

Het is niet alleen rugpijn,
HET IS HET

TOTAAL PLAATJE



CHIROPRACTIE
4U.NL

Ontdek een gezond alternatief



HET TOTAALPLAATJE

Sommige deskundigen zeggen dat wel 80% van de mensen op een bepaald punt in hun leven last heeft van rugklachten. We denken echter vaak pas na over zorg en behandeling van het probleem nadat het zich heeft voorgedaan; we wachten tot we ziek worden voor we actie ondernemen.

Helaas zien we rugpijn als iets dat behandeld moet worden als we er last van hebben, in plaats van iets dat we kunnen voorkomen met gezonde levenskeuzes en het behouden van een gezonde wervelkolom. En als we dan rugpijn hebben, dan doen we er vaak niet eens iets aan!

HET TOTAALPLAATJE

In 2000/2001 werd er in Australië \$567 miljoen uitgegeven aan chronische rugpijn.

In Australië zoekt de meerderheid van de mensen geen hulp voor hun rugklachten. Vrouwen zoeken vaker hulp voor rugklachten dan mannen en mensen die nooit getrouwd zijn zoeken minder vaak hulp.

In een onderzoek in het Asia-Pacific Journal of Public Health werd geschat dat de directe kosten van lage rugklachten in Australië in 2001 zo'n \$1,02 miljard bedroegen.

Rugpijn vormt een enorm gezondheidsprobleem en is een grote last voor Australische volwassenen; een slechte wervelkolom kan gevolgen hebben op alle vlakken in het leven. Het veelvoorkomende probleem wordt beïnvloed door de grote beslissingen die we maken in het 'totaalplaatje' van ons leven.

Gelukkig zijn chiropractoren met hun vijfjarige universitaire opleiding uitstekend in staat u niet alleen van de oorzaak van uw rugpijn af te helpen, maar u ook te helpen uw wervelkolom op lange termijn in goede staat te houden.

WIE HEEFT ER RUGKLACHTEN?

HET TOTAALPLAATJE

- 15% van de Australiërs gaf in 2004/2005 aan rugklachten te hebben. Dat zijn ongeveer 3 miljoen mensen.
- In Australië hebben volwassen mannen vaker rugklachten dan vrouwen, hoewel vrouwen vaker hulp zoeken voor lage rugklachten dan mannen.
- Volgens het laatste jaarboek van het Australische bureau voor statistiek neemt het percentage mensen dat aangeeft rugpijn, rugproblemen en aandoeningen aan de wervelschijven te hebben snel toe, van 1% tussen de 10 en 14 jaar tot 23% tussen de 40 en 44 jaar.
- Verder onderzoek heeft uitgewezen dat de sterkste stijging van de eerste periode van rugklachten bij tieners zich voordoet in de leeftijdscategorie 12 tot 14 jaar, en dat 50% van de jonge vrouwen op 18-jarige leeftijd rugklachten heeft gehad, en bij de mannen is dat op 20-jarige leeftijd.
- In Australië had 24% van de personen in de leeftijdscategorie 65 tot 75 jaar in 2004/2005 rugklachten. Het voorkomen van rugklachten nam vervolgens met 18% af voor personen van 75 jaar en ouder die last hadden van deze aandoening.

Ondanks dat heeft de meerderheid van de mensen met rugklachten geen contact met de gezondheidszorg.

Men zorgt voor zichzelf met bij de drogist verkrijgbare pijnstillers, rust en warmte. **Deze snelle noodoplossingen houden echter geen rekening met het 'totaalplaatje': hoe de keuzes binnen je levensstijl op de lange termijn invloed uitoefenen op je wervelkolom.**

SOCIALE MISVATTINGEN OVER RUGKLACHTEN

Uit onderzoek is gebleken dat er onder het grote publiek nog steeds veel misvattingen ontstaan over rugklachten, onder meer over de oorzaak, de beste behandeling en de omvang van het probleem. De meeste mensen denken dat rugpijn vaak het gevolg is van een 'verschoven wervel' of 'beklemde zenuw'. Hoewel dit in enkele situaties het geval kan zijn, kan rugpijn ook een indicator zijn voor slechte keuzes binnen je levensstijl die invloed hebben op je gezondheid.

