

# Fysio Liifs

Sibrecht Spijkstra

De enige fysiotherapiepraktijk in Heerenveen en omstreken gespecialiseerd in **oedeemfysiotherapie** en **oncologiefysiotherapie**.



Thialfweg 17  
8441PV Heerenveen  
06-18 33 43 51  
info@liifs.nl

**Voor fysiotherapie met de puntjes op de *ii* !**

## Oedeemfysiotherapie

Heeft u last van vochtophoping, vermoeid - of gespannen gevoel in armen of benen?

Heeft u een operatie ondergaan waarbij lymfklieren zijn verwijderd of bestraling gehad? Er kan dan sprake zijn van (lymf)oedeem. Behandeling door een oedeemfysiotherapeut biedt dan uitkomst.

Bij Fysio LiifS kunt u terecht voor manuele lymfdrainage en oedeemtechnieken, advies en aanbrengen van compressiemateriaal of wraps, bewegingstherapie, littekenbehandeling, fascietechnieken, lymftaping, huidverzorgingsadviezen en ademhalingsoefening gericht op zelfmanagement.

## Oncologiefysiotherapie

Als u kanker heeft (gehad) dan kunt u klachten krijgen als gevolg van de behandelingen: vermoeidheid, krachtsverlies, pijn, bewegingsbeperking, conditieverlies en huidveranderingen. Dit kan gevolgen hebben voor het uitvoeren van uw dagelijkse activiteiten, werk en/of sport.

Fysio LiifS heeft de kennis om u te begeleiden in alle fases van de ziekte. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat bewegen bovengenoemde klachten kan verminderen en dat trainen tijdens de behandelingen een positief effect kan hebben op deze klachten. Uw doelen bepaalt u samen met de oncologiefysiotherapeut.

## Fysiotherapie

Klachten aan uw lichaam kunnen altijd ontstaan. De fysiotherapeut is gespecialiseerd in de klachten die met houding en bewegen te maken hebben. Bij de eerste intake en onderzoek vormt de fysiotherapeut een beeld en stelt samen met u een persoonlijk behandelplan op voor het gewenste eindresultaat.

## Fysio LiifS

Praktijkeigenaar Sibrecht Spijkstra, met ruim 25 jaar ervaring als fysiotherapeut, is tevens oedeemfysiotherapeut en als enige in Heerenveen e.o. geregistreerd als oncologiefysiotherapeut. Fysio LiifS beschikt naast een behandelkamer over een uitgebreide oefenruimte voor revalidatie en training.

## Openingstijden

maandag: 8.30-17.00 uur  
dinsdag: 8.30-12.30 uur & 13.00-17.00 huisbezoeken  
woensdag: 8.30-17.00 uur  
donderdag: 13.00-17.00 huisbezoeken & 17.00-20.00 (in overleg)  
vrijdag: 8.30-17.00 uur