

**SMC staat voor Sport Medisch Centrum en is onderdeel van de afdeling Revalidatie van het Elkerliek. Het SMC bestaat uit een team van sportfysiotherapeuten, dat zich richt op sport- en bewegingsgerelateerde klachten. Niet te verwarren met het SMA (Sport Medisch Adviescentrum), een stichting binnen het Elkerliek ziekenhuis. Zij houden zich bezig met alle medische aspecten van de sportbeoefening.**

Door Cynthia Mars



Foto: Hein van Bokel

Het team van SMC, achteraan v.l.n.r. Rens Manders, Hein Gilsing en Elske Berkvens. Vooraan v.l.n.r. Mariëlla van Oort en Annelies Boon.

# SMC: volle vaart vooruit

Het SMC is gevestigd in het Lavansstadion, de thuisbasis van voetbalclub Helmond Sport. Op deze locatie trainen en revalideren ook de spelers van de club. Hein Gilsing, sportfysiotherapeut bij SMC: “Rens Manders is onze man bij Helmond Sport. Hij zorgt ervoor dat de spelers individueel begeleid worden en na een blessure weer wedstrijd-fit zijn. Tevens heeft hij een adviserende rol naar de technische staf. Naast de spelers van Helmond Sport kunnen ook andere (top)sporters terecht op de locatie in het Lavansstadion.”

## Hele keten bekijken

SMC gaat grondig te werk en probeert de kern van het probleem te lokaliseren en aan te pakken. Mariëlla van Oort, sportfysiotherapeut bij SMC: “We kijken naar de hele keten en niet alleen naar het lokale probleem.” Het SMC heeft een groot voordeel ten opzichte van de eerstelijns sportfysiotherapeuten, en dat zijn de korte lijnen met het ziekenhuis en mede hierdoor de multidisciplinaire aanpak. Hein Gilsing: “Wij kunnen snel advies inwinnen bij specialisten, zoals orthopeden, chirurgen, cardiologen en sportartsen.”

## Speciale programma's

Het SMC richt zich met name op sportgerelateerde letsels. Hiervoor zijn er een aantal speciale programma's zoals voor de voorste kruisband, de hamstring, schouder en voor revalidatie na grote orthopedische operaties. Daarnaast loopt een speciaal programma voor diabetes patiënten. Zij krijgen een training op basis van conditie en kracht. Mariëlla van Oort vertelt: “Uit onderzoek is gebleken dat beweging kan leiden tot minder spuiten of zelfs niet spuiten. Alleen medicatie is dan voldoende. Door middel van voor- en name-tingen wordt het voor patiënten inzichtelijk wat hun bloedsuikerspiegel doet na inspanning. Zij leren hierdoor beter aanvoelen wanneer hun bloedsuikerspiegel te laag of te hoog is.” Ook hartpatiënten met conditieproblemen kunnen terecht bij het SMC. Door middel van het opstellen en uitvoeren van individuele conditieprogramma's helpt het SMC hartpatiënten, fysiek gezien, op een hoger niveau komen, waardoor ze beter functioneren.

## Fitte ruiters

Een van de speerpunten van het SMC is het Top en Fitte Ruitersprogramma. In samen-

werking met de Helicon opleiding voor Paardensport in Deurne ontwikkelt het SMC, samen met SMA en een aantal andere partijen, een test en een trainingsprogramma voor ruiters. Ook superviseren de sportartsen een sportspreekuur. Mariëlla van Oort: “Al jaren laten topsporters zich adviseren door een sportfysiotherapeut. Dit zie je onder andere in de voetballerij, de schaatsport, en langzamerhand ook steeds meer in de paardensport. Door leerlingen van de opleiding Paardensport te testen op hun zwakke plekken en hen hiervoor te behandelen, kunnen blessures worden voorkomen. “De bedoeling is om de test over heel Nederland uit te rollen.”

“In de toekomst wil het SMC zich nog meer gaan richten op de sportgerelateerde klachten”, vertelt Margot Frank, afdelingshoofd Revalidatie van het Elkerliek. “We willen bekend staan om onze kennis en ervaring en om onze goede individuele begeleiding. Verder zal het multidisciplinaire karakter van het SMC en de korte lijnen met het ziekenhuis ons onderscheiden van anderen.”