sorun.

Şubelerimiz

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

Genel iletişim
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(yalnızca mesaj, arama yapılmaz)

Çalışma saatleri için kodu tarayın

Uygulamalarımızı indirin

Fysio Topfit

App Store'dan İndirin

Topfit met Toppie

İNDİRİN Google Play

iPhone ve Android için ücretsiz indirin.

Spor fizyoterapisi

Fysio Topfit'te

Yaralanma sonrası uygun düzeyde spora dönmek istersiniz. Spor fizyoterapisi iyileşme ve antrenman/yarışmaya kademeli dönüşü destekler.

TOPFIT FYSIO

Randevu alın

QR kodunu tarayın veya 085-0514000 numarasını arayın. Hangi tedavi için başvurduğunuzu belirtin.

Daha fazla bilgi: www.fysiotopfit.nl

Sürüm 1.1 – Kasım 2026

Yaralanmadan spora

Sporu, yükü, yaralanmayı, önceki sorunları ve hedefi görüşürüz. Muayene sporunuzun istediği güç, hareket, kondisyon ve kontrole odaklanır.

Ameliyat sonrası cerrah protokolüyle rehabilitasyon uygun olabilir. Dönüş yalnız geçen haftaya değil, iyileşme ve işleve bağlıdır.



Kişisel program

İyileşirken mümkünse kondisyonun diğer yönlerini korursunuz. Egzersizler koşu, sıçrama, iniş, hızlanma veya dönme gibi spora özgü hale gelir.

Uygun testler ve antrenman tepkileriyle ne zaman artırılabileceğine karar veririz. Tam iyileşme veya eski seviyeye dönüş garantisi yoktur.



Yük ve önleme

Antrenman-dinlenme dengesi, uyku ve kademeli artış kapasiteyi destekler. Hızlı dönüş baskısı ve aşırı yük işaretlerini görüşün. İzninizle antrenör ve uzmanlarla koordine oluruz.

Ciddi yaralanma, şekli bozulmuş eklem veya yük verememe önce hekim gerektirir. Tıbbi tedavi endikasyonu olmayan performans antrenmanı otomatik sigortalı fizyoterapi değildir.

Randevudan önce

Kimliğinizi, sigorta bilgilerinizi ve varsa sevk belgesi ile tetkik sonuçlarınızı getirin. Rahat hareket edebileceğiniz kıyafetler giyin. Dil veya iletişim desteğine ihtiyacınız varsa önceden bildirin.