**Physios verdiepingsdag – 18 september 2020  
Bindweefsel in herstel**

**08:45 - 09:30 uur** Registratie en ontvangst**09:30 - 11:00 uur**   Plenaire sessie (inclusief opening dagvoorzitter)  
**11:00 - 11.30 uur** Koffiepauze**11:30 - 12:45 uur**   Ronde één, masterclasses  
**12:45 - 13.45 uur** Lunchpauze**13:45 - 15:00 uur**   Ronde twee, masterclasses       
**15:00 - 15:15 uur**   Wisselronde  
**15:15 - 16:15 uur** Plenaire sessie en afsluiting

Plenaire opening door Jeroen Alessie en Karl Jacobs  
De verdiepingsdag start met een unieke herkenningstocht langs de vele bindweefselstructuren van het menselijk lichaam. De leidraad daarbij zijn de functies van het fasciale systeem: verbinden, scheiden en verglijden. Aan de hand van nog niet eerder vertoond beeldmateriaal presenteren Jeroen Alessie en Karl Jacobs de nieuwste inzichten op gebied van fascia.

Masterclasses:

Fascia: focus on Fluids (Ernst van der Wijk)  
Botten, spieren, pezen, gewrichten en zenuwen… Daar richten we ons in de fysiotherapie in eerste instantie op. Maar er is een grote gemene deler bij deze structuren: fascia. Het artikel in de special was vooral gericht op de relatie tussen fascia en pijn. In deze masterclass is de focus gericht op fluids. Want hoewel de collageenvliezen het eerst in het oog springen, is de ‘grondsubstantie’, de vloeibare gel tússen de vliezen, mogelijk nog interessanter. Vragen die aan bod komen: wat is de functie van deze gel? Wat zijn de gevolgen voor bewegen, functie en pijn als de samenstelling van de gel verandert? Is de bron van pijn misschien vloeibaar? Wat zijn de consequenties voor een succesvolle therapie? Kortom, Ernst van Wijk neemt u mee naar de nieuwste inzichten op dit gebied, met een demonstratie van verrassende therapeutische mogelijkheden.

Peesklachten onderste extremiteit (Mathijs van Ark)  
Patella tendinopathie (ook bekend als jumper’s knee) is een veel voorkomende blessure die lastig te behandelen is. Belastingafhankelijke pijn die lokaal bij de apex van de patella wordt aangegeven is karakteristiek voor de jumper’s knee en komt met name voor bij sporters die explosieve sporten zoals volleybal en basketbal beoefenen. Op basis van de theorie in het artikel zet Mathijs van Ark in deze interactieve sessie de vertaalslag centraal naar fysiotherapeutische diagnostiek en behandeling van deze blessure. Na een beknopte inleiding wordt allereerst de meest recente inzichten uit de wetenschappelijk literatuur belicht. Vervolgens wordt met behulp van praktijkvoorbeelden stilgestaan bij de praktische toepassing van de theorie en deze nieuwe inzichten.

Strekken of verlengen (Martijn Buijs)  
Voor het menselijk bewegen is mobiliteit essentieel; het gaat dan niet louter om gewrichtsmobiliteit, maar ook de mobiliteit van myofasciale structuren onderling. In beide gevallen zijn het diverse vormen van bindweefsel (dicht collageen en losmazig bindweefsel) die deze mobiliteit mogelijk maken of juist de beperking hierin veroorzaken. Deze bindweefselvormen zijn sterk mechanosensitief, waardoor hun adaptief vermogen door bewegen (of juist het gebrek eraan) wordt bepaald. Problemen tijdens de ombouw van bindweefsel of bij het herstel na schade kunnen leiden tot een bewegingsbeperking. Deze inzichten zijn in twee artikelen van de special weliswaar uitgebreid aan bod gekomen, maar de vertaalslag naar de praktijk is lastig. In deze masterclass slaat martijn Buijs een brug tussen de bindweefselfysiologie en de praktijkproblematiek van bewegingsbeperkingen. Aan de hand van herkenbare casuïstieken worden de mogelijkheden en onmogelijkheden voor therapie besproken. Deze masterclass leert u om bindweefselprocessen te kunnen ‘lezen’ en zo onderbouwde adviezen en interventies te kunnen geven voor het behandelen van bewegingsbeperkingen in de dagelijkse fysiotherapeutische praktijk.

Functionele neuro anatomie (Erik Thoomes)  
Neurodynamica beschrijft en onderzoekt de interactie tussen mechanische en de fysiologische eigenschappen en gedragingen van zenuwweefsel. Het artikel in de special beschrijft al uitgebreid de functionele neuroanatomie, het concept van klinische neurodynamica, de diagnostiek en behandelinterventies. Op basis van deze informatie maakt Erik Thoomes in deze masterclass een verdiepingsslag naar de dagelijkse praktijk.

Plenaire afsluiting

Alle sprekers tijdens deze verdiepingsdag komen bij elkaar voor een paneldiscussie. Onder begeleiding van hoofdredacteur Martin Moons.