Hoe dan ook, chiropractoren zijn deskundigen in het behandelen van patiënten; ze helpen hen niet alleen van hun pijn af, maar behouden de gezondheid van hun ruggengraat ook door middel van specialistisch advies en advies over levensstijl.

Auteurs van onlangs verschenen klinische praktijkrichtlijnen beweren dat rugpijn een goedaardige, zelfbeperkende aandoening is, en raden aan om als vroege behandelmethoden te kiezen voor minimale medische interventie, de patiënt gerust te stellen en te adviseren om actief te blijven.

Als een kind opgroeit tot volwassene kunnen problemen met de houding die niet zijn gecorrigeerd, zware schooltassen en slechte voedingskeuzes allemaal leiden tot problemen met de gezondheid van de wervelkolom.

HET TOTAALPLAATJE

Een onderzoek dat in Canada werd gehouden toonde aan dat er pessimistische ideeën bestonden over rugpijn in het algemeen met betrekking tot behandelmethoden en zorg voor het probleem.

Deelnemers die aangaven dat ze vrij hadden genomen van hun werk voor hun laatste periode van rugpijn, hadden veel negatievere en pessimistischere ideeën en gaven aan dat ze veel meer passieve behandelmethoden toepasten tegen de pijn, waaronder langer in bed blijven liggen.



HERSTELPERIODES

Een onderzoek in het European Spine Journal, dat bestond uit een systematische beoordeling van een aantal onderzoeksartikelen, toonde aan dat het gerapporteerde gemiddelde percentage van patiënten die na 12 maanden na het begin van hun behandeling nog steeds rugpijn ervoer 62% was. Ook ontdekten ze dat lage rugpijn gemiddeld voorkwam in 56% van de gevallen bij patiënten met eerdere periodes van rugpijn, tegenover 22% bij mensen die er niet eerder last van hadden gehad.

Hoewel chiropractie een zeer effectieve, veilige en natuurlijke benadering is om pijn te verzachten, is preventie de sleutel; op lange termijn de gezondheid van je wervelkolom behouden met behulp van regelmatige chiropractische controles en advies over je levensstijl door een deskundige, gekwalificeerde chiropractor bij jou in de buurt.

Een ander onderzoek in het Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics liet zien dat bij meer dan 33% van de mensen die lage rugpijn hadden, de pijn meer dan 30 dagen aanhield. Slechts 9% van de mensen die meer dan 30 dagen lage rugpijn hadden, was 5 dagen later pijnvrij.

Veel mensen denken dat rugpijn een aandoening is die vanzelf verdwijnt. Dit klopt niet. Als de rugpijn niet op de juiste manier wordt behandeld verdwijnt het misschien tijdelijk, maar komt het hoogstwaarschijnlijk weer terug.

Problemen met de wervelkolom die te maken hebben met ongelukken uit de kindertijd worden vaak niet opgemerkt, en beginnende 'doffe pijn' of 'groeipijn' kan zich ontwikkelen tot iets dat geaccepteerd wordt in het dagelijkse leven.



DE SLEUTEL IS ONDERHOUD!

De grote meerderheid van de mensen ziet rugpijn als iets dat behandeld moet worden als je er last van hebt, vaak door middel van medicijnen die al dan niet op recept verkrijgbaar zijn. Hoewel medicijnen de pijn tijdelijk kunnen verlichten, vormen ze een noodoplossing en negeren ze het 'totaalplaatje', van onder andere structurele problemen en gewoontes binnen de levensstijl.

Rugpijn kan een teken zijn dat er meer aan de hand is en moet niet worden gezien als een onvermijdelijk deel van het leven dat we moeten 'accepteren'.

Rugpijn kan aangeven hoe de slechte keuzes binnen iemands levensstijl invloed hebben op de gezondheid.

Hoewel we in alle stadia van ons leven last kunnen hebben van rugpijn, kan er gelukkig veel gedaan worden om de oorzaak van het probleem te achterhalen, het probleem te voorkomen en de gezondheid van de wervelkolom en het lichaam als geheel te behouden.

