



Wat doet mijn zorgverlener?

Psychosomatisch Oefentherapeut

Een Psychosomatisch Oefentherapeut kan mensen helpen en begeleiden bij lichamelijke klachten die in stand worden gehouden door stress, spanning en/of angst. Klachten zoals hyperventilatie, paniekaanvallen, hartkloppingen, slecht slapen, vermoeidheid, maar ook langdurige hoofdpijn, nek-, schouderklachten en rugpijn.

De behandelingen bestaan voornamelijk uit oefeningen die een helpen beter te ontspannen, lichamelijk en mentaal.

Slaapoefentherapeut

Een Slaapoefentherapeut kan mensen helpen bij slecht inslapen en slecht doorslapen. Hierbij krijgt u allerlei tips en adviezen om uw slaapritme te verbeteren en oefeningen om beter te kunnen ontspannen.

Diëtist

Een diëtist helpt u beter te begrijpen wat voeding met u uw lichaam doet en wat er nodig is in uw situatie. U krijgt een advies op maat, zodat u de juiste voedingsstoffen binnenkrijgt. Een bezoek aan huis is voor de diëtist geen enkel probleem!

Fysiotherapie

Een fysiotherapeut begeleid u om beter te bewegen, zodat dagelijkse handelingen makkelijker en veiliger gaan. Hij of zij onderzoekt uw klachten en maakt samen met u een plan om uw lichaam sterker en soepeler te maken.

Logopedist

Een logopedist kan u helpen bij problemen met praten, slikken of kauwen en met het begrijpen of duidelijk maken van wat u wilt zeggen. Zo kunt u weer veilig eten en drinken en praten met anderen, zodat u zo lang mogelijk kunt genieten van gezellige en fijne momenten.