

Cursus Frozen Shoulder A-Z – E-learning

Module 1: Leven met een frozen shoulder

De module begint met het verkennen van de vraag "Waarom frozen shoulder?" en bespreekt de mogelijke oorzaken en risicofactoren die kunnen bijdragen aan het ontstaan van een frozen shoulder. Dit kan bijvoorbeeld aspecten omvatten zoals anatomische factoren, eerdere verwondingen of operaties, onderliggende medische aandoeningen, en andere potentiële triggers van de aandoening.

Vervolgens zal de module deelnemers laten kennismaken met de subjectieve beleving van patiënten met een frozen shoulder. Het zal de typische symptomen, pijnvaringen en de impact op het dagelijks leven van patiënten beschrijven. Het doel is om deelnemers een empathisch begrip te bieden van de uitdagingen en beperkingen waarmee patiënten geconfronteerd worden tijdens het leven met een frozen shoulder.

Daarnaast zal de module ook factoren bespreken die de beleving van de patiënt kunnen beïnvloeden. Dit kan aspecten omvatten zoals psychologische impact, sociale ondersteuning, de reacties van zorgverleners en het begrijpen van de verwachtingen en behoeften van de patiënt. Het doel is om deelnemers bewust te maken van de bredere context waarin een patiënt met een frozen shoulder zich bevindt.

Tot slot zal de module relevante epidemiologische informatie verstrekken over een frozen shoulder. Dit kan de incidentie, prevalentie, demografische patronen en andere relevante gegevens omvatten. Het doel is om deelnemers een beter begrip te geven van de omvang en impact van een frozen shoulder op populatieniveau.

Module 2: Wat is een frozen shoulder?

De module begint met het bespreken van de terminologie die door de tijd heen is gebruikt om deze aandoening te beschrijven. Dit omvat het verkennen van verschillende termen die in het verleden werden gebruikt om een frozen shoulder te beschrijven en het begrijpen van hoe de terminologie in de loop der tijd is geëvolueerd.

Vervolgens zal de module deelnemers voorzien van een duidelijke definitie van een frozen shoulder. Het zal de kenmerkende symptomen en klinische

presentatie van de aandoening beschrijven, waaronder de pijn, bewegingsbeperkingen en functionele beperkingen die optreden.

Daarna zal de module een classificatievoorstel presenteren, waarbij verschillende subtypen of classificaties van een frozen shoulder worden voorgesteld. Dit kan gebaseerd zijn op factoren zoals de ernst van de symptomen, de duur van de aandoening of andere relevante kenmerken. Het doel is om deelnemers te helpen de diversiteit en variabiliteit van de aandoening beter te begrijpen.

De module zal ook de prognose van een frozen shoulder bespreken, waarbij de verwachte natuurlijke loop van de aandoening wordt belicht. Het kan informatie verstrekken over de duur van de verschillende fasen van een frozen shoulder en hoe de symptomen en bewegingsbeperkingen in de loop van de tijd kunnen veranderen.

Daarnaast zal de module deelnemers informeren over de risicofactoren die geassocieerd worden met het ontwikkelen van een frozen shoulder. Dit kan factoren omvatten zoals leeftijd, geslacht, medische voorgeschiedenis, onderliggende aandoeningen en andere mogelijke invloeden die het risico op het ontwikkelen van een frozen shoulder kunnen verhogen.

Module 3: De pathofysiologie van een frozen shoulder

De module zal de verschillende fasen van een frozen shoulder bespreken, waarbij deelnemers leren over de typische evolutie en het verloop van de aandoening. Dit omvat de vroege fase, de bevroeringsfase, waarin de schouderpijn en beperkte bewegingsmogelijkheden beginnen, gevolgd door de bevroren fase, waarin de bewegingsbeperkingen significant zijn, en tenslotte de ontdooifase, waarin de schouder geleidelijk herstelt.

Daarnaast zal de module zich richten op het begrijpen van de pathofysiologische processen die optreden bij een frozen shoulder. Dit omvat het bespreken van inflammatie, met aandacht voor de rol van ontstekingsprocessen in het veroorzaken van pijn en weefselveranderingen in de schouder. Het kan ook ingaan op het concept van "low-grade inflammation" waarbij er een subtielere, aanhoudende ontstekingsreactie aanwezig is.

De module zal ook deelnemers informeren over veranderingen op neurologisch en vasculair niveau die zich voordoen bij een frozen shoulder. Dit omvat het begrijpen van de betrokkenheid van het zenuwstelsel en de bloedvaten bij het ontstaan en handhaven van symptomen en bewegingsbeperkingen.

Daarnaast kunnen metabole factoren worden besproken, zoals veranderingen in het metabolisme van het schoudergewricht en de omliggende weefsels, en hoe deze factoren kunnen bijdragen aan het ontstaan en de progressie van een frozen shoulder.

