21 Januari 2018

Incitus

Accreditatie

lezingen

AVONDLEZING MET PhD GRETHE MYKLEBUST

preventie van sportletsels? Is het mogelijk?

Het doel van de lezing is dat de deelnemer weet hoe het risico op enkel, knie, hamstrings, lies of schouderletsel in de sport van de deelnemer gereduceerd kan worden, en het reduceren van terugkomst van een letsel bij de patiënten. Aangezien preventie en rehabilitatie oefeningen min of meer hetzelfde zijn, zal deze lezing de deelnemer inspiratie geven in het dagelijks werken met patiënten.

Het ingangsniveau zijn fysiotherapeuten met een hbo-bachelor fysiotherapie en de doelgroep zijn algemene fysiotherapeuten, sportfysiotherapeuten en manueeltherapeuten.

Zodra je met atleten werkt is het hoofddoel om de atleet gezond te houden, de preventie van letsels en het behandelen van letsels die voorkomen, en deze zo snel en zeker mogelijk te rehabiliteren. Daarnaast willen we ook het risico op gezondheidsproblemen in de toekomst voorkomen, zoals een vroege OA. Meerdere studies laten zien dat het onmogelijk is om de meest voorkomende acute letsels in verschillende teamsporten te voorkomen. Verschillende preventieprogramma’s late zien dat ze het risico op letsel met ongeveer 50% kunnen verminderen door hardlopen, kracht, balans en techniek training tijdens de warming-up. Tijdens de lezing wordt ingegaan op verschillende vormen van letsel en hoe deze in verschillende soorten sport voorkomen kunnen worden.

Deze lezing gaat van 18:00 tot 19:30 en heeft daardoor een contacttijd van 1 uur en 30 minuten. Er zijn geek zelfstudie uren en geen toetsing aan de lezing gekoppeld.

De lezing duurt 1 uur en 30 minuten.