

FOTO'S: LAURAKEIZERFOTOGRAFIE.NL

# HAND & POLSTHERAPIE CENTRUM

Ergens de hand in hebben, iemand de hand reiken, handjeklap, aan de beterende hand zijn, de handen uit de mouwen steken, de hand aan zichzelf slaan, iemand de hand boven het hoofd houden. Het is verbazingwekkend hoeveel spreekwoorden en gezegden er zijn waar het woord hand in voor komt. Even 'Googelen' leverde binnen een minuut een kleine vijftig treffers op. "Dat is ook niet verwonderlijk" legt Ben Sterenberg uit. Hij is samen met zijn vrouw Janet, oprichter en eigenaar van Hand & Polstherapie Centrum in Sneek, Leeuwarden, Heerenveen en Emmeloord. "De hand is in combinatie met de pols een ongelooflijk gecompliceerd mechanisme met spieren, pezen, botten, zenuwen, huid en gewrichten".

"Ga maar eens na wat je allemaal met je handen doet. Dat varieert van krachtige bewegingen, zoals het optillen of vasthouden van zware objecten, via draaiende bewegingen zoals het opendraaien van een pot appelmoes, tot fijnmechanische bewegingen als een knoop uit je veter halen. Hoe gecompliceerder het mechanisme, des te groter de kans dat er in één of meerdere onderdelen gebreken of aandoeningen optreden".

De reguliere fysiotherapie en ergotherapie is op dit moment niet voldoende toegerust qua kennis, vaardigheden en faciliteiten om patiënten met een hand of polsaandoening te behandelen. Er is nog geen officieel erkend specialisme in de fysiotherapie gericht op dit specifieke stukje vakgebied. Wel ontstaan er de laatste paar jaren initiatieven op dat gebied. Hand & Polstherapie Centrum bijvoorbeeld is een specialistisch handcentrum dat poliklinische zorg op het gebied van hand- en polsaandoeningen biedt. Het biedt zorg vanuit vier locaties: Leeuwarden, locatie MCL, Sneek en Emmeloord, locatie Antonius Ziekenhuis en Heerenveen, locatie Ziekenhuis Tjongerschans. De handfysiotherapeut en handergotherapeut kunnen de noodzakelijke zorg voor een patiënt alleen verzorgen, maar ook samenwerken met elkaar. Dit maakt het centrum uniek.

## BEN STERENBERG

Ben Sterenberg (41) is na zijn CIOS-opleiding begonnen aan een fysiotherapiestudie. Tijdens een stage in het AMC in Amsterdam werd hij begeleid door twee handtherapeuten. Praktisch ingesteld als hij is verdiepte hij zich in het onderwerp en wel op een dermate overtuigende manier dat hij aan het eind van zijn stage een contract voor onbepaalde tijd kreeg aangeboden. "De passie straalt er van af bij jou, en wij vinden het leuk om een dermate



enthousiast persoon binnen de muren te hebben op dit specialisme" was de motivatie van het AMC.

Vanaf dat moment 'zag Sterenberg eigenlijk alleen nog maar patiënten met een hand en/of polsaandoening'. "Handtherapie is (nog) geen verbijzondering binnen de fysiotherapie", vertelt hij "Maar is dankzij de overkoepelende 'Nederlandse Vereniging voor Handtherapie' wel hard op weg om dat te worden. Dat schept duidelijkheid voor de patiënten. We zijn een vrij jonge discipline en relatief onbekend.

Duidelijkheid en transparantie is dan een voorwaarde. Ikzelf, en met mij een aantal collega's, ben fulltime bezig met dit vakgebied en heb inmiddels jaren ervaring op dit terrein. We voldoen aan de strengste criteria van de Vereniging voor Handtherapie op het gebied van opleiding, innovatie, geven en bijwonen van congressen en presentaties. Daar staat tegenover dat op dit moment fysiotherapeuten, die een korte cursus hand & pols hebben gevolgd, zich al handtherapeut noemen en dat is voor het vakgebied geen goede zaak".

## HAND & POLSTHERAPIE CENTRUM

Binnen de vier vestigingen van Hand & Polstherapie Centrum werken momenteel elf handtherapeuten, waarvan er op dit moment zeven gecertificeerd zijn en de andere vier voor het einde van dit jaar. De chirurgie heeft de laatste jaren reuzenstappen gemaakt. Het is dus voorwaarde dat een handtherapeut intensief contact heeft met de chirurgie

op dat gebied om mensen met een breuk, aandoening aan de pezen, gewrichten en dergelijke netjes te kunnen behandelen. "Ik durf zelfs te beweren dat het nog verder gaat, want in mijn optiek kan een goede handchirurg niet zonder een handtherapeut en andersom".

"Voorafgaand aan een operatie kan het zo zijn dat een patiënt eerst ten aanzien van kracht of beweeglijkheid van het gewricht op een hoger niveau moet worden gebracht. En na een operatie moet er nabehandeling plaats vinden. Dat is meestal persoonsgebonden, want elke operatieve ingreep vraagt om een andere behandeling".

"In het Antonius Ziekenhuis werken wij zeer nauw samen met chirurg dokter Kuipers, die veel kennis en kunde heeft omtrent de medische behandeling bij patiënten met een hand en/of polsprobleem. Na een ingreep verwijst hij de patiënt naar ons door. Wij beschikken over de benodigde informatie van de patiënt en weten precies welke operatie is uitgevoerd. Met als gevolg dat wij ten aanzien van de validatie c.q. nazorg maatwerk kunnen leveren".

## LEVEN VERAANGENAMEN

"Er zijn ook patiënten die een aandoening hebben, zoals bijvoorbeeld reuma of artrose, waarbij wij door middel van soms hele kleine praktische aanpassingen en tips hun leven kunnen veraangenamen. Wij kijken o.a. naar de mogelijkheden, zoals bijvoorbeeld aangepast bestek, spalkondersteuning, bevorderen van de beweeglijkheid. Er bestaat al een scala aan praktische aanpassingen op ergonomisch niveau, zoals bestek, koffiekopjes en allerlei aangepaste dagelijkse gebruiksartikelen, maar

soms kun je patiënten ook met praktische tips verder helpen. Hoe ze moeten tillen, hun kopje anders vastpakken, etc. om overbelasting van pols en hand te vermijden".

## HAND-POLS PROBLEEM

Er zijn twee verschillende manieren waarop mensen met klachten bij de handtherapeut terecht kunnen komen. Ten eerste: als je klachten hebt aan hand, arm of pols, dan is er mogelijk een indicatie dat er iets mis is, dan kun je rechtstreeks een afspraak maken met een handfysio- of handergotherapeut. De handtherapeut kijkt of deze bekwam is om de patiënt in kwestie de zorg te bieden die hij/zij nodig heeft. Zo ja, dan behandelen ze. Zo nee, of als er twijfel is, volgt een verwijzing van de patiënt naar de huisarts.

Het tweede traject is een verwijzing naar Hand & Polstherapie Centrum via de huisarts of medisch specialist. Hand & Polstherapie Centrum heeft contracten met alle zorgverzekeraars, op het moment dat u een afspraak maakt wordt er met u besproken of de behandeling in uw geval wordt vergoed door de zorgverzekeraar.

"Mijn vrouw Janet is altijd op de achtergrond aanwezig voor de zakelijke en communicatieve aspecten, zodat ik mij volledig kan richten op het paramedische deel en de ketensamenwerking. Ze is drie jaar bladmanager geweest van Lourens J.C. magazine en vond dat te leuk om zonder meer op te geven. Vorig jaar heeft ze de keuze gemaakt voor de hand en pols praktijk, omdat de werkzaamheden niet langer te combineren vielen".

