Sportblessures

Een sportblessure kan erg vervelend zijn en het sporten in de weg staan. Onze experts bij Hardloopfit XL staan voor u klaar om u zo snel als mogelijk weer fit te krijgen voor het hardlopen.

Geef bij ons aan welke blessure u hebt, dan beoordelen we welke behandeling er nodig is. Bij de sportarts, chiropractor, fysiotherapeut of een andere specialist. Dit kan via het contactformulier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/sport-medisch-centrum-smc/hardloopfit-xl/contact) of door te bellen naar (073) 553 35 53. We hebben de volgende specialisten:

Sportartsen

Onze sportartsen kunnen u helpen bij de diagnostiek, behandeling en evaluatie van (complexe) sportblessures. Ook kunt u bij ons terecht voor preventief medische onderzoeken en voor sportmedische begeleiding, met als uitgangspunt het op een verantwoorde manier verbeteren van het prestatievermogen van sporters. Als u een afspraak wil maken bij de sportarts, dan kunt u bellen naar (073) 553 35 53. Lees hier meer over het inplannen van een afspraak (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/sport-medisch-centrum-smc/afspraak-maken-bij-het-sport-medisch-centrum).

Podotherapie

U zet bij hardlopen vele stappen in steeds hetzelfde ritme en richting en helaas kan dat soms een probleem veroorzaken. De voet is de basis van het been en als daardoor een voet, knie, heup of rug niet goed kan functioneren, dan kunt u blessures krijgen in gewrichten, spieren en/of pezen. Een sportpodotherapeut kan samen met u analyseren waar het probleem ligt en daarbij een sportzool, passend schoenadvies, verbetering looptechniek of schema adviseren. Lees hier meer over sportpodotherapie en het maken van een afspraak (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/sport-medisch-centrum-smc/sportpodotherapie).

Fysiotherapie

Fysiotherapie speelt een cruciale rol bij het behandelen en voorkomen van hardloopblessures en/of voor performance verbeteringen. Door middel van educatie/advies, oefentherapie, specifieke kracht- en looptrainingen helpen wij hardlopers om beter te worden door bewegen, gericht op hun eigen doelstellingen. Voor meer informatie over het inplannen van een afspraak, kijkt u op de website van Fysiom (https://www.fysiom.nl/).

Chiropractie

Binnen de chiropractie wordt gekeken naar de keten van bewegingen in het lichaam. Hardloopblessures worden vaak veroorzaakt door a-symmetriën in het lichaam: zo kan een torsie in het bekken bijvoorbeeld een overbelasting aan één zijde van het been geven. Uw blessure ontstaat niet zomaar, de oorzaak moet opgespoord kunnen worden. Chiropractie leent zich uitermate goed voor dit soort biomechanische analyses. Een second opinion is bij ons ook mogelijk. Meer informatie over het inplannen van een afspraak vindt u op de website van Cyclolab (https://www.cyclolab.nl/blessures).

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis

Laatste revisie: 4 september 2025 - 9:48