HET TOTAALPLAATJE

In Australië worden zowel voorgeschreven als bij de drogist verkrijgbare medicijnen veel gebruikt bij artritis en aandoeningen aan het bewegingsapparaat. Het aan deze medicijnen uitgegeven bedrag groeide het sterkst tussen 1993 en 2001.

ONTDEK EEN GEZOND ALTERNATIEF

Chiropractie is een veilige, bewezen en effectieve medicatievrije manier om de wervelkolom gezond te houden. Het zorgt niet alleen voor pijnverlichting, maar corrigeert ook verstoringen in het bewegingsapparaat en het zenuwstelsel, waardoor mensen hun volledige potentie op het gebied van gezondheid kunnen benutten. Als de wervelkolom in slechte staat is, kunnen zeer veel andere complicaties (fysiek, mentaal en sociaal) ontstaan, en daarom is een gezonde wervelkolom belangrijk.

Helaas denken de meeste mensen er niet aan om voor hun wervelkolom te zorgen, totdat er een probleem ontstaat, zoals een 'slechte' rug of een 'scheve' nek. De wervelkolom heeft echter geregeld aandacht nodig. Zoals u regelmatig naar de tandarts gaat, laat u dus ook regelmatig uw wervelkolom nakijken.

We kunnen de wervelkolom zien als een kanaal dat naar elke uithoek van ons lichaam loopt; de bewegende botjes in onze wervelkolom beschermen de kwetsbare communicatiepaden van het ruggenmerg en de zenuwuiteinden. Als het zenuwstelsel verzwakt is door een slecht functionerende wervelkolom kan dit ervoor zorgen dat de systemen en organen in het hele lichaam slecht werken.

CHIROPRACTIE

EEN AANPAK DIE ZICH RICHT OP HET HELE LICHAAM, HET TOTAALPLAATJE

Chiropractie is de wetenschap van het lokaliseren van problemen in de wervelkolom, de kunst de impact op het zenuwstelsel van deze problemen te verminderen en de filosofie van natuurlijke gezondheidszorg op basis van uw aangeboren potentieel voor gezondheid.

Als alle cellen, weefsels en organen van uw lichaam op de juiste manier onder controle zijn van uw zenuwstelsel dan heeft u een goede weerstand tegen ziektes en slechte gezondheid. De aanpak van chiropractie is beschadigingen aan uw natuurlijke gezonde staat te lokaliseren en te verminderen.

Beschadigingen aan het zenuwstelsel ontstaan normaal gesproken tussen de vierentwintig bewegende botjes van de wervelkolom.

Een vermindering van normale bewegingsvrijheid of een verandering van de positie van deze botjes kan het functioneren van het zenuwstelsel beschadigen of irriteren. Hierdoor kunnen de regulerende zenuwimpulsen verstoord worden. Als de wervelkolom beter gaat functioneren, merkt men vaak dat de organen ook beter gaan functioneren. Uw chiropractor kan helpen om beschadigingen die uw normale gezondheid beperken te bestrijden.

Door deze specialistische, medicijnvrije zorg, expertise in de diagnose en de aanwezigheid van deskundig advies, kunnen chiropractoren een belangrijke rol spelen om mensen blijvend een gezond leven te laten leven.

Meer dan 215.000 Australiërs gaan elke week naar hun chiropractor voor een reeks aan gezondheidsredenen. Steeds meer Australiërs kiezen voor chiropractische zorg en kiezen een pad van algemeen welzijn dat afstand doet van medicijnen en chirurgie.

HET TOTAALPLAATJE

Omdat de meeste aandacht van uw zorg uitgaat naar een verbeterde functie van het zenuwstelsel, kan chiropractie een positief effect hebben op veel gezondheidsproblemen die u niet als 'rugproblemen' gezien zou hebben.

HOE KAN MIJN PLAATSELIJKE CHIROPRACTOR ME HELPEN EEN GEZOND LEVEN TE LEIDEN?

