

Osteopathie bij nek- en schouder klachten

"OSTEOPATHIE HOUDT 'T BEWEEGLIJK"

Nekpijn

Last van uw nek? Nekklachten is een veel voorkomend en vervelend probleem, met vaak verschillende oorzaken. Ontdek meer over de type nekklachten, de oorzaken en hoe osteopathie kan helpen bij nekklachten.

We onderscheiden verschillende typen nekklachten. De meest voorkomende klachten zijn zeurende pijn en stijfheid. Nekpijn kan geleidelijk komen opzetten als gevolg van verkrampde spieren in de nek en schoudergordel. Het kan echter ook plotseling ontstaan door bijvoorbeeld een verkeerde beweging.

Wat zijn de oorzaken van nekpijn?

Het bewegingsapparaat, orgaanstelsels en centraal zenuwstelsel zijn op verschillende manieren met elkaar verbonden. Ze beïnvloeden elkaar vice versa.





De oorzaak van een klacht hoeft dus niet daadwerkelijk te liggen in het gebied van de pijn. Functionele stoornissen in het ene deel van het lichaam, kunnen symptomen in een ander deel van het lichaam veroorzaken. Uitgebreid onderzoek van het menselijk lichaam geeft de mogelijkheid de eigenlijke oorzaak van de klachten in het nek- en schoudergebied vast te stellen. Hierdoor zal de therapie individueel afgestemd kunnen worden.

Geleidelijk opkomende nekpijn kan zijn ontstaan door het volgende:

- Weinig afwisseling in de houding (bv. bureauwerk of monotoon werk)
- Verkeerde of eenzijdige belasting
- Natuurlijke veroudering van het kraakbeen in de nek (artrose, slijtage)
- Spanning en stress

Plotseling opkomende nekpijn kan ontstaan door:

- Een val of ongeluk, wat kan resulteren in een whiplash
- Verkramping van de spieren door een verkeerde beweging of verdraaiing, verkeerde slaaphouding of een infectie aan gehoorgang of luchtweg.

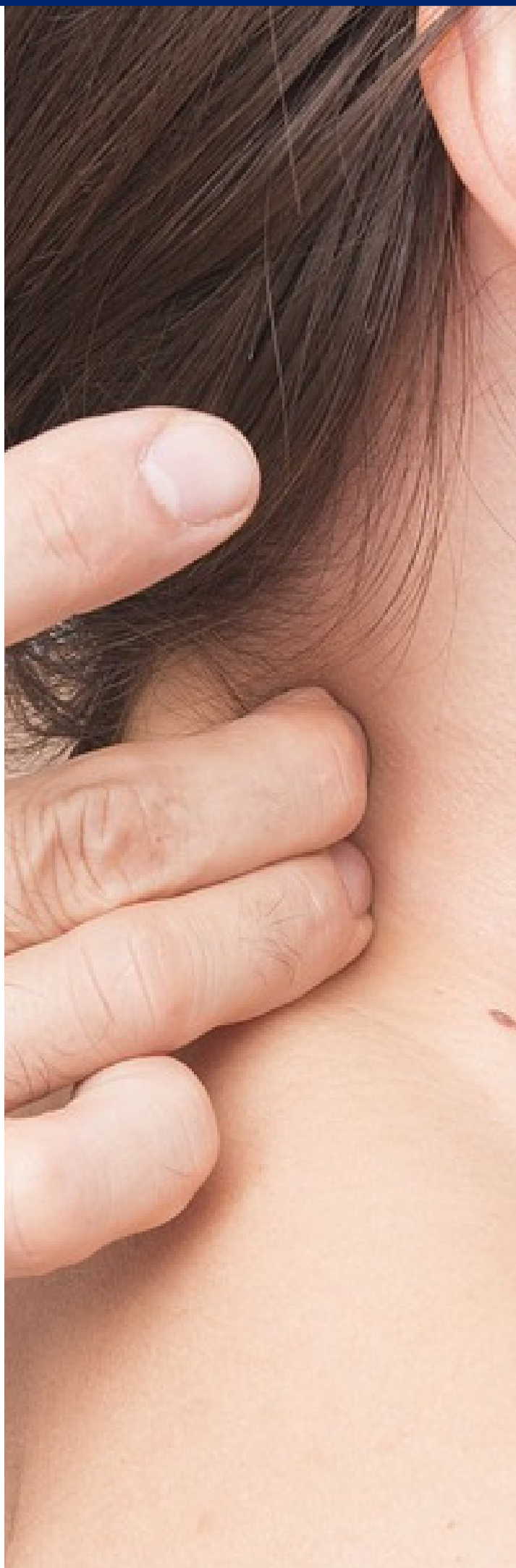
Hoe kan Osteopathie u helpen bij nekpijn?

De osteopaat zorgt ervoor dat het lichaam zijn capaciteit tot zelfherstel terug krijgt door elke overbelasting op de nek regio weg te nemen of te verminderen en uit te zoeken wat de oorzaak is.

Schouderpijn

Na een dagje intensief tuinieren, klussen of na een ongelukkige val tijdens het sporten is schouderpijn een veel gehoorde klacht. Soms is een kom aanreiken, de haren kammen, of een baby tillen al te veel.

De pijn wordt veelal omschreven als vervelend, zeurend en knagend, maar toch bestaan verschillende soorten schouderpijn. Dat komt omdat die door meerdere structuren kan worden veroorzaakt: pezen, spieren, banden, kapsel, of uitstralingspijn uit de hals.





