

# Hydrotherapie en zwemmen

## Wat is hydrotherapie?

Hydrotherapie is groepsoefentherapie in extra verwarmd water (hydro=water). Meestal wordt deze vorm van therapie gegeven door een fysiotherapeut of oefentherapeut. Hydrotherapie maakt het bewegen met gewrichtsklachten makkelijker, omdat de opwaartse kracht die het water op het lichaam uitoefent de spieren meehelpt met het bewegen van de gewrichten. Hierdoor is het mogelijk om oefeningen te doen die op het droge wellicht niet mogelijk zijn. De warmte heeft vaak een gunstig effect op de stijfheid van gewrichten en overmatige spierspanning.



## Doel hydrotherapie:

- Gewrichten soepel maken
- Spierkracht vergroten
- Verbeteren conditie

## Heeft u een verwijzing nodig?

Voor deelname aan de hydrotherapie is een verwijfsbrief van de huisarts, reumatoloog of andere medisch specialist vereist.

## Krijgt u een vergoeding?

Hydrotherapie (in een groep) komt alleen voor vergoeding in aanmerking als aan de volgende voorwaarden is voldaan:

- De fysiotherapeut of oefentherapeut die de hydrotherapie geeft, heeft een aparte overeenkomst met de verzekeraar voor hydrotherapie.
- De patiënt krijgt na de verwijzing door een arts, in overleg met de arts en de therapeut de indicatie 'groepsbehandeling'.
- De groep bestaat uit minimaal 6 en maximaal 10 patiënten.
- De minimale duur is een half uur.

Er zijn een aantal lokale reumapatiëntenverenigingen die afspraken hebben gemaakt met regionale zorgverzekeraars over de vergoeding van hydrotherapie.

U kunt in de polis van uw ziektekostenverzekering nalezen of contact opnemen met uw zorgverzekeraar om na te gaan of en in welke mate hydrotherapie voor u vergoed wordt en welke kosten u precies kunt declareren.

## **Enschede**

### **Sport Spectrum Roessingh**

Roessinghsbleekweg 33

7522 AH Enschede

Tel: 053-4875220

E-mail: [ssr@roessingh.nl](mailto:ssr@roessingh.nl)

Web: [www.sportspectrumroessingh.nl](http://www.sportspectrumroessingh.nl)

Extra informatie: Water is 34 graden Celsius.

## **Reuma Patiënten Zwemvereniging Enschede**

### **Dhr. Mulder**

Tel: 053-4762345

### **Mw. Kooij**

Tel: 053-4358363

Extra informatie: Water is 30 graden Celsius. Lift en verstelbare bodem aanwezig.

## **Haaksbergen**

### **Recreatiebad de Wilder**

Scholtenhagenweg 32

7481 VP Haaksbergen

Tel: 053-5721115

E-mail: [info@dewilder.nl](mailto:info@dewilder.nl)

Website: [www.dewilder.nl](http://www.dewilder.nl)

## **Livio wonen met zorg Haaksbergen/Berkelland**

### **Afd. Fysiotherapie**

### **Locatie "het Wiedenbroek"**

Wiedenbroeksingel 4

7481 BT Haaksbergen

Tel: 053-4603780

E-mail: [fysio@livio.nl](mailto:fysio@livio.nl)

Extra informatie: Hydrotherapie is een behandelvorm, waarbij gebruik gemaakt wordt van een oefenbad met een gemiddelde watertemperatuur van 35 graden Celsius. Het bad is uitermate geschikt voor behandeling van mensen met een lichamelijke handicap en/of beperking. De behandeling wordt verzorgd door een erkend fysiotherapeut en duurt 30 min. De behandeling wordt conform polisvoorwaarden vergoed.

## **Oldenzaal**

### **Sportcentrum Vondersweijde**

Ada Kokstraat 20

7572 EA Oldenzaal

Tel: 0541-514643

E-mail: [info@vondersweijde.nl](mailto:info@vondersweijde.nl)

Website: [www.vondersweijde.nl](http://www.vondersweijde.nl)

## **Glanerbrug**

### **Zwembad de Brug**

Schipholtstraat 43

7534 CR Glanerbrug

Tel: 053-4612096

Website: [www.enschedesezwembaden.nl](http://www.enschedesezwembaden.nl)