Veel mensen zien een sterk verband tussen chiropractie en rugpijn, maar chiropractoren kunnen door hun vijfjarige universitaire opleiding een sterk verband laten zien tussen rugpijn en de individuele mogelijkheden om gezond te zijn. Een gezonde wervelkolom leidt tot een gezond leven.

Hoewel er centrale aandacht is voor chiropractische zorg, zijn aanpassingen aan de wervelkolom slechts één aspect van de deskundigheid van een chiropractor. Een chiropractor biedt zoveel meer: deskundigheid in de diagnose en behandeling van aan de wervelkolom gerelateerde problemen.

Dit betekent begrip van de grote mechanismen in het lichaam als geheel, evenals diagnose, behandeling en coördinatie van de behandeling van andere leden binnen het gezondheidsteam. Door hun vijfjarige universitaire opleiding zijn chiropractoren deskundigen in het behandelen van patiënten, waarbij ze patiënten helpen om niet alleen bij de oorzaak van de pijn te komen, maar de gezondheid van hun wervelkolom ook behouden, of het nu gaat om chiropractische aanpassingen, oefeningen, advies over leefstijl of informatie over het 'totaalplaatje'.

Stress op het werk, slecht eten en onjuiste slaaphoudingen kunnen een grote invloed op de wervelkolom hebben.



Wat is een chiropractische aanpassing?

Een chiropractische correctie is het uitvoeren van een specifieke kracht in een precieze richting, toegepast op een gefixeerd gewricht, dat 'op slot' staat of niet goed kan bewegen. Op deze manier komt er beweging in het gewricht, waarbij de gewrichten langzaam maar zeker weer normaal beginnen te bewegen en functioneren.

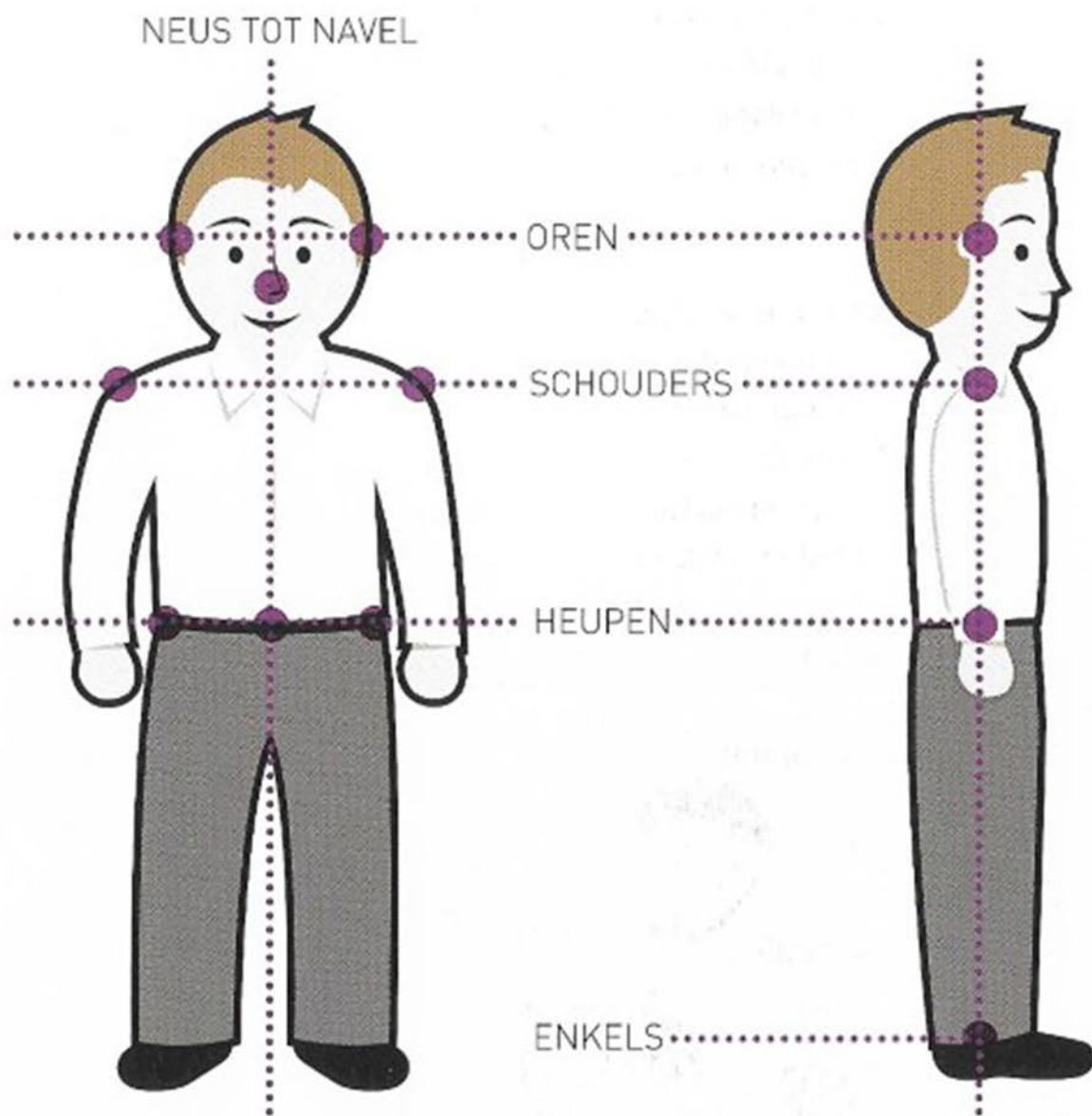
Het doel van deze veilige en natuurlijke procedure is om ervoor te zorgen dat de wervelkolom en het zenuwstelsel beter gaan functioneren en de gezondheid verbetert.

