SPORT GENEESKUNDE Nederland

VSG Vereniging voor Sportgeneeskunde

MEERWAARDE SPORTARTS

Fysieke fitheid hoort in elk behandelplan

De sportarts: medisch specialist in beweegzorg

Chronische ziekte, multimorbiditeit, vermoeidheid, dyspnoe, pijn bij bewegen, prehabilitatie en herstel hebben één gemeenschappelijke factor: fysieke fitheid.

De sportarts helpt medisch specialisten fysieke fitheid objectief te beoordelen, inspanningsbeperkingen te duiden en veilige, gepersonaliseerde beweegzorg te integreren in de behandeling.

Meer belastbaarheid. Beter herstel. Passende zorg.

VSG
Vereniging voor Sportgeneeskunde

SPORTGENEESKUNDE

De sportarts en fysieke fitheid

Medisch specialist in beweegzorg

De sportarts richt zich op het waarborgen, herstellen en bevorderen van fysieke fitheid bij patiënten met aandoeningen van het houdings- en bewegingsapparaat, inspanningsgerelateerde klachten en/of deconditionering.
De meerwaarde zit in de combinatie van klinische geneeskunde, inspanningsfysiologie, biomechanica en beweeginterventies.

1 Diagnostiek

Gerichte analyse van klachten, functioneren en limiterende factoren.

2 Belasting & Belastbaarheid

Wat kan deze patiënt fysiek aan én wat vraagt de behandeling?

3 Fitheid meten

Objectiveren van fysieke fitheid en inspanningsbeperkingen.

4 Gepersonaliseerde beweegzorg

Veilige dosering van bewegen als medisch-specialistische interventie.

VITALE PARAMETER

Fysieke fitheid als vitale parameter

Fysieke fitheid is méér dan preventie: het is een essentieel onderdeel van diagnostiek, prognose en behandeling bij chronische aandoeningen en herstelvragen.

📊 **Ross et al. (2016):** Fysieke fitheid hoort te worden beschouwd als een vitale parameter, naast klassieke risicofactoren zoals cholesterol, bloedsuiker, overgewicht en roken.

Wist je dat...

- 59% van de Nederlandse bevolking één of meer chronische aandoeningen heeft;
- lage fysieke fitheid één van de grootste risicofactoren is voor chronische aandoeningen en hart- en vaatziekten;
- een stijging van de maximale zuurstofopname (VO2max) met maar 3,5 ml/kg/min (= 1 MET) samenhangt met een 12-20% lager risico op vroegtijdig overlijden;
- lage fysieke fitheid een groter risicofactor is voor vroegtijdig overlijden dan overgewicht, verhoogd cholesterol, suikerziekte en roken bij elkaar opgeteld;
- lage fysieke fitheid substantieel bijdraagt aan vroegtijdige sterfte en zorgkosten.

VSG
Vereniging voor Sportgeneeskunde

Meten is weten: CPET

Van klacht naar oorzaak. Van oorzaak naar behandelplan.

Bij onbegrepen inspanningsintolerantie, dyspnoe, thoracale klachten, vermoeidheid of achterblijvend herstel kan de sportarts fysieke fitheid objectiveren.

Hart-, long- en spierfunctie

De sportarts meet fysieke fitheid met vragenlijsten, lichamelijk onderzoek en/of cardiopulmonale inspanningstest met ademgasanalyse (CPET).

Inspanningsbeperkingen

CPET brengt in 1 test veiligheid, maximale zuurstofopname, hart-, long-, spiercel functioneren en verzuringsdrempels in kaart.

Behandelplan

De uitkomst is een persoonlijk behandel- en beweegadvies dat aansluit bij diagnose, comorbiditeit en behandeldoelen.

De vraag is niet alleen: wat heeft deze patiënt? Maar ook: wat kan deze patiënt fysiek aan?

MULTIDISCIPLINAIR

VSG
Vereniging voor Sportgeneeskunde

Fysieke fitheid in 2e lijnszorg

De sportarts versterkt elk behandelteam waarin functioneren telt.

Fysieke fitheid raakt vrijwel elk medisch domein. Toch wordt deze belangrijke parameter nog niet altijd meegenomen in behandelbeslissingen.

Als sportartsen vragen wij aandacht voor fysieke fitheid als onderdeel van passende zorg: meetbaar, klinisch relevant en direct gekoppeld aan belasting en belastbaarheid. Hieronder leggen we uit waarom.

1 **Cardiologie**
Revalidatie, inspanningsdiagnostiek, risicostratificatie en veilige opbouw.

2 **Orthopedie**
Overbelasting, sporthervatting, biomechanica en herstel van functioneren.

3 **Chirurgie**
Prehabilitatie, postoperatief herstel en fysieke kwetsbaarheid.

4 **Oncologie**
Beweegzorg tijdens en na behandeling, vermoeidheid, spierverlies en herstel.

5 **Pulmonologie**
Duiding van dyspnoe, conditieverlies en inspanningsbeperking.

6 **Interne geneeskunde**
Diagnostiek en beweeginterventie op maat bij diabetes, obesitas, post-COVID, multimorbiditeit en deconditionering.

7 **Revalidatie**
Cardiovasculaire risico inschatting, veiligheid en maatwerk qua beweeginterventie

Herken het risico, breng fysieke fitheid ter sprake.
Samen maken we beweegzorg meetbaar en veilig.

VSG
Vereniging voor Sportgeneeskunde

GROEI & IMPACT

Sportgeneeskunde groeit hard

Omdat de zorgvraag naar medisch-specialistische beweegzorg groeit.

De toenemende vraag laat zien dat de sportarts een noodzakelijke partner is in passende zorg: voor patiënten met beweeggerelateerde klachten, chronische aandoeningen, inspanningsbeperkingen en herstelvragen.

+40%

meer huisarts-verwijzingen naar de sportarts in de afgelopen vijf jaar

9

opleidingsplaatsen vanaf 2027, in plaats van zeven

Snel

groeiend specialisme in zorgvraag en samenwerking

Meer patiënten. Meer complexiteit. Meer behoefte aan beweegzorg. De sportarts helpt fysieke fitheid meetbaar, behandelbaar en veilig inzetbaar te maken binnen de tweede lijn.

SPORT GENEESKUNDE Nederland

VSG Vereniging voor Sportgeneeskunde

Maak fysieke fitheid onderdeel van passende zorg

De sportarts vertaalt fysieke fitheid naar diagnostiek, behandelbeleid en herstelstrategie.

Samen versterken we het vermogen van patienten om behandeling, herstel en dagelijks leven aan te kunnen.

Meet fysieke fitheid.

Bespreek belastbaarheid.

Betrek de sportarts.

De zorgvraag beweegt. Beweegt jouw behandelplan mee?

Bronnen: Beroepsprofiel Sportarts 2025 (VSG); Exercise is Medicine in de Sportgeneeskunde (VSG); Nivel 2025; Sportgeneeskunde.com 2026.