Behandeling

Sportfysiotherapie

Sportfysiotherapie is gericht op reactivatie, revalidatie en het voorkomen van blessures bij topsporters, prestatiesporters, recreatieve sporters en mensen die niet actief zijn in de sport.

De sportfysiotherapeut kijkt vanuit uw standpunt naar uw blessure. Hij of zij begrijpt dat het belangrijk is dat u kunt blijven sporten en zo snel mogelijk op uw oude niveau wilt terugkeren.

(073) 553 35 53

8.30-12.00 uur en van 13.30-16.30 uur (op donderdag niet)

Donderdag: 8.30-12.00 uur en van 13.30-21.00 uur (tussen 17.00 – 17.30 pauze)

Hoe verloopt de behandeling?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw behandeling.

Voorbereiding

Wat gebeurt er voor de behandeling?

Waar meldt u zich?

Marathonloop 9, 5235 AA 's-Hertogenbosch

De ingang van het Sport Medisch Centrum zit in Sporthal 'De plek' aan de linkerkant. U gaat naar de eerste etage, door de glazen deuren. Daar meldt u zich bij de informatiebalie.

Het Zuiderkruis 23a, 5215 MV 's-Hertogenbosch

U meldt zich bij de slagboom bij het Sport Medisch Centrum. Daarna meldt u zich via ingang A (hoofdingang Visma I Lease a Bike).

Analyse

De sportfysiotherapeut doet eerst een sportspecifieke analyse van uw blessure. Tijdens de analyse kijkt de sportfysiotherapeut onder andere naar:

- het niveau waarop u sport;
- uw kwaliteiten als sporter, denk hierbij aan lenigheid, techniek, kracht, snelheid en uithoudingsvermogen;

- de hoeveelheid en intensiteit van uw trainingen;
- de hoeveelheid wedstrijden waar u aan meedoet.;
- de seizoensopbouw;
- met wie u te maken heeft.

Op basis van de analyse besluit de sportfysiotherapeut of het nodig is om u door te verwijzen naar een sportarts, orthopeed, diëtist of manueel therapeut. Ook stelt u samen een behandeldoel op en spreekt u af wanneer u dat doel wilt behalen. Daarnaast geeft de sportfysiotherapeut advies over een ander trainingsprogramma om de conditie zoveel mogelijk gelijk te houden. Hierbij kan de sportfysiotherapeut overleggen met de trainer, coach, verzorger, clubfysiotherapeut enzovoort.

De behandeling

Hoe verloopt de behandeling?

Het meest belangrijk tijdens de behandeling is:

- voorlichting over de klacht;
- de oorzaak van de klacht;
- het voorkomen van de klacht;
- weer beginnen met de sport.

We maken zoveel mogelijk gebruik van vrije training met balansmatten, dumbbells en halters. Hierdoor zijn de oefeningen al vroeg gericht op sport. Daarnaast kunnen we gebruik maken van mobilisatietechnieken om gewrichten soepeler te maken, taping en braces.

Praktische tips

Uw afspraak bij de sportfysiotherapeut

Heeft u een (sport)blessure? Dan kunt u snel terecht bij een sportfysiotherapeut van Fysiom bij het Sport Medisch Centrum voor een beoordeling van uw blessure, diagnostiek, behandeling en begeleiding. Hier vindt u meer informatie over wat u kunt verwachten van uw afspraak (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-kunt-u-verwachten-als-u-een-afspraak-heeft-bij-een-fysiotherapeut-van-het-smc).

Wat neemt u mee?

U moet meenemen naar uw afspraak op het Sport Medisch Centrum:

- uw geldig identiteitsbewijs
- uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO).

Soms moet u zich extra voorbereiden op uw afspraak in het SMC. Bijvoorbeeld als u een onderzoek of behandeling krijgt. Dit leest u bij de informatie over uw onderzoek of behandeling.

Tarieven en vergoedingen

Alle informatie over de tarieven en vergoedingen (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven-en-vergoedingen-smc) van sportgeneeskunde, sportfysiotherapie, sportdietetiek, sportpsychologie en sportpodotherapie.

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt

(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Betrokken afdelingen

Sport Medisch Centrum (SMC) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/sport-medisch-centrum-smc)

Sportfysiotherapie in het Sport Medisch Centrum
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/sportfysiotherapie-in-het-sport-medisch-centrum)

Meer informatie

Sportfysiotherapie bij Fysiom (https://www.fysiom.nl/specialisaties/sportfysiotherapie/)
Meer informatie over sportfysiotherapie.

Code SMC-028

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis