



de **podotherapeut**,  
wat kan deze  
voor u  
**betekenen?**



## waarom deze folder?

U bent door een arts of specialist verwezen naar een podotherapeut. Een podotherapeut behandelt mensen met:

- voetklachten en/of
- klachten aan het bewegingsapparaat die het gevolg zijn van afwijkend functioneren van de voeten.

De bedoeling van de behandeling door de podotherapeut is om die klachten te verminderen of zelfs helemaal te verhelpen. In deze folder vindt u uitleg wat de podotherapeut voor u kan betekenen.

## wat doet een podotherapeut?

Vaak behandelt de podotherapeut klachten die al langere tijd aanwezig zijn. De gedachte "wat vanzelf komt, gaat ook vanzelf weg", gaat bij voeten en het gehele steun- en bewegingsapparaat vaak niet op. Vermoeidheid in de voeten en benen, lage rugpijn, opstartpijn in de voeten, kramp, tintelingen, wonden, ingegroeide nagels, klauwstand van de tenen en standsafwijkingen van de voeten enzovoort, zijn allemaal redenen voor een huisarts of specialist om te verwijzen naar een podotherapeut.

Podotherapeuten behandelen bijvoorbeeld:

- specifieke voetproblemen bij kinderen;
- standafwijkingen van tenen/nagels;
- overbelastingsklachten;
- vermoeidheidsklachten;
- sportblessures;
- klachten aan het steun- en bewegingsapparaat als gevolg van een verkeerde stand van de voeten;
- klachten bij diabetes mellitus (suikerziekte) en reuma.

Soms zijn behandelingen gericht op het voorkomen (preventie) van klachten of vermindering.

Een podotherapeut heeft een HBO-opleiding gevolgd en is een paramedicus. Een podotherapeut werkt in een ziekenhuis, maar heeft veelal ook een eigen praktijk.

## hoe gaat een podotherapeut te werk?

Na de verwijzing door een arts, voert de podotherapeut een uitgebreid onderzoek uit. Het doel van dit onderzoek is om de oorzaak van de klachten op te sporen. Na het vaststellen van de oorzaak, stelt de podotherapeut een behandelplan op. De podotherapeut rapporteert altijd terug aan de verwijzer.

Een podotherapeut heeft verschillende behandelingsmogelijkheden:

- het aanmeten van podotherapeutische zolen volgens verschillende methoden.
- het toepassen van siliconen orthesen (*teenstukjes*) ter bescherming en/of correctie of bijvoorbeeld bij hamer- of klauwstand van de tenen.
- het toepassen van een nagelbeugel (*orthonyxie*) en een nagelprothese (*kunstnagel oftewel onychoplastie*) bij pijnlijke of ingroeiende nagels.
- het toepassen van vilttherapie (druk vrij leggen door middel van vilt), verbinden bij blessures en verwondingen, tappen bij (sport)blessures.
- het uitvoeren van een instrumentele behandeling en/of wondbehandeling. Dat wil zeggen: eelt weghalen, het verzorgen van wonden en verzorgingsadvies geven (bijvoorbeeld bij diabetes mellitus patiënten en reuma).
- begeleiden en screenen van de voeten, voorlichting geven en preventie van complicaties onder andere bij diabetici.
- het verbeteren van het lopen of voorkomen van bewegingsbeperking van de voet.
- het geven van schoenadvies en het doen van kleine aanpassingen aan schoenen.

## uw vragen

Meer informatie vindt u op de website [www.podotherapie.nl](http://www.podotherapie.nl). Ook kunt u contact opnemen met de podotherapeuten. U kunt hiervoor het telefoonnummer bellen van de diabetespolikliniek. Deze polikliniek is op werkdagen van 8.30 tot 16.30 uur bereikbaar op nummer (072) 548 43 10. Ook kunt u het algemene nummer bellen van het MCA (072) 548 44 44 en vragen om seinnummer 5609. Verder zijn de andere podotherapeuten ook te bereiken op onderstaande adressen.

## adressen

Hieronder vindt u een lijst met adressen van podotherapeuten in Alkmaar en omgeving.

Praktijk Podotherapie Alkmaar  
Loggerstraat 19  
Alkmaar (de Horn, de Mare)  
[www.podotherapiealkmaar.nl](http://www.podotherapiealkmaar.nl)  
telefoon (072) 566 93 81

Praktijk Podotherapie Elisabeth  
Van Everdingenstraat 40  
Alkmaar (centrum)  
[www.medischcentrumelisabeth.nl](http://www.medischcentrumelisabeth.nl)  
telefoon (072) 511 02 01

Praktijk Podotherapie Abrahams  
Groenland 30  
Callantsoog  
telefoon (0224) 58 25 50

Podotherapie Heerhugowaard  
Bevelandseweg 86a  
Heerhugowaard  
telefoon (072) 576 41 56

Podotherapie Heiloo  
Nijverheidsweg 31J  
Heiloo  
telefoon (072) 532 55 55

Groepspraktijk Podotherapie Hoorn  
Nieuwe Steen 41  
Hoorn  
telefoon (0229) 244 302

Praktijk Podotherapie  
West Friesland  
Waterborg 279  
Medemblik  
Tel: 0227-543682  
Kerkebuurt 170A  
Berkhout  
telefoon (0229) 553 333

Therapeutisch Centrum Schoorl  
Voorweg 66a  
Schoorl  
telefoon (072) 509 14 19