

Fietsensvlugge fysio aan huis

Geen tijd om naar de fysiotherapeut te gaan? Olivier Boon (24) van Fysio2You komt met spoed op zijn bakfiets langs. 'Wat Uber en Thuisbezorgd doen, kan ik ook.' tekst Noor Lagendijk, foto Tammy van Nerum

NOOR LAGENDIJK



→ 'Soms ga ik gewoon bij de finishlijn van een marathon staan, of bij andere loopevenementen in de stad.' Van Nerum Tammy

Met zijn elektrisch aangestuurde bakfiets slalomt Olivier Boon zich een weg over de drukke Prinsengracht. Op de bak staat, evenals op zijn jas en shirt dat daaronder schuilt, de naam van zijn bedrijf Fysio2You. Boon parkeert de fiets voor het kantoor van een start-up en opent de bak voor de benodigde attributen. Een oefenmatje, elastieken, een opvouwbare behandelbank, tape, massagemateriaal en handdoeken; je zou het bijna zijn trukendoos kunnen noemen.

Voor de eerste afspraak van de dag moet Boon op de tweede etage zijn. "Dat valt gelukkig nog mee. Ik behandel een patiënt die op vier hoog woont en zijn huis staat ook nog volgebouwd met instrumenten. Dat is behoorlijk sjouwen." Ondertussen loopt hij de marmeren trappen op, met de behandelbank op zijn rug.

Frank (25, hij wil niet met achternaam in de krant) wacht in een leeg kamertje naast de kantoorruimte van zijn start-up. Hij is op Facebook op Fysio2You gestuit. "Het is je hand die pijn doet, zei je?" vraagt Boon, terwijl hij alvast een blik werpt op het lichaamsdeel in kwestie. "Ja, vooral tijdens het typen en scrollen. En het is een drukke periode op het werk, dus ik had geen tijd om naar een fysiopraktijk te gaan." Zo rollen de mannen in het intakegesprek; Boon noteert alles in het patiëntendossier op zijn iPad.

'Ik behandel een patiënt die op vier hoog woont. Dat is behoorlijk sjouwen met mijn materiaal'

Dan begint het knijpen, buigen en kracht zetten. "Deze problemen zie je vaker bij mensen die veel achter de computer zitten. Ze worden alleen maar erger als je ouder wordt," zegt Boon. "Ik werkte eerst dicht bij de Nederlandsche Bank; de medewerkers daar kwamen vaak naar binnen geschommeld."

Na een klein uur aan oefeningen bergt hij de attributen op. "Bel me maar als je weer last krijgt. Ik stuur je straks een Tikkie."

Boon rondde zijn opleiding aan de internationale hogeschool voor fysiotherapie Thim van der Laan af in 2016. Twintig weken lang reisde hij met Sydney Blue Sox - een professioneel honkbalteam - door Australië als hun fysiotherapeut. Daarna werkte hij een jaar bij een praktijk in de Govert Flinkstraat in De Pijp. "Maar ik ben daar gestopt om dit te gaan doen," zegt Boon met bescheiden trots. "Ik zag wat Uber en Thuisbezorgd deden en dacht: dat kan ik ook als fysio. Naar het huis of kantoor van mensen gaan, in plaats van andersom."

Binnen twee uur

Boon fietst inmiddels sinds afgelopen december door de stad. Soms ziet hij twee dagen niemand, soms vijf patiënten op een dag. "In de ochtend weet ik nog niet hoe de dag zal verlopen."

Mensen kunnen van tevoren een afspraak maken, maar Boon is ook per direct op te roepen. De garantie: hij is er in principe binnen twee uur. En dat voor acute rugklachten tot een tenniselleboog en van een triggerpoint-massage tot dry needling. Als de behandelafel maar past.

