



FysioHilversum

Praktijk voor fysio- en manuele therapie



**FysioHilversum** | Vaartweg 163c 1217 SP Hilversum T 035 623 53 00  
| De Meent 10b 1218 CB Hilversum T 035 693 51 26  
info@fysiohilversum.nl www.fysiohilversum.nl

**“Deze aanpak leidt tot efficiëntere zorg op het gebied van hoofdpijn.”**

– Sander de Ru, KNO arts van UMC Utrecht, gespecialiseerd in hoofdpijnbestrijding

**“Ook bij een complexe klacht als migraine is de hoofdpijnpoli effectief.”**

– Paul Bouma, neuroloog van Tergooi Ziekenhuizen, gespecialiseerd in hoofdpijnbestrijding

# Gezond en Actief met hoofdpijn

## *Hoofdpijnpoli Gooi*

**“Ik had nooit gedacht dat ik nog eens kon zeggen dat ik hoofdpijnvrij zou zijn, maar het kan dus wel!”** – cliënte

## Gezond en Actief met hoofdpijn

*Een op de tien Nederlanders kampt met chronische hoofdpijn. En het aantal neemt alleen maar toe. Maar gerichte hulp is er nauwelijks. FysioHilversum heeft in samenwerking met afdeling neurologie van Tergooi Ziekenhuizen een werkzame therapie ontwikkeld tegen de hoofdpijnklachten, die vanuit de nek ontstaan en die aanleiding kunnen geven tot migraine.*

Met Hoofdpijnpoli Gooi kiest FysioHilversum voor een grondige aanpak van chronische hoofdpijnklachten. Chronische hoofdpijn kan vele oorzaken hebben: nekklachten, stress, ongezonde voeding, een verkeerde houding, te weinig beweging of een combinatie van deze factoren. Een goede behandeling begint bij een persoonlijke aanpak, want specifieke oorzaken vereisen een specifieke behandeling. Hoofdpijnpoli Gooi biedt een doeltreffende therapie op het gebied van **nekgerelateerde hoofdpijn, spanningshoofdpijn en migraine**, gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijke inzichten. De effectiviteit hiervan is de afgelopen jaren systematisch en intensief onderzocht.

### Heeft u regelmatig last van hoofdpijn?

#### Neem dan contact op met Hoofdpijnpoli Gooi.

Dan ondergaat u allereerst een uitgebreide screening. Na het invullen van enkele vragenlijsten wordt u onderzocht door de manueel therapeut en neemt een fysiotherapeut bij u een fitheidsscan af. Op basis van de verkregen informatie wordt voor

u een persoonlijke aanpak vastgesteld, waarbij u inzicht krijgt in de factoren die van invloed zijn op uw hoofdpijn. Bij twijfel wordt uw huisarts, neuroloog of eventueel andere specialist ingeschakeld. Dit gebeurt uiteraard in nauw overleg met u.

De methode van Hoofdpijnpoli Gooi is er voor een belangrijk deel ook op gericht deelnemers weer op een plezierige wijze in beweging te krijgen. Voor het voorkomen en bestrijden van hoofdpijn is lichaamsbeweging immers van groot belang.

“Wie hoofdpijn heeft, zal doorgaans weinig zin hebben in al teveel beweging. Daarvoor hebben wij uiteraard begrip”, vertelt manueel therapeut Jan Pijl. “Daarom zoeken we samen met patiënten naar de beste manier om beweging te stimuleren, rekeninghoudend met met de fysieke mogelijkheden.”

### Kosten

**Gezond en Actief met hoofdpijn** wordt door de zorgverzekeraars vergoed.

*Bel nu om een afspraak te maken 035 623 53 00  
of kijk op: [www.fysiohilversum.nl](http://www.fysiohilversum.nl).*

*Voor vragen of meer informatie kunt u ons bellen  
of mailen naar [info@fysiohilversum.nl](mailto:info@fysiohilversum.nl).*