DR.
GILLES THUYSBAERT
VOET - ENKEL - KNIE CHIRURGIE

Afspraken
T 055 33 67 45
W www.afspraken.be
E
secretariaat.orthopedie@az
oudenaarde.be

www.gillesthuysbaert.be

Kinesitherapeutisch voorschrift:

Naam patiënt(e):

Diagnose: **pes planovalgus** Zijde: links / rechts

Aantal Behandelingen: 9 - 18 – 30

Frequentie: 2 – 3 x/week

Patiënt(e) kan wel autonoom het huis verlaten

- **Stretching Fascia plantaris en posterieure keten (gastric + hamstrings)**
  - vooral met de knie in extensie met daarbij variseren van het hielbeen
  - Stretching tegen muur
  - Trede/trap-stretch
  - Terabandstretch
  - Stretch op inclinatiebord
  - Dynamische stretch
  - Stretchoefeningen van de fascia plantaris (tennisbal)

  - Tonificatie en versterking van de Tibialis posterior pees
  - Stretching van de peronei

De informatie die uit deze richtlijn wordt verkregen, helpt de kinesitherapeut in het toepassen van de behandelingsfases op de patiënt. De behandeling dient afgestemd te worden op de presentatie van de individuele situatie en doelen van de patiënt.

Datum: