Frozen Shoulder

(schouder)

Orthopedie

DIJKLANDER ZIEKENHUIS

Frozen Shoulder

Een frozenshoulder (capsulitisadhesiva) is een aandoening waarbij de beweeglijkheid van de schouder ernstig verminderd is.
Deze aandoening komt met name tussen de 40 en 60 jaar voor en meer bij vrouwen.
In de meeste gevallen is de oorzaak niet duidelijk. Sommige mensen hebben wel een grotere kans op het krijgen van een frozenshoulder, bijvoorbeeld diabetes patiënten.

Beloop

Een frozenshoulder begint in de regel met pijn. Daarop volgt de bewegingsbeperking. Naarmate de beperking toeneemt, neemt de pijn vaak af. De klachten lossen zich meestal vanzelf op maar dat kan wel anderhalf tot drie jaar duren.

Behandeling

Naast medicijnen en injectietherapie tegen de pijnklachten is fysiotherapie zeer zinvol. Met fysiotherapie wordt de bewegingsbeperking bestreden.
Aan de hand van de verschillende verschijnselen (pijn, beperking, tijdsduur) wordt de therapie ingesteld. Er is dus sprake van maatwerk.
Als niets helpt en de kwaliteit van leven onder deze aandoening lijdt dan is een operatie te overwegen. Hierbij is intensief overleg tussen de therapeut, patiënt en behandelend arts noodzakelijk.

Oefeningen

Elke fase vraagt specifieke oefeningen. Van uw fysiotherapeut krijgt u hiervoor instructies. Heel belangrijk is dat de oefeningen geen (na)pijn mogen geven.

De schouder Werkgroep West-Friesland

De Schouderwerkgroep West-Friesland is een samenwerkingsverband tussen de maatschap orthopedie, dhr J. Wijgman en onderstaande fysiotherapiepraktijken. Samen houden zij een poliklinisch spreekuur voor patiënten met schouderklachten. Tijdens dit spreekuur wordt u gezien door de orthopeed en de fysiotherapeut. Op deze wijze is er een directe communicatie en samenwerking met de orthopeed en

de fysiotherapeut. Zowel de orthopeed als de fysiotherapeut doet een onderzoek van uw schouder, eventueel ook van de nek. Gezamenlijk, ieder vanuit zijn eigen visie, kennis en kunde komen we zo tot een diagnose.

Ook in Purmerend is er een schouderpoli: dr. van Kampen en dr Hillen werken daar met fysiotherapeuten uit de regio waterland.

Samen en in overleg met u wordt er gekeken wat de meest effectieve behandeling is, bijvoorbeeld injectie, fysiotherapie, manuele therapie, of dat u in aanmerking komt voor een operatie. Op deze wijze krijgt u meer informatie en uitleg.

Afspraak maken?

De Schouderpoli vindt regelmatig plaats in het Dijklander ziekenhuis zowel op de locatie Hoorn als op de locatie Purmerend. U heeft hiervoor een verwijsbrief van uw huisarts nodig. Een afspraak kunt u maken door contact op te nemen met de polikliniek orthopedie . Geef dan aan dat u specifiek voor de Schouderpoli komt.

Heeft u nog vragen?

Als u nog vragen heeft, neem dan contact op met uw behandelend arts.

Contact

Poli Hoorn: 0229 - 257821
dagelijks van 8.00 tot 17.00 uur
Poli Purmerend 0299 - 457132
dagelijks van 8.00 uur tot 17.00 uur
Poli Enkhuizen: 0228 31 23 45

Zie ook www.Dijklander.nl
Algemene informatie over orthopedische aandoeningen kunt u vinden op internet bij www.orthopedie.nl; www.orthopeden.org; www.zorgvoorbeweging.nl; of www.patientenbelangen.nl;

Fysiotherapie Molenweg Dhr. Henk Dekker. Molenweg 7C, Enkhuizen, tel: 0228 – 31 38 64	
Fysiotherapie Praktijk Delver & van der Knaap Dhr. Chiel Delver. J. Willemsz. Straat 20, Hoorn, tel: 0229 – 21 56 15	Delver & van der Knaap Fysiotherapie
Fysioteam Hoorn Mw. Willeke Koedooder. Nieuwe Steen 38, Hoorn, tel.: 0229 -23 35 60	Fysio Team Hoorn
Centrum Fysiotherapie Mw. Ellen Aker. Breek 18, Medemblik, tel: 0227 – 54 23 23	Centrum Fysiotherapie
Fysiotherapie Aker Mw. Ellen Aker. Streekweg 224, Hoogkarspel, tel: 06 53 24 86 40 www.fysiotherapieaker.nl	Fysiotherapie Aker
Fysio WFO Mw. Annette Bleeker. Europasingel 118, Wervershoof, tel: 0228 – 58 22 70	FYSIO WFO
Therapeutisch Centrum Wognum Mw. Anneloes Russell- van der Zee. Conferencelaan 17, Wognum, tel: 0229 - 573053	Therapeutisch Centrum WOGNUM · SPANBROEK · NIBBIXWOUD

Fysiotherapie Bijman en Helsloot Bianca Tielman, Wilhelminalaan 1 1441 EK Purmerend tel : 088-0449049	Bijman + Helsloot FYSIOTHERAPIE
Kernpraktijk Fyiotherapie Weidevenne Cynthia Visser. Melbournstraat 2c 1448 NH Purmerend Tel: 0299-425683	Kernpraktijken Fysiotherapie vanuit de kern
Kernpraktijk Fysiogroep Zaandam Rob de Boer en Ilse Boekweg Ereprijsweg 9 , 1508 CT Zaandam Tel 075-6161146	Kernpraktijken Fysiotherapie vanuit de kern
Kenrpraktijk Fysiotherapie OosterEe Jan Peter Valk en Corine Kroon 't Spil 20 , 1141SE Monnickendam Tel: 0299-651109	Kernpraktijken Fysiotherapie vanuit de kern
Kernpraktijk Fysiotherapie Beemster Nienke de Rijk Tobias de Coenestraat 2, 1462 KB Midden-Beemster Tel 0299-683988	Kernpraktijken Fysiotherapie vanuit de kern
Kernpraktijk fysiotherapie De Garage Rob Barneveld Binkhuysen en Jelle Douma Papaverstraat 27, 1131 HK Volendam, 0299-320175	Kernpraktijken Fysiotherapie vanuit de kern
Geen lid van het schouder netwerk, wel extra focus op de schouder	
Praktijk Landauer Ron Hof en Paula van Splunter Landauerstraat 200, 1445 PX Purmerend. Tel: 0299-640401	

Purmerend-Zuid Fysiotherapie Taco Stuurman en Yvonne de Beaufort Persijnlaan 95 , 1447 EG Purmerend. Tel 0299-666266	
Bijman + Helssloot Jeroen Bijman en Louise Helsloot Wilhelminalaan 1, 1441 EK Purmerend. Tel: 088-0449049	

Notities:

Locatie Enkhuizen
Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn
Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend
Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam
Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl

FLD-00740-NL 23-04-2024

DIJKLANDER ZIEKENHUIS