

FYSIOTHERAPIE



Door Anita Veron
Topfysiotherapie Hilvarenbeek

Manuele therapie

Heb je klachten aan je wervelkolom of ledematen?

Dit wordt vaak veroorzaakt doordat gewrichten niet goed werken. Overbelasting van het gewricht zorgt voor de klacht die jij ervaart. Je voelt dat bewegen moeizaam gaat en pijn doet. Ook kan de pijn uitstralen naar andere delen van het lichaam.

Manuele therapie is een specialisatie binnen de fysiotherapie waarbij problemen in gewrichten, spieren en zenuwen worden verholpen door verschillende bewegingstechnieken. Hierdoor gaan de gewrichten beter functioneren en wordt de beweging verbeterd. De effecten zijn vaak direct merkbaar: je voelt een toename van de bewegingsvrijheid en een afname van de pijn. Een manueel therapeut is gespecialiseerd in klachten aan de wervelkolom en de gewrichten in de armen en benen. Het bewegen van de gewrichten kan gepaard gaan met een knappend of krakend geluid, wat overigens niet pijnlijk is.

Bij de volgende klachten kan manuele therapie een oplossing zijn:

- Slecht kunnen bewegen van de wervelkolom
- Hoofd- en nekpijn
- Lage rugklachten, mogelijk met uitstraling naar de benen
- Hoge rugklachten, mogelijk met rib- of borstpijn
- Slikklachten
- Duizeligheid bij bewegen van de nek



Gewrichten kunnen ook een te grote beweeglijkheid hebben. Dat kan leiden tot instabiliteit en klachten. De manueel therapeut kan een patiënt met specifieke trainingsadviezen leren om gewrichten stabiel en sterker te maken. In de eerste intake vraagt de manueel therapeut naar jouw klachten. Vervolgens wordt er een lichamelijk onderzoek uitgevoerd en aan de hand van die resultaten wordt eventueel een behandeltraject opgestart. Je weet dus meteen of de manueel therapeut iets voor jou kan betekenen. De therapie wordt altijd gecombineerd met instructies, adviezen voor thuis en

oefeningen om je spieren sterker te maken. Verder wordt er inzicht gegeven in gezond bewegen. Dit om je bewust te maken van je bewegingspatroon en om eventuele herhaling van klachten te voorkomen.

Heb je klachten bij bewegen?

Manuele therapie is een onderdeel van fysiotherapie en wordt vergoed door je aanvullende verzekering (het aantal behandelingen dat je krijgt vergoed is afhankelijk van het pakket dat je hebt gekozen bij je zorgverzekeraar.)

Heb je vragen over deze therapie neem dan contact op met een praktijk voor fysiotherapie waar deze specialisatie aanwezig is en maak een afspraak!