



De osteopaat brengt de weefsels weer in topvorm

Weg met die rugpijn!

Lage rugpijn komt veel voor. Je voelt pijn onder in de rug, in het gebied tussen de onderste ribben en de billen. Je voelt de pijn vooral als je beweegt of als je wilt opstaan uit je bed of een stoel. Soms gaat de pijn gepaard met uitstralingspijn in één of beide bilstreken en in de achterkant van bil en benen. Hiertoe horen de blokkeringen van het zogenaamde 'SI-gewricht' (heiligbeen / bekken), ischias, lumbago (spit), vage rugpijn, myalgie (spierpijn) en de typische rugpijnen bij vrouwen gedurende de menstruatieperiode of in de zwangerschap. Daarnaast zijn de meest geuite symptomen bij lage rugklachten spanningen, stijfheid, bewegingsverlies en vermoeidheid.

De meeste rugpijnen zijn specifiek en hebben een functionele oorzaak. Dat betekent dat de structuur van de wervels goed is, maar dat de wervel niet goed beweegt (functioneert) zoals het hoort. Dit functieverlies kan worden veroorzaakt door meerdere onderliggende factoren. De oorzaken moeten ruimer worden gezocht dan alleen ter hoogte van de lage rug. Alles in het lichaam staat met elkaar in verbinding.

Mogelijke oorzaken:

- bewegingsbeperking in wervelkolom of bekken
- probleem vanuit de voet, knie of heup
- probleem vanuit de nek of schouder
- maag-, darmstoornis (waaronder PDS)
- verminderde beweeglijkheid van de bekken-/ buikorganen
- zwangerschap
- litteken of verklevingen na keizersnede of buikoperatie
- disbalans in het zenuwstelsel
- onevenwichtige voeding
- stress, psychische en/of emotionele factoren

Het lichaam als eenheid

De klassieke geneeskunde behandelt lage rugklachten voornamelijk met pijnstillers, spierontspanners en ontstekingsremmers. Deze behandeling richt zich op de symptomen, en bij sommige patiënten doorbreekt dat de vicieuze cirkel van de ontsteking en worden ze daarmee verder geholpen, evenals bij fysiotherapie, massage of acupunctuur. Lage rugpijn kan bij verschillende mensen dezelfde symptomen veroorzaken, maar de oorzaak is niet altijd dezelfde. De behandeling van lage rugpijn is dan ook voor iedere persoon anders. Het lichaam functioneert immers als een eenheid. Daarom wordt altijd rekening gehouden met causale ketens, waardoor niet alleen de klachtenregio wordt behandeld, maar ook de regio's die medeverantwoordelijk zijn voor de klacht. Een osteopathische behandeling kan dus zinvol bijdragen aan de behandeling van lage rugklachten, zeker wanneer de oorzaak functioneel is.

Osteopathie

In de osteopathie draait alles om beweeglijkheid en uitwisseling. Dit geldt voor alle weefsels. Denk aan spier-, zenuw- en bindweefsel. Al deze weefsels bestaan uit cellen. Daarom is het essentieel dat de toevoer van zuurstof en voedingsstoffen, en de afvoer van afvalstoffen vlekkeloos verloopt. Dat gaat alleen als weefsels soepel, elastisch en beweeglijk zijn. Door een operatie, ontsteking of valpartij kan dit proces stagneren, net als verkeerde eetgewoonten, emoties of erfelijke aanleg. Wanneer weefsels daardoor minder goed bewegen en een verminderde uitwisseling hebben, raken ze verzadigd met afvalstoffen, verzuren ze en worden cellen zwak of zelfs ziek. De osteopaat gaat op zoek en zal de weefsels weer in topvorm proberen te brengen. Het enige wat de osteopaat aan gereedschap gebruikt, zijn z'n handen. Want zowel het lichamelijke onderzoek als de behandeling gebeurt met de juiste 'handgrepen'.



Bornkamp Osteopathie | Michiel Bornkamp
Huijgenstraat 1, 2271 BV Voorburg | www.praktijkvoorburg.nl
Hooftstraat 116, 2406 GM Alphen aan den Rijn | www.praktijkalphen.nl
telefoon 06-13735703 | info@bornkamposteopathie.nl | www.bornkamposteopathie.nl