

### Vervolg McKenzie-therapie

De McKenzie therapie is grotendeels "hands-off" voor de therapeut. Slechts indien de patiënt het niet meer alleen kan, zal de therapeut gerichte therapeutische technieken gebruiken.

In onze praktijk wordt zowel manuele therapie als McKenzie therapie toegepast.

Alle fysiotherapeuten zijn geregistreerd in het kwaliteitsregister van het K.N.G.F. Onze praktijk beschikt over geregistreerd Manueel- en McKenzie -therapeuten

**In ons gezondheidscentrum kunt U tevens terecht voor diëtetiek, ergotherapie en psychologie.**

**Gezondheidscentrum — Praktijk voor  
Fysiotherapie Sligchers**

St. Bavostraat 27 A  
4891 CG Rijsbergen  
Tel: 076 596 3914 of 076 5323735  
[www.fysiotherapiesligchers.nl](http://www.fysiotherapiesligchers.nl)  
[www.0765963914.nl](http://www.0765963914.nl)  
[www.gezondheidscentrumsligchers.nl](http://www.gezondheidscentrumsligchers.nl)  
[info@fysiotherapiesligchers.nl](mailto:info@fysiotherapiesligchers.nl)

 **de Fysiotherapeut**  
Nederlandse Vereniging voor Manuele Therapie



Gezondheidscentrum Sligchers

## MANUELE THERAPIE



Naast manuele fysiotherapie beschikt onze praktijk over verschillende andere specialisaties.

## Wat is manuele therapie?

Een manueeltherapeut is een fysiotherapeut met een extra specialisatie. Na de opleiding Fysiotherapie heeft hij of zij nog een opleiding Manuele Therapie gevolgd. In Nederland zijn er vier erkende opleidingen Manuele Therapie die onderling in enige mate verschillen in visie en behandelwijze. Zo'n opleiding wordt gevolgd naast het werk als fysiotherapeut en duurt gemiddeld vijf jaar. U vindt manueeltherapeuten zowel in praktijken en gezondheidscentra als in ziekenhuizen en andere zorginstellingen.

## Manuele therapie voor problemen en pijn tijdens bewegen

Uw huisarts of specialist kan u bij bepaalde klachten specifiek verwijzen naar een manueeltherapeut, maar ook zonder verwijzing kunt u bij de manueeltherapeut terecht. Manuele therapie is geschikt voor klachten die, behalve met pijn, te maken hebben met het slechter kunnen bewegen van een gewricht of gewrichten. De effecten van manuele therapie zijn vaak direct merkbaar: de functie van de gewrichten verbetert, de houding verbetert en het bewegen verloopt soepeler.

Voorbeelden:

- hoofd- en nekpijn met het slecht kunnen bewegen van de wervelkolom
- nek- en schouderklachten die uitstralen tot in de armen
- rugklachten hoog in de rug met rib- en borstpijn
- lage rugklachten, eventueel met uitstralende pijn naar de benen
- bepaalde vormen van duizeligheid die opgewekt worden door het bewegen van de nek
- kaakklachten, eventueel in combinatie met nekkklachten

Of manuele therapie ook uw klacht kan verhelpen, moet blijken tijdens het onderzoek bij de eerste afspraak.

## Manuele therapie

Nederland kent vier erkende opleidingen tot manueeltherapeut. Manuele therapie is een onderzoek- en behandelmethod voor gewrichten van de rug, nek, armen en benen.

## Onderzoek

In het eerste gesprek zal uw manueeltherapeut vragen naar het ontstaan van de klachten, wanneer de klachten optreden, hoe lang de klachten bestaan en wat de klachten doet toe- of afnemen. Daarna volgt lichamelijk onderzoek waarbij de houding en het bewegen worden beoordeeld en de gewrichten met specifieke bewegingen worden onderzocht. Op grond van de verkregen onderzoeksgegevens kan de therapeut een diagnose stellen. Samen met de patiënt zal de manueeltherapeut beslissen of er behandeld kan worden of dat de patiënt terug gaat naar de verwijzend arts met een rapportage van de manueeltherapeut.

## Behandeling

De behandeling die volgt, heeft tot doel de functie van de gewrichten te verbeteren en de houding en beweging in huishouding, werk en recreatie te verbeteren. De manueeltherapeut probeert verminderde beweeglijkheid te herstellen of teveel aan beweging te stabiliseren door middel van training. Tijdens de behandeling maakt de manueeltherapeut gebruik van specifieke bewegingen in de gewrichten. Soms vult de manueeltherapeut deze behandeling aan met manipulaties (het zogenoemde 'kraken'). De gewrichten worden dan wat sneller bewogen. Daarbij kan een knappend geluid optreden. De meeste patiënten ervaren dit als een kortstondig vreemd gevoel, maar vinden het over het algemeen niet pijnlijk.

## Manuele therapie volgens het McKenzie-concept

De McKenzie methode: wat is dat?

De Mechanische Diagnose en Therapie voor a-specifieke rugklachten is in de jaren vijftig ontwikkeld door Robin McKenzie, een fysiotherapeut uit Nieuw Zeeland.

Het blijkt dat voor 80% van de a-specifieke rug- en nekkklachten geen duidelijke oorzaak aan te geven is. Dit feit leidt heden ten dage tot grote verwarring in de medische wereld. Men is naarstig op zoek naar de pathologisch - anatomische verklaring van één van de meest frequent voorkomende aandoeningen in de westerse wereld. Het zijn deze a-specifieke rug- en nekkklachten waar het McKenzie Concept zich mee bezig houdt.

Zowel voor diagnose als therapie gebruikt McKenzie echter geen pathologisch-anatomisch model maar een ander classificatie model, gebaseerd op de symptomatologie van de patiënt. Bepaal welke mechanische factoren van invloed zijn op het klachten patroon van de patiënt en stel daarna vast welke oefeningen en adviezen voor het dagelijks leven van de patiënt gegeven kunnen worden. Doel van deze benaderingswijze is de patiënt onafhankelijk van therapie en therapeut te maken, en de kans op recidieven aanzienlijk te verkleinen. De zelfwerkzaamheid van de patiënt staat hierbij centraal.

---

Onze praktijk beschikt over geregistreerd Manueel- en McKenzie - therapeuten