



Fysiotherapie
De Koningin

Osteopathie

Koninginneweg 31 (hoek Tempeliersstraat) • 2012 GJ Haarlem • Tel (023) 531 37 99
E-mail info@fysiotherapie-centrum.nl • www.fysiotherapie-centrum.nl

Osteopathie

Osteopathie zoekt altijd naar de oorzaak van de klacht, waarbij ervan wordt uitgegaan dat het lichaam als een bewegend geheel functioneert. De osteopaat zoekt juist naar de causaliteit en samenhang en niet primair naar symptomen of klachtenbeelden. Soms zit het probleem wat de klacht(en) veroorzaakt op een geheel andere plek dan men in eerste instantie verwacht. Chronische rug- of nekpijn, uitstralende pijnklachten in armen of benen, vage buikpijnen, slechte darmwerking of terugkerende hoofdpijn. Het zijn slechts enkele voorbeelden. Osteopaten zoeken in deze gevallen naar een oorzaak van de, al dan niet steeds terugkerende, klachten. Osteopathie onderzoekt ondermeer om die reden niet alleen het gebied waar de klacht optreedt, maar het gehele lichaam.

Osteopathie is een manuele behandelwijze, net als ook manuele therapie, chiropractie en orthomanele geneeskunde. Uiteraard hebben ze elk hun eigen, specifieke benadering, onderzoek en behandelwijze. Uitgangspunt bij de osteopathie is altijd dat het lichaam gestimuleerd wordt het zelfgenezend vermogen aan te spreken. Zeker bij langdurig bestaande klachten is dat verstoord.

Achtergrond

In het woord 'osteopathie' zijn de woorden osteo (bot) en pathos (ziekte) te ontdekken. Het legt de basis voor het begrip wat door een Amerikaans arts (Dr. A.T. Still) aan het einde van de 19e eeuw is ontwikkeld: een fundament voor een moderne manuele behandelwijze waarbij het uitgangspunt was (en is) dat alle gezonde lichaamsstructuren een zekere mate van beweeglijkheid vertonen en dat verlies hiervan nadelige invloed heeft op de gezondheid. Het herstellen van de beperkte beweeglijkheid bleek een genezende invloed te hebben. De osteopathie richt zich echter, zoals misschien de woordkeus wel doet denken, niet uitsluitend op behandeling van de botten, al blijft wel altijd de wervelkolom centraal staan in de aanpak van de moderne osteopaat. De osteopathie heeft zich in de loop van de 20e eeuw sterk ontwikkeld en is vanuit Amerika uitgebreid naar Engeland en het vaste land van Europa. In de meeste Europese landen heeft het in de laatste decennia van de vorige eeuw zijn intrede gedaan en ook kennis- en ervaringsuitwisseling van diverse collega's heeft geleid tot een verdere verdieping en verbreding van het vakgebied. Zo hebben de Engelse collega's zich verder verdiept in met name de pariëtale technieken (spieren, botten en gewrichten), de Franse collega's hebben zich meer ontwikkeld in de viscerale (organen en hun omringende vliezen) en cranio-sacrale technieken (schedel/bekkengebied) en de Belgische en Nederlandse collega's worden geschoold in de osteopathie via een goede mix van deze technieken.

Eenheid

De osteopathie gaat uit van de gedachte dat het menselijk lichaam een zogenaamde eenheid is. Verschillende systemen (pariëtaal, visceraal en cranio-sacraal) houden elkaar in evenwicht, zodat het lichaam in staat is om een natuurlijk vermogen aan te spreken om storingen zelf te genezen. Beweeglijkheid van allerlei structuren staat hierbij centraal. Als structuren hun beweeglijkheid verliezen, zal dit aanleiding geven tot een verminderde

vloeistof-stroom. De vloeistof-stroom verzorgt de aanvoer van voeding en zuurstof en de afvoer van uitgescheiden afvalstoffen. Zo worden de lichaamscellen ververst en is in een gezond lichaam het zelfgeezend vermogen optimaal actief. Als dit natuurlijk evenwicht verstoord is geraakt, door bijvoorbeeld ziekte, trauma (ongevallen), het gevolg van een operatie, stress of verkeerde voeding is de osteopaat vaak goed in staat om hierbij een aanzet te realiseren tot herstel en misschien nog wel belangrijker om op te merken: het zelfgeezend vermogen opnieuw te prikkelen.

