

## Aanmelden

U kunt zich van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 17.00 uur zowel telefonisch op (0313) - 414 866 als persoonlijk aanmelden bij onze secretaresse. Ook kunt u natuurlijk een mail sturen naar [info@fhc-dieren.nl](mailto:info@fhc-dieren.nl) of vul het contactformulier in op onze website.

## Zorgverzekering & kosten

De kosten van deze looptraining worden betaald vanuit de basisverzekering, omdat er sprake is van een chronische indicatie. Dit geldt voor een maximaal aantal van 37 behandelingen waarbij aanspraak gemaakt wordt op het eigen risico. Wanneer het volledige eigen risico is bereikt, worden de resterende behandelingen vanuit de basisverzekering vergoed.

Om deel te nemen aan het programma is een verwijzing vereist, bij voorkeur van uw vaatspecialist.

Na het beëindigen van de looptraining is het mogelijk om in een speciale Fysio-Fit groep de herwonnen belastbaarheid te onderhouden. De kosten komen dan voor eigen rekening.

## Telefoon

(0313) - 414 866

Op werkdagen tussen 08.00 - 17.00 uur.

## Internet

[info@fhc-dieren.nl](mailto:info@fhc-dieren.nl)

[www.fhc-dieren.nl](http://www.fhc-dieren.nl)

# Claudicatio intermittens

Looptraining om de pijnvrije  
loopafstand te vergroten

Ook bekend  
als **etalage-  
benen**

## Fysiotherapie locaties

### Hoofdvestiging & postadres

Treubstraat 70a  
6951 BB Dieren

### Dependances

Wilhelminaweg 25  
6951 BM Dieren

Imboslaan 71  
6951 KA Dieren



Informeer bij  
uw therapeut  
naar de **juiste  
locatie**



## Wat is Claudicatio intermittens?

Claudicatio intermittens is een pijnklacht aan de benen die wordt veroorzaakt door een doorbloedingsstoornis. Deze stoornis ontstaat door verkalking van de bloedvaten waardoor vernauwing (stenose) ontstaat. De effectieve doorbloeding van de benen neemt af, waardoor bij inspanning de typische klachten ontstaan door een tekort aan zuurstofrijk bloed in de spieren. Claudicatio intermittens komt in verschillende stadia voor. Het is belangrijk de behandeling in een zo vroeg mogelijk stadium te starten.

## Wat zijn de klachten?

De voornaamste klachten zijn: vermoeidheid, kramp, doof gevoel en pijn in de benen. De afstand die pijnvrij zonder klachten gelopen kan worden, neemt steeds verder af. Pijnklachten verdwijnen indien men even stil staat, bijvoorbeeld voor een etalage. Vandaar de naam "etalagebenen".

## De therapie

De therapie bestaat hoofdzakelijk uit looptherapie. Dit is een trainingsprotocol van 12 maanden onder begeleiding van een speciaal daarvoor opgeleide fysiotherapeut. Deze zal een trainingsprogramma samenstellen, dat het beste bij uw situatie past. In de eerste 3 maanden krijgt u een intensieve trainingsbegeleiding van 2 - 3 keer per week. De geboekte (loop)winst kan natuurlijk alleen een blijvend karakter krijgen als u steeds meer zelfstandig gaat trainen. De resterende 9 maanden zal uw voortgang worden geëvalueerd en bewaakt middels controle afspraken van 1 x per maand. Het is heel belangrijk voor het slagen van de behandeling, dat u zich goed aan het trainingsprogramma houdt.

## Wat is het doel?

Het doel van de looptraining is het vergroten van de pijnvrije loopafstand en het verbeteren van de conditie. Tevens zal uw fysiotherapeut aandacht besteden aan het verbeteren van uw looppatroon en het overwinnen van mogelijke angst voor inspanning. Daarnaast zal worden gewerkt aan het versterken van de spieren en een gezondere levensstijl zodat het risico op verdere problemen wordt verkleind.

## Voor wie?

### De looptraining is bedoeld voor mensen die:

- Pijnklachten aan de benen hebben, veroorzaakt door claudicatio intermittens;
- Geopereerd zijn aan de beenvaten en onder specialis-tische begeleiding moeten revalideren.

## Wie verzorgt de training?

Wij werken met gespecialiseerde therapeuten. Voor meer informatie verwijzen wij u naar onze website ([www.fhc-dieren.nl](http://www.fhc-dieren.nl)), bel (0313) - 414 866 tussen 08.00 tot 17.00 uur of vraag er naar bij onze secretaresse.

## Kleding

Het is aan te raden om tijdens de training kleding te dragen waarin u zich gemakkelijk kunt bewegen. Tevens verzoeken wij u schone sportschoenen mee te nemen.

## Intake

Voordat u kunt beginnen met de training vinden een intakegesprek en een conditietest plaats.

Vervolgens wordt er een individueel trainingsprogramma opgesteld.