

# Beweeglijke

## GEZONDHEID

**A**lles in het lichaam beweegt. Van spieren tot ingewanden, van bloedvaten tot botten. Osteopathie is een manuele geneeswijze, die zich richt op het opsporen van verminderde mobiliteit van botten en weefsels. Want beweeglijkheid, zo zegt de osteopathie, is nodig voor het lichaam om klachtenvrij te kunnen functioneren.

‘De basisgedachte bij osteopathie is dat het lichaam één geheel is, een functionele eenheid’ zegt Anton van Eijck, osteopaat en eigenaar van Osteopathie van Eijk, met drie vestigingen in Noord-Brabant. In zijn praktijk ziet hij steeds vaker mensen met crohn of colitis ulcerosa. Van Eijck: ‘Meestal zijn de klachten vermoeidheid, buikpijn en diarree. Als iemand met een darmziekte plaatsneemt op mijn behandeltafel, dan kijk ik naar het lichaam als geheel. Uiteraard onderzoek ik de beweeglijkheid van de darmen, maar óók die van de delen van het zenuwstelsel die invloed hebben op de buik. Dat zijn bijvoorbeeld de nek, de rug, het middenrif en het heiligbeen, maar ook het orgaan dat boven de darm ligt en de doorbloeding naar de darm kan verstoren.’

### Eigen beweging

Van Eijck: ‘De darm heeft zijn eigen beweging en mobiliteit, zowel in rust als in actie. Ook ten opzichte van zijn omgeving, bijvoorbeeld het buikvlies en de buikspieren, beweegt de darm. Bindweefselvliezen om de darm heen behoren te zorgen voor een goede doorbloeding en bezenuwing. Tijdens mijn onderzoek controleer ik dat. Daar waar ik verminderde beweeglijkheid vaststel ga ik behandelen. Dat hoeft dus lang

niet altijd in de buurt van de darm zelf te zijn.’ Een osteopatische behandeling bestaat uit zachte of soms stevige mobilisaties. Daarmee maakt de osteopaat het lichaamweefsel weer beweeglijk, waardoor het natuurlijke genezingsproces van het lichaam op gang kan komen.

### Positieve spiraal

‘Na drie of vier behandelingen moet de patiënt al een duidelijk verschil kunnen voelen’, zegt Van Eijck. ‘Vaak wordt eerst de vermoeidheid minder, want een slecht doorbloede buikfunctie vraagt veel energie van het lichaam. Dat zet de deur open voor een beter werkende darm, en zo is een positieve spiraal in gang gezet.’

Dat ervoer ook Robert (36). Bij hem werd in 2008 de ziekte van Crohn vastgesteld. Na een zoektocht naar de juiste medicatie kan Robert sinds 2010 met het gebruik van Humira® redelijk uit de voeten. Robbert: ‘Van zeventien pillen per dag ging ik naar één injectie per twee weken. Met mijn gezondheid ging het op zich wel goed, maar ik bleef erg vermoeid. Ik hoorde dat een osteopaat hieraan mogelijk wat kon doen. Daarom bezocht ik de praktijk van Anton van Eijck.’

### Krakende nek

De osteopaat constateerde dat de lever van Robbert het zwaar





## Robbert: 'Als ik met mijn nek kan kraken, dan is mijn darm of lever overbelast.'

had, waarschijnlijk door het forse maar noodzakelijke medicijngebruik. Ook voelde Van Eijck dat de dunne darm van

Robbert erg vast in het lichaam zat.

Robbert: 'De behandelingen waren erop gericht om dit los te maken.

Er werd geduwd



en gekneed in mijn buik, maar ook in mijn nek.' Al snel merkte

Robbert verbetering.

'Mijn vermoeidheid werd minder.

Ook leerde ik de signalen die mijn

lichaam geeft, herkennen. Ik heb

geleerd dat wanneer ik met mijn nek kan kraken, mijn darm en lever onrustig of overbelast zijn. Ik weet het, het klinkt vreemd. Maar het is wel waar.'

Voor Robbert is osteopathie een verlengstuk van zijn reguliere medische behandeling. 'Ik verwacht absoluut niet dat ik nu opeens kan stop-

pen met Humira®. Wél verbetert osteopathie mijn kwaliteit van leven. Ik ga nu gemiddeld twee keer per jaar langs bij Anton. Dat houdt mij energiek.'

### Ondersteuning

Een soortgelijke ervaring heeft ook Marianne Slegers (49). In 2001 kreeg zij de diagnose crohn. Marianne: 'Daarvóór was al bekend dat ik Prikkelbare Darm Syndroom had. Ik schrok van de diagnose. Met Salofalk® werd de ontsteking rustiger, maar ik had het idee dat mijn lichaam meer ondersteuning nodig had. Dankzij osteopathie werd mijn crohn kalmer en mijn darmen voelden gewoon rustiger, aangenamer in mijn buik.'

### Half wrak

Marianne: 'In 2006 kreeg ik een auto-ongeluk, waaraan ik een whiplash overhield. Tot overmaat van ramp lokte dit bij mij ook nog reuma uit. Ik was hierdoor allesbehalve mobiel. Ook nu hielp osteopathie erg goed. Ik kwam vaak als een half wrak de behandelkamer binnen, en na een half uur stapte ik soepel de deur uit. Mijn osteopaat zette eerst mijn nek recht en daarna werd ook weer mijn buik behandeld. In 2009 kreeg ik osteoporose ten gevolge van een aantal spontane breuken en vijf hernia's. Dat was voor mijn osteopaat een contra-indicatie voor behandeling. Jammer genoeg moest ik toen stoppen met de osteopathie.'

### Contra-indicaties

Ook Anton van Eijck beaamt dat het in bepaalde situaties niet verstandig is om osteopathie in te zetten: 'Als er sprake is van een acute en felle ontsteking van de darm, dan behandel ik niet. Maar in bijna alle gevallen kan osteopathie een waardevolle ondersteuning voor het lichaam zijn.'

### Verzekering

Osteopathie valt als alternatieve geneeswijze onder de aanvullende zorgverzekering. De meeste verzekeraars vergoeden een osteopatisch consult geheel of gedeeltelijk, mits de behandelaar is ingeschreven bij het beroepsregister NRO. Voor behandeling door een osteopaat, of voor de (gedeeltelijke) vergoeding van een consult is geen verwijzing van een arts nodig.

**Wist u dat** osteopaten in Nederland vaak een vooropleiding hebben als fysiotherapeut of arts? Daarna volgt een gemiddeld vijf jaar durende part-time studie osteopathie.