Totaalbenadering

Symptomen kunnen zich op een volstrekt andere plek in het lichaam uiten dan waar de oorzaak ervan is gelegen. Dit betreft ook meteen een belangrijk aspect van het osteopatisch principe: namelijk beschouw het menselijk lichaam als een geheel, niet als een som der afzonderlijke delen. De verschillende lichaamssystemen, zoals het zenuwstelsel, het orgaanstelsel en het bewegingsapparaat hebben allen hun eigen beweeglijkheid, maar oefenen ook allen invloed op elkaar uit. Via zenuwbanen, maar ook via een netwerk van stevige vliezen. Ook psychische componenten kunnen via bijvoorbeeld het vegetatieve zenuwstelsel hierop hun invloed hebben. Bijvoorbeeld: Iedereen heeft wel eens last van buikpijn. Het is een ruim begrip, want in de buikholtte bevinden zich tal van organen, die stuk voor stuk voor vervelende klachten kunnen zorgen.

Maar weinig mensen realiseren zich dat sommige van deze klachten (vaak zelfs zonder een duidelijke pijncomponent) aanleiding kunnen geven tot rugpijn, schouderpijn of juist pijn in het been. Maar ook een probleem in het bekkengebied (een bekkenverwringing bijvoorbeeld) kan een verstoord bewegingspatroon opleveren met als gevolg een chronische irritatie aan bijvoorbeeld de achillespees of juist de schouderpezen. Ten slotte: de schedel is bijvoorbeeld zeker geen uit één stuk bot bestaande starre kokosnoot, maar bestaat uit vele afzonderlijke botten die aan elkaar verbonden zijn door de schedelnaden. Daardoor bestaat er een zekere mate van flexibiliteit, wat weer zeer belangrijk is voor de beweeglijkheid van de onderliggende hersenvliezen en de daarmee samenhangende doorstroming van het hersenvocht in het hoofd en aan de binnenzijde van de wervelkolom naar het heiligbeen. Dit hersenvocht verzorgt het transport van voedingsstoffen en afvoer van afvalstoffen naar de hersenen en het ruggemerg.

De behandeling

Na een intakegesprek en een uitgebreid lichamelijk onderzoek wordt duidelijk op welke wijze de osteopaat kan helpen. Wanneer een behandeling niet zinvol is, zal dit uiteraard worden besproken. De behandeling wordt niet met apparatuur maar met de hand uitgevoerd, is bijna altijd zacht en in de regel niet pijnlijk. Ogenscheinlijk werkt de osteopaat alleen maar aan de buitenzijde, maar de technieken zijn vaak juist gericht op dieper liggende weefsels zoals bijvoorbeeld het buikvlies, over spieren gelegen vliezen of onder de schedelnaad liggende hersenvliezen. Bij forse blokkades in de wervelkolom kan het nodig zijn de positie en beweeglijkheid van de wervels te corrigeren. Na de behandeling heeft het lichaam tijd nodig om te wennen aan de nieuwe situatie van houding en beweging. Soms geeft dit tijdelijk wat meer klachten.

Indicatiegebied

Hieronder volgt een overzicht van klachten en aandoeningen waarmee u de osteopaat kunt consulteren.

Klachten aan het bewegingsapparaat:

- nekklachten en/of rugklachten
- hoofdpijn, aangezichtspijn en/of kaakklachten
- hernia-achtige klachten of andere klachten met uitstraling in arm of been
- chronische schouderklachten, frozen shoulder
- steeds terugkerende sportblessures / chronische sportblessures
- bekkenklachten, bekken'instabiliteit'

Klachten in de buik- of borstholte:

- vage buikklachten met stoelgangproblemen, vaak betiteld als spastische darmen
- terugkerende lever/galklachten of klachten in de maag/slokdarmstreek
- scheurtje in het middenrif
- klachten na operatieve ingreep in de buik/borstholte, vaak gebaseerd op verklevingen
- overmatige menstruatieklachten

Diverse andere klachten zoals:

- oorsuizen, duizeligheid
- huilbaby's
- pasgeborenen die overstrekt liggen of een voorkeursohouding aannemen
- terugkerende voorhoofds- of bijholte-ontstekingen
- chronische vermoeidheidsklachten

Arie de Jong,

Fysiotherapeut - Master Sportfysiotherapeut - Osteopaat - Advanced Clinical Practitioner

Méér informatie of een afspraak voor consult of behandeling?

Fysiotherapie De Koningin

gevestigd in Gezondheidscentrum 'De Koningin'

Koninginneweg 31 (hoek Tempeliersstraat)

2012 GJ Haarlem

T : 023 - 531 37 99

@: info@fysiotherapie-centrum.nl

W: www.fysiotherapie-centrum.nl