



Sint Maartenskliniek

Zitadvies

Een zitadvies is belangrijk voor iedereen met een dwarslaesie, hersenaandoening of zenuw- en spierziekte. Als u in een rolstoel zit, is de zittende houding de uitgangshouding voor al uw activiteiten en dus medebepalend voor uw dagelijks functioneren. Onze anatomie is niet bedoeld om de gehele dag zittend door te brengen, terwijl dit voor u misschien wel noodzaak is. Langdurig zitten leidt vaak tot verschillende secundaire problemen zoals huidproblemen, pijnklachten, vergroeiingen, spasmes, beperking in het uitvoeren van dagelijkse activiteiten.

Hoe komt het zitadvies tot stand?

Op basis van de gegevens die uit de verwijzing van de arts bij ons bekend zijn en uw hulpvraag, bepalen we welke aspecten we gaan onderzoeken. We houden in ieder geval rekening met de problemen die u ervaart, de houdingen die u gedurende de dag aanneemt, waar u uw rolstoel gebruikt, hoe u uzelf buitenshuis verplaatst, de invloed die uw houding mogelijk heeft op de door u beschreven klachten of de belasting op uw lichaam en zitvlak.

Daarnaast voeren we een uitgebreid lichamelijk onderzoek uit, dat zich onder andere richt op de beweeglijkheid van de wervelkolom, de zitbalans, eventuele voorkeurshoudingen en/of spasmen, eventuele huidproblemen, functionele problemen.

Advies

Op basis van dit onderzoek en de door uzelf aangegeven problemen, krijg u een zitadvies. Dit advies bestaat meestal uit meerdere aspecten.

Wat levert het op?

Door een grondige analyse en het koppelen van alle gegevens, lukt het ons meestal gerichte adviezen te geven ten aanzien van de zithouding. Deze kunnen leiden tot:

- Verbetering van uw zithouding, die voor vermindering van de van klachten zorgt of verergering voorkomt
- Vermindering van uw pijnklachten
- Verminderen van uw huidproblemen
- Vergroten van de functionele mogelijkheden in uw dagelijks leven
- Vergemakkelijken van uw ademhaling
- Vergroten van de duur van zitten

Wie zijn erbij betrokken?

De revalidatiearts kan u verwijzen voor een zitadvies. Het zitadvies wordt uitgevoerd door speciaal team van ergo- en fysiotherapeuten. In overleg met de revalidatiearts kan er een behandeltraject opgesteld worden om de gestelde doelen te behalen. U kunt overleggen met de revalidatiearts of u hiervoor in aanmerking komt.