



### **Huidverzorgingsadviezen:**

Bij oedeem is de conditie van de huid vaak verminderd, dit kan leiden tot huidproblemen en infecties van de huid. Huidverzorging bij oedeem is daarom belangrijk.



### **Leefregels:**

Tips, adviezen en leefregels om in het dagelijkse leven om te gaan met oedeem en zelfstandig het ziektebeeld onder controle te houden.

### **Een aantal belangrijke indicaties zijn:**

- Voctophoping na oncologische problematiek, chemotherapie en bestraling
- Zwellingen na ongeval, botbreuken en operaties
- Spierpijnen, spierletsel, sport blessures, verstuikingen
- Hoge bloeddruk, waardoor vocht in de benen
- Dystrofieën
- Hoofdpijnklachten en migraine
- Keel-, neus- en ooraandoeningen / chronische neusverkoudheid, sinusitis
- Klachten als gevolg van stress ; slapeloosheid, concentratieverlies, constipatie
- Littekenverklevingen of bij vaste vormen van oedemen om het los te krijgen



***Onno van Schaik is graag bereid om in een persoonlijk gesprek toe te lichten welke specifieke voordelen een samenwerking met hem en***

***Kinderfysio & Fysiotherapie Praktijk Van Schaik-Dijcks U biedt!***

***Vestigingen in Rotterdam Kralingen , Crooswijk & Gouda***

***T: 0107952988 | E: [fysio.vanschaik-dijcks@online.nl](mailto:fysio.vanschaik-dijcks@online.nl) | W: [kinderfysiovenschaik-dijcks.com](http://kinderfysiovenschaik-dijcks.com)***