Er zijn veel manieren om de wervelkolom aan te passen. Meestal doet de chiropractor dit met de hand of met een speciaal ontworpen instrument dat een korte en zeer precieze stoot geeft. Sommige aanpassingsmethoden zijn snel, en anderen vereisen een langzame, constante of indirecte druk.

Na jaren van universitaire training en klinische ervaring doet elke chiropractor veel ervaring op bij het toebrengen van verschillende manieren van aanpassing.

CHECK UW HOUDING

U kunt deze eenvoudige puntencontrole doen als u voor een grote spiegel staat, of u kunt de controle uit laten voeren door uw partner of een vriend(in). Een slechte balans of een slechte houding kan een teken zijn van een slechte balans in de wervelkolom. Als u dit opmerkt, is het belangrijk dat u uw lokale chiropractor opzoekt en het laat nakijken. Vergeet ook uw kinderen niet te checken.



OORZAKEN VAN RUGPIJN- MEER DAN DE “VERSCHOVEN WERVELSCHIJF”: HET TOTAALPLAATJE

Hoewel veel mensen met rugpijn die hun heil zoeken in voorgeschreven en vrij verkrijgbare medicijnen op korte termijn verlichting zullen ervaren, pakken zij de onderliggende structurele problemen en de grote leefstijlfactoren van het 'totaalplaatje' niet aan. Dit zijn:

Slechte houding, problemen met ergonomie en zitting

Dit zorgt voor extra belasting van de mechanieken in de wervel, belast de gewrichten op een slechte manier, creëert afwijkende signalen aan de hersenen en doet de gewrichten vroegtijdig slijten, net als de wielen van uw auto als ze verkeerd afgesteld staan.

Gebrek aan beweging

Zorgt voor stilstaand weefsel: het is nodig het bloed goed te laten stromen waardoor voedingsstoffen worden getransporteerd, afvalstoffen worden afgevoerd en waardoor het lichaam wordt hersteld en opgeladen.

Roken

Dit vergiftigt het lichaam direct en zorgt dat het lichaam extra moeite moet doen om de afvalstoffen af te voeren, sneller verouderd en lichaamsfuncties verslechteren.

Slechte voeding

Dit zorgt voor weefsel van slechte kwaliteit, of het nu gaat om botten, bindweefsel of spieren. Ook kunnen door slechte voeding de bloedvaten verslechteren en afsterven.

Spierblessures

De spieren ondersteunen en bewegen de botten van het skelet. Als ze beschadigd raken verhinderen ze de juiste mechaniek, zorgen ze voor irritatie aan de zenuwen en worden er sterke pijnsignalen naar de hersenen verzonden.

