



Tennis

Tennis is een populaire sport. De afmetingen van een tennisbaan zijn klein vergeleken met speelvelden van andere sporten. Tennis is daardoor een spel van korte sprintjes, explosieve bewegingen en snelle wendingen. Dat vereist snel en efficiënt voetenwerk en explosieve start-, rem- en sprongkracht gecombineerd met lenigheid.

Blessures

Door deze explosieve bewegingen kunnen gemakkelijk blessures ontstaan. Tennissers raken vooral geblesseerd aan de enkel, knie, schouder en elleboog. Doordat de voeten een belangrijke rol spelen bij tennis, kan een podotherapeut veel voor u betekenen.

Niet alleen bij pijn aan de voeten kan een bezoek worden gebracht aan de podotherapeut. Juist ook bij pijn in de enkels, knieën, benen, heupen en rug kan een podotherapeut helpen. Al die klachten kunnen namelijk worden veroorzaakt door een verkeerde stand van de voeten.

Podotherapie

Podotherapeuten zijn wettelijk erkende paramedici. Zij hebben een vierjarige voltijds hbo-opleiding afgerond. De podotherapeut doet een uitgebreid onderzoek om de oorzaak van de klacht te achterhalen en een heldere diagnose te stellen. Hierna is er een grote keuze aan therapiemogelijkheden: gedegen (schoen)advies, instrumentele behandelingen, nageltechnieken, orthesen of podotherapeutische inlays. Als het nodig is, wordt uw voet- en/of uw houding gecorrigeerd en de functie hersteld. Ook zorgt de behandeling voor een goede drukverdeling onder de voeten. De podotherapeut houdt rekening met het voettype, eventuele bewegingsbeperkingen van gewrichten en de stand van knieën, heupen en bekken. Alles wat goed functioneert in uw voeten en benen blijft behouden. Dat is zeer belangrijk om de spieren in de rest van uw lichaam goed te laten functioneren. Podotherapeutische inlays zijn meestal dunner dan steunzolen (omdat de functie anders is) en passen prima in goed zittende tennisschoenen.