Module 4: Diagnose van een frozen shoulder

De module zal verschillende aspecten behandelen die relevant zijn voor het stellen van een diagnose. Dit omvat klinisch onderzoek, waarbij deelnemers leren welke specifieke tests en evaluaties moeten worden uitgevoerd om de symptomen en fysieke kenmerken van een frozen shoulder te beoordelen. Ze zullen leren hoe ze een gestructureerd en systematisch klinisch onderzoek kunnen uitvoeren om de aanwezigheid van een frozen shoulder te bepalen.

Daarnaast zal de module deelnemers vertrouwd maken met gele en rode vlaggen, wat wijst op bepaalde symptomen of kenmerken die kunnen wijzen op andere onderliggende aandoeningen die vergelijkbare symptomen kunnen veroorzaken. Het doel is om deelnemers in staat te stellen de differentiële diagnose te overwegen en mogelijke andere oorzaken van de symptomen uit te sluiten.

De module zal ook deelnemers leren over patroonherkenning, waarbij ze leren typische symptoompatronen en kenmerken van een frozen shoulder te herkennen. Ze zullen leren hoe ze deze patronen kunnen identificeren en onderscheiden van andere aandoeningen.

Andere aspecten die in de module worden behandeld, zijn onder meer het evalueren van patiëntkenmerken, zoals medische voorgeschiedenis en risicofactoren, het beoordelen van pijnlocatie en -type, het meten van de range of motion, kracht en functie van de schouder, het beoordelen van de slaappatronen van de patiënt, het overwegen van aanvullend onderzoek zoals beeldvorming, het beoordelen van weefselreactiviteit en het gebruik van vragenlijsten om symptomen en beperkingen te beoordelen.

Module 5: Differentiaal diagnostiek

De module zal gericht zijn op het onderwijzen van deelnemers over de concepten van differentiële diagnose, waarbij ze leren om verschillende mogelijke aandoeningen of oorzaken van een specifiek symptoom of klacht te overwegen en te onderscheiden. Het zal verschillende differentiële diagnoses bespreken die relevant zijn voor de betreffende aandoening en de bijbehorende symptomen. Door middel van casusbesprekingen en voorbeelden

kunnen deelnemers leren hoe ze de differentiële diagnose nauwkeurig kunnen stellen en onderscheid kunnen maken tussen vergelijkbare aandoeningen.

Module 6: Behandeling van een frozen shoulder

De module heeft als doel de lezer te informeren over wat een frozen shoulder is, inclusief de symptomen, oorzaken en mogelijke risicofactoren. Het zal educatieve inhoud bevatten om het begrip van de aandoening te vergroten en de lezer te helpen de impact ervan op het dagelijks leven te begrijpen.

Daarnaast zal de module verschillende fysiotherapeutische behandelopties bespreken die kunnen worden toegepast bij een frozen shoulder. Dit kan onder meer oefeningen, mobilisatietechnieken, stretching, warmte- en koudetherapie, manuele therapie en andere relevante fysiotherapeutische interventies omvatten. De module kan in detail uitleggen hoe deze behandelopties werken, welke voordelen ze bieden en hoe ze kunnen bijdragen aan het herstel van de schouderfunctie.

Bovendien kan de module ook aandacht besteden aan andere niet-chirurgische behandelmethoden die kunnen worden overwogen, zoals medicatie, injecties (bijvoorbeeld corticosteroïden) en andere conservatieve benaderingen.

Over het algemeen is de doelstelling van Module 6 om een grondig inzicht te bieden in de behandeling van een frozen shoulder, waarbij educatie en fysiotherapeutische behandelopties centraal staan. Het doel is om de lezer te voorzien van waardevolle informatie en mogelijke behandelrichtingen, zodat zij weloverwogen beslissingen kunnen nemen en effectieve stappen kunnen zetten naar herstel en vermindering van de symptomen van een frozen shoulder.

Module 7: Chirurgische behandelopties van een frozen shoulder

De module zal informatie verstrekken over de chirurgische behandelopties die kunnen worden overwogen wanneer niet-chirurgische behandelingen zoals fysiotherapie, medicatie en injecties niet het gewenste resultaat opleveren. Het kan ook ingaan op situaties waarin chirurgie als een vroegere behandeloptie kan worden overwogen vanwege specifieke omstandigheden van de patiënt.

Naast het bespreken van de verschillende chirurgische opties, kan de module ook aandacht besteden aan factoren die een rol spelen bij de keuze van de chirurgische behandeling, zoals de ernst van de aandoening, de gezondheidstoestand van de patiënt en de verwachte resultaten en risico's van elke procedure.

Daarnaast kan de module ook de nabehandeling en post-operatieve fysiotherapie benadrukken die nodig zijn na een chirurgische ingreep voor een frozen shoulder. Het kan informatie bieden over de revalidatieprotocollen, oefeningen en therapeutische benaderingen die kunnen helpen bij het herstel van de schouderfunctie na de operatie.

Kortom, de doelstelling van Module 7 is om een diepgaand begrip te bieden van de chirurgische behandelmogelijkheden voor een frozen shoulder en om de lezer te informeren over de juiste nabehandeling en fysiotherapie die nodig zijn voor een succesvol herstel.