"Sommige patiënten zie ik wekelijks, zoals een Amerikaanse expat die ik behandel. Die hebben dan meestal al een langere tijd ergens last van. Maar laatst werd ik bijvoorbeeld gebeld door iemand die zijn bed niet uit kon komen omdat zijn nek helemaal vastzat. Hij moest die avond een vliegtuig halen, dus ik kwam met spoed om de boel los te masseren." Om ook toeristen in nood te helpen, werkt Boon samen met een tandarts, huisarts en apotheker. Tja, je zal tijdens de vakantie maar door je rug gaan.

Natuurlijk zijn fysiotherapeuten aan huis geen onontdekt fenomeen, maar Boon is de enige die een fysiopraktijk runt vanaf de fiets. Zo nodig met spoed ter plaatse. Boon: "Op zondag is het lastig om een fysio te vinden, maar als je mij op een zondagavond belt, is de kans groot dat ik binnen een uur op de stoep sta." Na de behandeling ontvang je een Tikkie (55 euro per 40 minuten, met daarbij een kennismakingskorting); een factuur krijg je nagestuurd.

Verzwikte enkel

Inmiddels is het kwart voor drie en Boon heeft een volgende afspraak. Hij hopt op zijn trouwe bakfiets en rijdt richting het Oosterpark. Hij belt aan en een jonge vrouw verschijnt in de deuropening. "Fijn dat je weer kon komen!" zegt Jordan Hoes (27), masterstudent aan de Vrije Universiteit. Ze heeft haar enkel verzwikt tijdens het uitgaan.

De behandelruimte voor deze afspraak wordt de woonkamer. Terwijl de drie honden van de bewoonster Boon nieuwsgierig inspecteren en besnuffelen, stelt hij wat vragen. "Heb je het sokje af en toe nog gedragen? Is de zwelling al minder voor je gevoel? Heb je nog gesport?"

Ondertussen doet Hoes haar schoenen uit en gaat op de bank liggen, zodat Boon de overgebleven zwelling kan meten. "Ja, ik heb een keertje gesport. Gelukkig kon jij vorige week op zaterdag komen," zegt ze. "Als ik tot maandag had moeten wachten, was het kwaad waarschijnlijk al geschied."

De studente heeft om zes uur een nieuwe sportles op het programma staan, maar beweegt na de oefeningen en het intapen weer zelfverzekerd door de kamer. De hondjes ontwaken en begeleiden Boon terug naar de voordeur. "En blijven oefenen, daar krijg je weer vertrouwen van," adviseert hij nog.

Boon komt op zijn bakfiets in alle hoeken en gaten van Amsterdam: van de Zuidas tot Amsterdam-Noord. Als hij even niet wordt gebeld, neemt hij zelf het heft in handen. "Soms ga ik gewoon bij de finishlijn van een marathon staan, of bij andere loopevenementen in de stad." Ook stond Boon afgelopen weekend in de hal van het Centraal Station, waar Henk Krol - van 50Plus - tussen zijn afspraken door neerstreek op de behandelafel.

En daar gaat Boon weer. Het is vier uur en hij moet nog naar een afspraak in West. Langzaam verdwijnt de fietsende fysiopraktijk uit het zicht, in de verte van de Eerste Oosterparkstraat. Op weg naar een nieuwe voet, rug of nek.

+ Gezondheid + Amsterdam



Lees je graag Het Parool? [Neem een abonnement](#)

Het Parool

TELEVISIE, FILMS & SERIES

FOCUS € 0,39

32

🔒

5 min lezen

De nieuwste Disneyfilm krijgen wij niet te zien. Dat is de schuld van marketing

Verenigde Staten

WNY FEAR € 0,45

🔒

38 min lezen

🇺🇸 **This ship was engulfed by a hurricane. A recording salvaged from three miles deep tells the story of its doomed crew**

With an experienced captain, the El Faro should have been able to avoid the vicious storm. Why didn't it?

The Economist € 0,46

10

🔒

4 min lezen

🇺🇸 **Can Spanish survive America's "language graveyard"?**

Wired € 0,35

25

🔒

4 min lezen

De VS en China hebben elkaar samen 100 miljard dollar importtarieven opgelegd. Dit is wat dat precies inhoudt