

# MANUELE THERAPIE

**"Voor optimale  
bewegingsvrijheid"**

Fred Hubregtse

**de Spil**   
paramedisch  
centrum

Draaiomsweg 46a, 7431 CX Diepenveen  
[www.despil.com](http://www.despil.com)

## **BEWEGINGSVRIJHEID....DAARVOOR GA JE NAAR DE MANUEEL THERAPEUT !!!**

Want als bewegingsvrijheid verminderd is, kan manuele therapie de oplossing bieden. Doordat de manueel therapeut uitgebreid onderzoek doet van met name de wervelkolom kan hij een heldere analyse maken van het klachtenbeeld. De manueel therapeut beoordeelt vooral de gewrichten en daarmee samenhangende actieve en passieve bewegingen in hun samenhang en zoekt verbanden. In het onderzoek wordt ook aandacht besteed aan de werk/thuis situatie en factoren die van invloed zouden kunnen zijn op uw klachten. De manueel therapeut kijkt dus verder dan alleen de specifieke klacht en is in zijn analyse op zoek naar een logische verklaring.

### **VRIJ TOEGANKELIJK**

U kunt zonder verwijzing een afspraak maken. Middels een screening wordt dan eerst gekeken of de klachten waar u mee komt door een manueel therapeut kunnen worden onderzocht en behandeld.

### **WANNEER NAAR DE MANUEEL THERAPEUT?**

Als bewegen pijnlijk is of moeilijk gaat, kan manuele therapie een uitkomst bieden. De effecten van manuele therapie zijn vaak direct na de behandeling merkbaar. Veelal zijn 4 tot 6 behandelingen voldoende, maar soms wordt de behandeling aangevuld met oefentherapie of wordt er een voorstel gedaan om ook bij een collega in behandeling te gaan, bijvoorbeeld als er sprake is van een duidelijke relatie met spanningen of als er een doorgesakt voetgewelf is enz.

## **VOORBEELDEN VAN KLACHTEN DIE EEN MANUEEL THERAPEUT KAN BEHANDELEN:**

- hoofd- en nekpijn in combinatie met slecht kunnen bewegen van de wervelkolom;
- nek- en schouderklachten met uitstraling naar de armen;
- lage rugklachten, al dan niet met uitstraling naar de benen;
- hoge rugklachten in combinatie met rib- en borstpijn;
- duizeligheid bij het bewegen van de nek;
- kaakklachten al dan niet in combinatie met nekkklachten;
- heupklachten, knieklachten, pre-artrose
- Schouder/ arm klachten in relatie tot nekstijfheid ( lid van schoudernetwerk)
- Rheumatologische aandoeningen ( lid van Fyranet)
- dwangstanden bij zuigelingen en kinderen (Kiss syndroom)
- blokkades in perifere gewrichten in bijvoorbeeld elleboog, pols, voet.

## BEHANDELING: EFFECTIEVE THERAPIE

Het doel van manuele therapie is enerzijds het beter laten functioneren van de gewrichten en anderzijds je houding en bewegingen te verbeteren. Hiervoor gebruiken wij een aantal specifieke technieken. Soms hoor je hierbij een knappend geluid dat wordt veroorzaakt doordat met die behandeltechniek een onderdruk wordt opgeheven (vergelijkbaar met het openen van een potje voor de eerste keer). Over het algemeen is dit niet pijnlijk; maar wel effectief !

Vaak wordt de manipulatie aangevuld met mobilisaties, massage en rektechnieken van de huid/onderhuid en weke delen. Soms is het nodig specifieke glijbewegingen te maken met zenuwweefsel als daar de oorzaak ligt van beperkingen in bewegen.

Het behandelprogramma bestaat verder uit het geven van goede instructies, adviezen, begeleiding en inzicht in gezond bewegen.

In ons centrum maken wij veel gebruik van de trainingstherapie in de oefenzaal. Hier word je gericht begeleid en train je in groepsverband. Je werkt hier aan de verdere verbetering van de bewegingsvrijheid. Immers spierkracht, souplesse, uithoudingsvermogen, stabiliteit en coördinatie zijn essentieel voor een optimale bewegingsvrijheid !

Met deze werkwijze proberen wij je weer optimaal te laten bewegen; want bewegingsvrijheid en... het streven dat voorlopig zo te houden is waar het om gaat ..... toch ?

## TARIEVEN

Manuele therapie is een verbijzonderde vorm van fysiotherapie en wordt in de meeste aanvullende verzekeringen vergoed. Indien u niet (voldoende) verzekerd bent voor fysiotherapie kunt u de website [www.despil.com](http://www.despil.com) raadplegen voor onze tarieven. U krijgt de rekening dan thuisgestuurd.

Ik ben aangesloten bij de Nederlandse vereniging voor manuele therapie ([NVMT](#)) en de [International Federation of Orthomanuel Therapist IFOMT](#).

De beroepsvereniging stelt hoge eisen aan het vakmanschap en de kunde van haar leden, bijvoorbeeld via bij- en nascholing. Leden van de [NVMT](#) vallen onder de klachtenregeling en het tuchtrecht van de het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie.



# MANUELE THERAPIE

## VRIJE TOEGANG

Manuele therapie is een specialisatie die vooral geschikt is als bewegingsvrijheid wordt beperkt door stijfheid of blokkeringen in gewrichten. Middels manipulaties, mobilisaties en weke delen technieken wordt in de behandelingen gewerkt aan optimale bewegingsvrijheid.

## FRED HUBREGTSE

Is samen met zijn vrouw en collega Trix, eigenaar en initiatiefnemer van de Spil. Hij is sinds 1988 fysiotherapeut en manueel therapeut sinds 1992 en lid van het KNGF/NVMT. Bel voor meer informatie of voor een afspraak naar de Spil:

**0570-591144**

