

Jeroen Daggenvoorde, fysiotherapeut Lettele

# Fysiotherapie voor sport en welzijn in eigen dorp

**In Lettele hebben we geen huisarts, maar wél een eigen fysiotherapeut. Welk dorp kan dat nu zeggen? Nou, de bewoners van Lettele! Als je op dinsdag of vrijdag De Spil binnenstapt dan kun je Jeroen Daggenvoorde bijna niet missen. Bij sportwedstrijden of andere sportevenementen in ons dorp is hij ook te vinden. Enthousiast doet hij zijn werk en daar wil ik wel eens wat meer over weten.**



DOOR LUCIA VAN KRUIJL

Jeroen Daggenvoorde, wie kent hem niet? Geboren en getogen in Lettele. Eigenlijk is hij nooit weg geweest uit Lettele, nou ja dat ene jaartje dan in Deventer. Maar gelukkig woont hij weer in ons dorp, samen met zijn vrouw Heleen. Als je het in Lettele over fitness, fysiotherapie of sportfysiotherapie hebt, kom je vanzelf bij Jeroen terecht.

## Was fysiotherapie een jeugdroom?

'Nee, eigenlijk had ik over dat vak nog helemaal niet nagedacht. Ik wilde graag bedrijfskunde studeren, wat ik ook heb gedaan. Daarnaast was voetballen mijn sport. Door een ernstige knieblesure tijdens het voetballen heb ik negen maanden intensieve fysiotherapie gehad. Toen vroeg ik mij af of bedrijfskunde wel is wat ik wil'. Jeroen heeft zijn studie bedrijfskunde afgerond, maar zijn nieuwsgierigheid was gewekt naar het vak van fysiotherapeut. In 2010 is Jeroen begonnen

met de studie fysiotherapie bij de Hogeschool Saxion in Enschede. Eind 2013 behaalde hij zijn diploma.

## Had je een interessante stageplek?

'Absoluut, ik heb stage gelopen bij Antvelink Sportfysiotherapie in Deventer. Antvelink houdt zich bezig met algemene fysiotherapie en richt zich ook op sportfysiotherapie voor recreatieve sporters in de regio. Daarnaast verzorgen zij de fysiotherapie voor de selectie van Go Ahead Eagles. Tijdens deze stage heb ik veel ervaring kunnen opdoen als sportfysiotherapeut. Voor de algemene fysiotherapie in de zorg, heb ik vier maanden in een ziekenhuis in Zuid-Afrika stage gelopen. Dat was een hele ervaring. Hier heb ik vakinhoudelijk veel geleerd maar zelf ook een grote persoonlijke ontwikkeling doorgemaakt. In een land als Zuid-Afrika, kom je wel even in een heel andere wereld terecht. Ernstige ongevallen en ook schotwonden. Ze

doen daar wat ze kunnen, maar de medische voorzieningen in de meeste ziekenhuizen in Zuid-Afrika zijn lang niet zoals wij die in Nederland kennen. We hebben wel vaak kritiek op onze gezondheidszorg, maar als je in zo'n ziekenhuis bent geweest, besef je weer eens hoe goed wij het hier hebben'.

## Hoe snel kon je aan het werk en hoe ben je in Lettele begonnen?

'Al direct na mijn terugkomst uit Zuid-Afrika. Antvelink vroeg mij eens te komen praten en dat resulteerde in een baan.' Zelf voetbalt Jeroen niet meer in Lettele vanwege zijn knieblesure, maar hij is nog heel actief betrokken als leider van het 1[e] elftal en daarnaast als fysiotherapeut. 'Ik werd gevraagd om te helpen met de fysio-fitness in Lettele. Ik heb meteen de vraag gesteld waarom geen fysiotherapie erbij? En zo is het balletje gaan rollen en is in juni 2014 de afdeling fysiotherapie in De Spil begonnen.'



Als fysiotherapeut ben je ondertussen ook betrokken bij Go Ahead Eagles.

‘Ja, Go Ahead heeft twee fysiotherapeuten die de medische zorg verlenen tijdens de trainingen en rondom de wedstrijden. Nick van der Horst is hun therapeut doordeweeks en ik doe het in de weekenden. Daar komt nog heel wat bij kijken. Profvoetballers moeten op korte termijn presteren en zoals je weet heeft Go Ahead een nieuwe trainer gekregen. Iedere trainer heeft een eigen visie waarbij ook wij als medische staf een belangrijke rol spelen. Wij zijn er niet om alleen blessures te behandelen, maar vooral om deze te voorkomen. Daarvoor gebruiken we bij Go Ahead het Polar-systeem, dit is een GPS-spelervolgsysteem. De spelers krijgen een band die ons voorziet van allerlei informatie zoals hartslag, afstand, snelheid en aantal versnellingen. Dit levert waardevolle en accurate trainingsgegevens op die trainers en wij als begeleiders analyseren. Zo kunnen we ingrijpen waar dat nodig is.’

Wat vind je het leukst om te doen in je werk?

‘Het leuke van dit werk is de afwisseling, omdat het zo breed is. Ik kan mij

met de sportfysiotherapie bezighouden en daarnaast met de algemene fysiotherapie. Ik zie patiënten van 8 tot 90 jaar oud.’

‘Het leuke van dit werk is de afwisseling, omdat het zo breed is. Ik zie patiënten van 8 tot 90 jaar oud.’

Waarom is fysiotherapie nodig bij kinderen?

‘Er is onder kinderen een grote bewegingsarmoede en dan met name de eenzijdigheid. Dat heeft grote invloed op de algemene ontwikkeling, zowel motorisch als in het cognitief denkproces. Het is belangrijk dat kinderen zich breed ontwikkelen in het bewegen, dus door niet te eenzijdig één sport te beoefenen. Ook het buitenspelen met andere kinderen is belangrijk als sociaal gebeuren, het bevordert de teamgeest en waarneming, samen iets creatiefs bedenken bevordert de fantasie. Dit alles is heel belangrijk voor een

goede ontwikkeling van het kind. Het staat nog in de kinderschoenen, maar wij zijn bezig om een dag te organiseren in Lettele met als thema “bewegen voor kinderen”.’

Wat zijn je toekomstplannen?

‘In 2015 ben ik gestart met mijn master sportfysiotherapie, waarbij ik in september dit jaar hoop af te studeren. Daarnaast hebben we een onderzoek gedaan bij 180 sporters die behandeld zijn door een fysiotherapeut en weer in staat zijn om hun sport te hervatten. We

hebben met verschillende sprong- en sprinttesten getest of er nog verschil is tussen het geblesseerde en niet geblesseerde been. Dit moet nog helemaal uitgewerkt worden, een hele klus dus. Verder ga ik gewoon lekker door, zowel in Deventer als in Lettele, met het werk waarvan ik geniet.’

Mijn laatste vraag, want ik zie je staan glimmen, hoe komt dat?

‘In ons privé leven staan ook geweldige dingen te gebeuren. We hopen binnenkort in ons nieuwe huis te kunnen en in mei verwachten wij ons eerste kindje!’ ➔