Veel voorkomende klachten bij schouderpijn

Ongetwijfeld is de frozen shoulder de meest voorkomende schouderklacht. Hierbij is de beweeglijkheid van de schouder in de meerder richtingen pijnlijk en sterk beperkt. De ontsteking kan ontstaan door een trauma, bijvoorbeeld na een val, een klap op de schouder maar ook door chronische overbelasting. Als reactie op deze ontsteking verstijft het kapsel rond het schoudergewricht, met pijn en verlies aan beweeglijkheid.

Andere aandoeningen die problemen kunnen geven zijn:

- Peesontstekingen
- Artrose
- Spierscheuringen
- Spierspasmen door overbelasting of stress
- Gewrichtsband klachten na een trauma

Hoe kan Osteopathie u helpen bij schouderpijn?

Bij al deze aandoeningen blijft pijn bij beweging het belangrijkste symptoom, gepaard gaande met bewegingsbeperking.

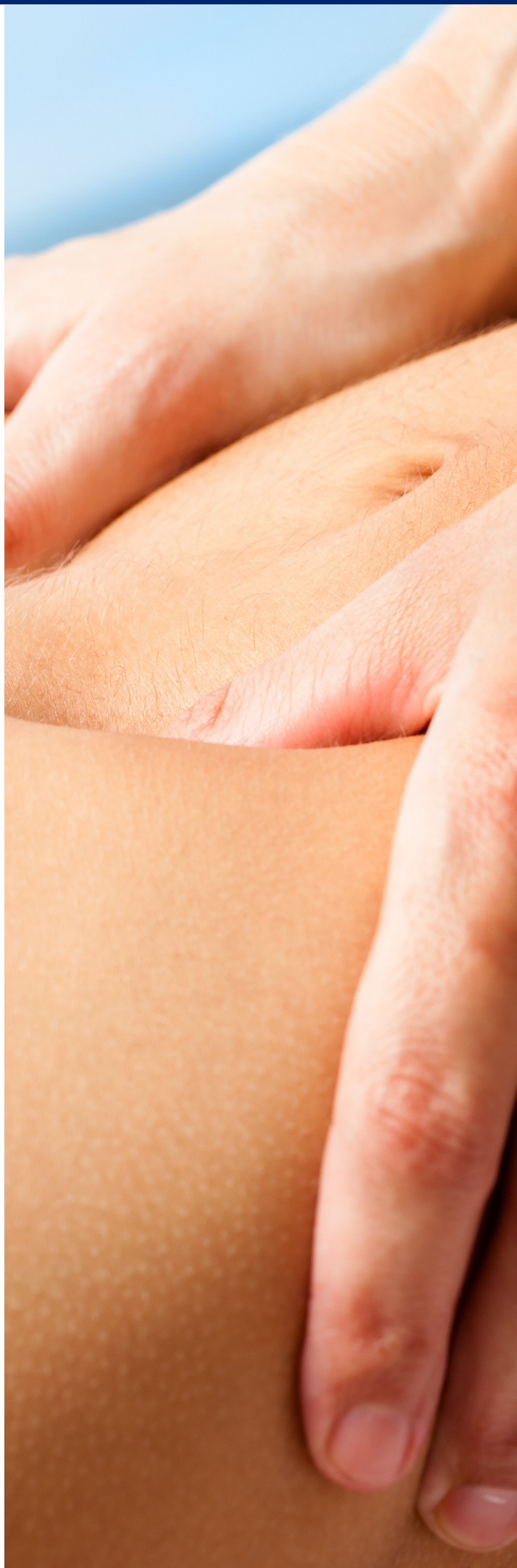
De osteopaat zorgt ervoor dat het lichaam zijn capaciteit tot zelfherstel terugkrijgt door elke overbelasting op de schouderregio weg te nemen of te verminderen en uit te zoeken wat de oorzaak is.

Hoe ziet een eerste consult eruit?

In het eerste consult wordt er naar uw klachten gevraagd en wordt er een uitgebreide anamnese afgenomen. Er wordt o.a. gevraagd naar uw levensloop, doorgemaakte ziektes, medicatie, eerdere behandelingen en eventueel eerder uitgevoerde onderzoeken (bijv. röntgen).

Hierna volgt een lichamelijk onderzoek. De osteopaat werkt uitsluitend met zijn handen. Alle weefsels van het lichaam worden op beweeglijkheid getest. Indien na het onderzoek een verklaring kan worden gegeven over de oorzaak van uw klachten wordt de behandeling direct gestart. Dit gebeurt door middel van zachte mobiliserende en manipulatieve technieken van spieren, gewrichten, organen en schedel. Dit is afhankelijk van de gevonden bewegingsstoornissen.

Omdat osteopathie een effectieve behandelmethode is en het lichaam tijd nodig heeft om zijn genezend werk te doen, zit er meestal 2 tot 6 weken tussen de vervolgbehandelingen. In principe moet er na 3 à 4 behandelingen een positief resultaat bereikt worden.





Kosten en vergoeding

De kosten voor een consult staan vermeld op de website. Osteopathie wordt geheel of gedeeltelijk vergoed door de zorgverzekeraar. Dit is afhankelijk van de door u afgesloten polis.

Een verwijzing van uw huisarts is niet nodig.

MICHIEL BORNKAMP OSTEOPAAT

Huijgenstraat 1, Voorburg
Dotterbloem 9, Alphen a/d Rijn

Tel. 06-13735703

Email: info@bornkamposteopathie.nl
www.bornkamposteopathie.nl

U kunt ook online in mijn agenda een afspraak maken