



AZ JAN PALFIJN
GENT



AZ JAN PALFIJN
GENT

Kinesitherapie

T +32 (0)9 224 87 78

Watersportlaan 5 - 9000 Gent

T +32 (0)9 224 71 11 - F +32 (0)9 224 70 42

info@janpalfijngent.be - www.janpalfijn.be

versie folder augustus 2015 - wu: Rudy Coddens, voorzitter

Bionix

INFORMATIE VOOR PATIËNTEN

Met behulp van het toestel 'Bionix' is het mogelijk een objectieve evaluatie te maken van de beweeglijkheid, de kracht en de uithouding van uw rompspieren.

Dit toestel maakt het mogelijk om uw rompspieren te testen in drie verschillende bewegingsassen.

- ▶ Rotatie: draaien naar links en naar rechts
- ▶ Flexie-extensie: bewegen naar voor en naar achter
- ▶ Lateroflexie: zijwaarts buigen naar links en naar rechts

U zal in het toestel gefixeerd worden aan de schouders, het bekken en de knieën.

Waar moet u op letten?

- ▶ Gemakkelijke kledij
- ▶ Geen voorwerpen in broekzakken laten zitten
- ▶ Geen broeksriem
- ▶ Lang haar opsteken

De therapeut zal u vragen naar uw lengte en gewicht; gelieve deze gegevens zo nauwkeurig mogelijk door te geven.

Nadat de therapeut u in het toestel heeft geplaatst wordt gestart met het opmeten van uw mobiliteit, waarbij u bovenvermelde bewegingen 2x maximaal zal moeten uitvoeren. Hierdoor begrenst het toestel de oefeningen naar uw eigen mogelijkheden.

Daarna start de eigenlijke test waarbij u volgende oefeningen zal moeten uitvoeren in deze volgorde:

- ▶ 10x draaien naar links en naar rechts (zonder weerstand)
- ▶ 5x draaien naar links en naar rechts (met weerstand)
- ▶ 10x bewegen naar voor en naar achter (zonder weerstand)
- ▶ 5x bewegen naar voor en naar achter (met weerstand)
- ▶ 10x zijwaarts buigen naar links en naar rechts (zonder weerstand)

- ▶ 5x zijwaarts buigen naar links en naar rechts (met weerstand)

Deze test zal in totaal ongeveer 20 à 30 minuten in beslag nemen. Bij de uitvoering is het belangrijk uw uiterste best te doen maar niets te forceren. Indien u zich niet meer goed voelt, kan de test op elk moment worden afgebroken. Laat de therapeut weten hoe het met u gaat.

Uw arts bekijkt achteraf de resultaten van deze test en zal deze met u persoonlijk bespreken.

Indien u nog vragen hebt, kan u steeds contact opnemen met een therapeut op het volgende nummer 09 224 87 78