



Arthrokinetische Mobilisaties

Het ontstaan.

De arthrokinetische therapie is ontwikkeld door Dr. Ad Warmerdam. Dr. A. Warmerdam is een fysiotherapeut en manueel therapeut die het belangrijk vond om na een behandeling een meetbaar resultaat te vinden. Hij is na gewrichtsmobilisaties spierkracht gaan testen en vond dat de spierkracht na mobilisatie van een gewricht meetbaar toenam. Om dit wetenschappelijk te kunnen onderbouwen is hij naar Amerika gegaan waar hij naar dit fenomeen wetenschappelijk onderzoek verricht heeft. De aanzienlijk toename van de spierkracht is te verklaren vanuit de arthrokinetische reflex. Dit onderzoek heeft geleid tot een vorm van gewrichtsmobilisaties waarbij er niet alleen gemobiliseerd wordt maar ook na de mobilisatie getest wordt of de spieren daadwerkelijk versterkt zijn.

Waaruit bestaan arthrokinetische mobilisaties.

Bij de arthrokinetische mobilisatie wordt er vanuit gegaan dat als 1 gewricht niet goed functioneert dit zich kan uiteten in de gehele bewegingsketen. Het gewricht, de daarbij horende zenuw en de daardoor geïnnerverde spieren worden als één geheel beschouwd. Een eenvoudig voorbeeld is de persoon die zijn arm niet helemaal tot boven zijn hoofd op kan tillen omdat zijn bovenrug niet goed kan strekken. Deze persoon kan dan klachten ontwikkelen in zijn schoudergewricht maar de klacht wordt eigenlijk veroorzaakt door het niet kunnen strekken van zijn bovenrug. Tijdens de arthrokinetische mobilisatie wordt op zoek gegaan naar de oorzaak van de klacht in de totale bewegingsketen. Als een gewricht niet goed functioneert kan de daarbij behorende spier ook niet goed zijn werk doen. Tijdens de testen vinden we dan dit spiertje zwak, hij kan niet goed genoeg aanspannen om zijn werk te doen. In vele gevallen is de test gelijk aan de therapie. Door het spiertje extra te laten aanspannen wordt de dysfunctie van het gewricht opgeheven en kan de spier zijn werk weer doen. Door hierna de spier weer te testen en dan te voelen dat hij sterker test weet de therapeut dat er ook daadwerkelijk wat gebeurd is. Soms worden er, als een spier zwak test, zeer milde mobilisatie technieken gebruikt om de dysfunctie van het gewricht op te heffen waardoor de spier weer sterk wordt.

Klachten die behandeld kunnen worden.

Doordat dat arthrokinetische mobilisatie een zeer milde behandeltechniek is kan hij bij vrijwel alle klachten van het bewegingsapparaat toegepast worden. Door de mobilisaties te combineren met oefentherapie en houdingscorrecties kan het resultaat langdurig aanhouden. Voorbeelden van klachten die behandeld kunnen worden:

- Chronisch en acute lage rugpijn
- Nek- en schouderklachten
- Nekklachten met uitstraling naar de armen
- Pijnklachten in de bovenrug

Het resultaat van een behandeling is vaak direct maar soms binnen een paar dagen tot een paar weken voor de patiënt duidelijk voelbaar.

