

Heeft u vragen over uw voeten of ervaart u klachten in uw voeten, benen knieën, heupen of (lage) rug en bent u benieuwd of de podotherapeut iets voor u kan betekenen, neem dan contact met ons op.



Afspraak maken

Voor het maken van een afspraak of het beantwoorden van uw vragen zijn wij elke werkdag van 8.00 tot 17.30 uur te bereiken op nummer: **0413-331090**.

Via dit nummer kunt u een afspraak maken voor locatie Uden en Boekel.

Geen verwijsbrief nodig

De podotherapeut is vrij toegankelijk; voor het bezoeken van een podotherapeut heeft u geen verwijzing van de huisarts meer nodig.

Vergoeding

De podotherapeut wordt vanuit veel aanvullende verzekeringen (gedeeltelijk) vergoed. Voor de hoogte van de vergoeding adviseren wij u te kijken in uw polis of contact op te nemen met uw zorgverzekering.

Wij zijn geregistreerd in het kwaliteitsregister, zijn in het bezit van een praktijkkeurmerk en zijn aangesloten bij de Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten.

Huidafwijkingen

Eelt onder de voet is meestal het gevolg van verkeerd bewegen op de voet. Bijvoorbeeld door een afwijkende voetstand of teenstand. Maar ook als gevolg van andere klachten (knie-, heup-, rugklachten) waardoor er een ander looppatroon ontstaat of ten gevolge van ziektebeelden zoals reuma. Verkeerde of slecht passende schoenen veroorzaken ook vaak eelt, met name op de tenen.



Overmatige eeltvorming kan verschillende klachten geven uiteenlopend van branderigheid tot stekende pijn. Wanneer er op een klein gedeelte van de voet extra hoge drukkrachten plaatsvinden kunnen er likdoorns/eksterogen ontstaan. Het eelt wordt op die plaats dus naar binnen gedrukt en er ontstaat een soort “doorntje”.

Een likdoorn (ook wel eksteroog genoemd) kan erg pijnlijk zijn. Herhaaldelijk terugkerende likdoorns op de voet zijn aanleiding om een podotherapeut te bezoeken. Door in een vroeg stadium naar de podotherapeut te gaan kunnen vervelende klachten in een later stadium worden voorkomen door middel van advies en behandeling. De podotherapeut heeft verschillende behandelmogelijkheden: dit kan zijn een instrumentele behandeling aangevuld met een zooltherapie, bij verkeerde voetstand of looppatroon, of een teenstukje (=orthese)

van siliconen, bij verkeerde teenstand. Vaak kan een kleine aanpassing al veel verlichting geven. Tijdens een uitgebreid voetonderzoek wordt tijd en aandacht besteed aan de klacht of zorgvraag. Samen met u zoeken we naar de beste oplossing voor het probleem.

Diabetes

Patiënten met diabetes mellitus krijgen vaak te maken met specifieke voetproblemen die vervelende complicaties kunnen geven. Door zenuw schade (neuropathie) vermindert het gevoel in de voeten en wordt het niet opgemerkt als er een wond ontstaat. Als het bloed ten gevolge van hart- en vaatziekten minder goed stroomt in benen en voeten, kan een wond mogelijk slecht genezen. Een dergelijke wond kan gaan infecteren en in het ergste geval zelfs leiden tot een amputatie van (een deel van) de voet. Door een screening kan vroegtijdig een aantasting van de zenuwen en bloedvaten opgespoord worden. Samen met een van onze podotherapeuten kunt u een op maat gemaakt behandelplan opstellen om uw risico op voetproblemen bij diabetes zo laag mogelijk te houden. Denk hierbij aan schoenadviezen, het regelen van pedicurezorg en podotherapeutische zolen. Het doel is om uw voeten zo goed als mogelijk te beschermen en wonden te voorkomen.



Podotherapie Bremer heeft speciale aandacht voor de ouder wordende voet



Kwaliteit, goede service en persoonlijke aandacht staan bij podotherapie Bremer voorop!

- Hurk 201, 5403 LC Uden • Sint Janplein 2, 5427 BG Boekel • 0413-331090
- info@podotherapiebremer.nl • www.podotherapiebremer.nl

Iedereen wil graag oud worden, maar niemand wil zich graag oud voelen. Wanneer het lopen moeilijker gaat, wordt de zelfredzaamheid van ouderen in snel tempo minder. Het negeren van een ongezonde voet kan klachten in andere delen van het lichaam veroorzaken, zoals in knieën, heupen en rug, wat de mobiliteit negatief beïnvloed.

