



## MUSICI en DANSERS

## FYSIOTHERAPIE



### Musicici en dansers

Musicici en dansers, zowel amateurs als professionals, oefenen dikwijls grote spanningen uit op hun bewegingsapparaat. Muziek en dans stellen hoge eisen aan concentratie, coördinatie, fysiek en psychisch uithoudingsvermogen, kracht, flexibiliteit, behendigheid.

Vanwege de eisen welke deze kunstenaars zichzelf opleggen kunnen zij beschouwd worden als (top)sporters. Voor (top)sporters is een (para)medisch- en trainingsnetwerk (trainers, artsen, fysiotherapie) voorhanden welke musicici en dansers veelal ontberen. Deze lacune vult BAG SPECTRUM LEEUWARDEN met Aad van der Windt op.

Geblesseerde musicici en dansers zijn terughoudend bij het inroepen van (para)medische zorg. Artsen weten dikwijls niet hoe zij deze patiëntengroep kunnen begeleiden door een gemis aan kennis of doordat ze niet weten naar welke (para)medicus ze kunnen doorverwijzen voor advies c.q. behandeling.

Wat voor de (top)sporter geldt, geldt ook voor de musicus en danser. Sommige blessures zijn zo complex dat hiervoor specialistische kennis voor nodig is.

### Overbelasting

Over het algemeen zijn muziek- en dansgerelateerde blessures een gevolg van overbelasting. Dikwijls liggen hieraan een combinatie van factoren ten grondslag zoals slechte trainingsopbouw, (te) hoge eisen, slechte of verslechterde techniek.

Om overbelasting te voorkomen is het van belang dat de musicus/danser informatie inwint zodra hij of zij problemen ondervindt bij het musiceren/dansen.

### Even voorstellen

Aad is sinds 1982 werkzaam als (sport)fysiotherapeut en is zelf als amateur/recreant actief geweest in de volksdans. Als dertiger heeft hij dwarsfluitles genomen en sindsdien is hij actief als amateur musicus. In het Wereldmuziekorkest Burengerucht bespeelt hij dwarsfluit en klarinet.

Om te voelen wat andere instrumenten doen met de musicus heeft hij ook diverse andere blaasinstrumenten in zijn handen gehad zoals hobo, fagot, saxofoon en doedelzak.

Als NVFS Sportfysiotherapeut ® en amateur danser/musicus ziet Aad een duidelijke relatie tussen sporten en dansen/musiceren.

### Procedure

Nadat de musicus of danser zich heeft aangemeld wordt, naast een normaal (sport)fysiotherapeutisch onderzoek, een onderzoek gedaan naar de relatie tussen de klachten en het muziekinstrument of dans.

Essentieel is inzicht te krijgen in factoren zoals muziek/danshouding, speel/danstechiek, trainingsopbouw, relatie instrument/dans met de musicus/danser, flexibiliteit, kracht en uithoudingsvermogen.

Om een indruk te krijgen in speelwijze en speelhouding van de musicus is een stukje voorspelen een onderdeel van het onderzoek.

In het gehele diagnostisch en therapeutisch proces is de communicatie tussen de docent/trainer, musicus/danser en fysiotherapeut essentieel.



### DIRECTE TOEGANKELIJKHEID



Vanaf 1 januari 2006 is de fysiotherapeut direct toegankelijk. Dit betekent dat bij een blessure een verwijzing van een arts voor fysiotherapie niet meer noodzakelijk is.

### Kosten

Onderzoek en de eventueel hieruit voortvloeiende behandeling worden door de zorgverzekeraar vergoed.

### Adres

BAG SPECTRUM LEEUWARDEN

Wijnhorsterstraat 196  
8932 EZ Leeuwarden

telefoon: 058-2157111  
e-mail: [info@spectrumleeuwarden.nl](mailto:info@spectrumleeuwarden.nl)  
website: [www.spectrumleeuwarden.nl](http://www.spectrumleeuwarden.nl)