Podotherapie Bremer kan een belangrijke rol spelen bij het verbeteren en behouden van uw mobiliteit. Onder andere bij:

Verkeerde voetstand

Er komen talloze stand- en vormafwijkingen van de voet voor. De meest bekende zijn platvoeten, holvoeten, gekantelde voeten of voeten met aangeboren afwijkingen. Elk van deze voeten kent een eigen problematiek.



Platvoeten zijn een veelvoorkomende afwijking bij ouderen die veel pijn, zwelling en vermoeidheid in de voet kunnen veroorzaken. Omdat

platvoeten over het algemeen niet goed afwikkelen ontstaan ook vaak klachten in knieën, heupen en rug.

Holvoeten hebben vaak onvoldoende damping, waardoor met name de voorvoet en de hiel zwaar belast kunnen worden. Ook kunnen hierdoor vermoeidheidsklachten ontstaan in voeten of benen.

Verkeerde teenstand

Ook de tenen zijn bij het ouder worden vaak aan veranderingen onderhevig, de bekende hamer- en klauwtenen komen veel voor; de tenen staan dan gebogen. De schoenen passen minder goed en er ontstaan (pijnlijke) drukplekjes op of onder de teen.



Een corrigerend of beschermend teenstukje (orthese) en/of podotherapeutische zolen kunnen de stand corrigeren/compenseren.



Valpreventie/instabiliteit

Ouderen vallen steeds vaker. Doordat de coördinatie van de spieren bij ouderen verminderd, is een kleine balansverstoring voldoende om te vallen. Naast training bij de fysiotherapeut, oefentherapeut of ergotherapeut kan de podotherapeut zeker oplossingen bieden.

Stevig schoeisel en podotherapeutische zolen kunnen zorgen voor meer stabiliteit, waardoor het vallen afneemt.

Reuma

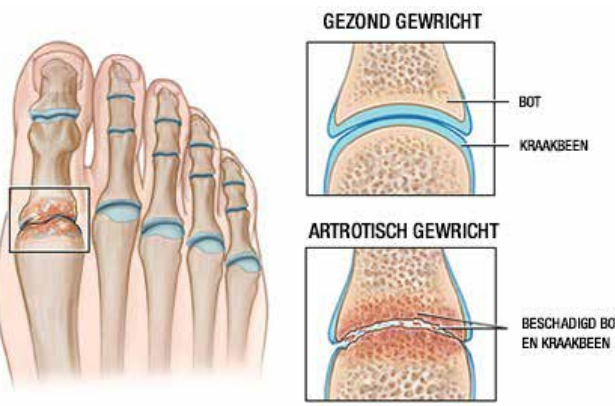
Reuma gaat in 80% van de gevallen gepaard met voetklachten. Door ontstekingen in de voetgewrichten verandert (uiteindelijk) ook de vorm van de voet. Dit gaat nagenoeg altijd gepaard met veel pijn. Voor genezing kunnen we helaas niet zorgen, maar door het op tijd ingrijpen van een podotherapeut kunnen reumatische voetklachten worden verminderd en bijkomende pijn worden bestreden. U kunt hierbij denken aan zool- of vilttherapie voor een betere drukverdeling of ontlasting van



pijnlijke plekken, siliconen ortheses, tapen en vak-kundig advies over voetverzorging en specifiek schoeisel.

Artrose

In een gewricht zijn de botuiteinden omkleed met kraakbeen. Bij artrose slijt dit kraakbeen waardoor er klachten ontstaan aan een of meerdere gewrichten. Symptomen zijn stijfheid (met name 's ochtends), pijn, bewegingsbeperking en instabiliteit van het gewricht. Soms zijn gewrichten ontstoken. Artrose kan ontstaan en verergeren door een bepaalde stand van voeten of knieën. Artrose kan niet genezen. De behandeling richt zich op het verbeteren van de voetfunctie: pijn verminderen, bestaande afwijkingen aan uw voeten niet laten verergeren en nieuwe klachten voorkómen. Bij klachten door artrose kunnen een corrigerend of beschermend teenstukje (orthese) en/of podotherapeutische zolen verlichting geven.



Op de botjes lopen

Veel oudere mensen hebben het gevoel 'op botjes te lopen' in de voorvoet. Dit komt doordat het vetweefsel onder de voorvoet slechter van kwaliteit wordt of verdwijnt en ook door het doorzakken van de voet. Door middel van een juiste ondersteuning en zachte polstering middels zooltherapie kan de podotherapeut ervoor zorgen dat het lopen weer gemakkelijker gaat.