Beschadiging van het bindweefsel

Het bindweefsel houdt het skelet samen als een soort plakband. Als het weefsel beschadigd raakt, doet dit pijn en kan de wervelkolom instabiel raken.

Slecht zelfbeeld

Dit kan zorgen voor oppervlakkige ademhaling, wat invloed heeft op de houding en leidt tot slechte oxygenatie van spier- en bindweefsel. Dit zijn allemaal grote veroorzakers van rugpijn.

BESLISSINGEN OVER LEVENSTIJL

Een beter bewustzijn van de beslissingen die we individueel nemen over onze levensstijl is een belangrijke stap bij het bereiken van algeheel welzijn.

Door wat te doen aan de manier waarop we denken over rugpijn (verder dan 'verschoven wervelschijven') en ons te richten op een meer op levensstijl gericht kader kunt u positieve resultaten behalen in andere gebieden van uw gezondheid.

Als we over rugpijn nadenken zullen niet veel mensen bedenken dat wat we eten invloed heeft op de gezondheid van onze wervelkolom. Een verandering van dieet kan rugpijn voorkomen en de gezondheid van uw wervelkolom verbeteren. Enkele onderzoeken hebben een verband aangetoond tussen zwaarlijvigheid en lage rugpijn. Een te hoog lichaamsgewicht kan ook een slechte uitwerking hebben op de wervels door het extra gewicht dat gedragen moet worden. Een gebrek aan beweging kan een verhoogde kans op zwaarlijvigheid en hart- en vaatziekten veroorzaken.

Daarnaast zien veel mensen rugpijn als een aandoening waarmee men moet leren leven. Dit kan leiden tot te weinig beweging en activiteit, bijwerkingen op de mentale gezondheid (waaronder depressie), en ontevredenheid op het werk door verminderde productiviteit.

In 2001 waren aandoeningen aan het bewegingsapparaat, zoals rugpijn, de op twee na grootste kostenpost in Australië, achter aandoeningen aan het zenuwstelsel en hart- en vaatziekten. Een beter bewustzijn over preventie van aandoeningen aan het bewegingsapparaat en langdurig onderhoud van de gezondheid van de wervelkolom kunnen mogelijk ook de aandoeningen aan het zenuwstelsel en hart- en vaatziekten verminderen.

Bijwerkingen op de mentale gezondheid kunnen sociale relaties beïnvloeden en ontevredenheid op het werk kan gevolgen hebben voor de algemene kwaliteit van het leven. Een slecht zelfbeeld kan gevolgen hebben voor wat we van ons lichaam vinden en hoe we ons presenteren.

**DE BESLISSINGEN DIE U NEEMT OVER UW
LEVENSTIJL HEBBEN INVLOED OP DE
GEZONDHEID VAN UW WERVELKOLOM**

RISICOFACTOREN

HET TOTAALPLAATJE

Risicofactoren die kunnen leiden tot chronische lage rugpijn:

Risicofactoren		Chronisch karakter
Individueel	<ul style="list-style-type: none">• Leeftijd• Fysieke gesteldheid• Zwakte van rug- en buikspieren• Roken	<ul style="list-style-type: none">• Zwaarlijvigheid• Laag opleidingsniveau• Een hoge mate van pijn en invaliditeit
Psychosociaal	<ul style="list-style-type: none">• Stress• Zorgen• Negatieve gemoedstoestand of emoties• Slecht cognitief functioneren• Gedrag bij pijn	<ul style="list-style-type: none">• Zorgen• Depressieve gemoedstoestand• Lichamelijke klachten door psychische druk
Beroepsmatig	<ul style="list-style-type: none">• Handmatig behandelen van materiaal• Buigen en draaien• Vibratie van het hele lichaam• Ontevredenheid binnen baan• Eentonige taken• Slechte relaties en sociale ondersteuning	<ul style="list-style-type: none">• Ontevredenheid binnen baan• Lichte taken bij terugkeer op werk niet mogelijk• Gedurende driekwart van de dag tillen vereist in functieomschrijving

Door een gezond alternatief te vinden en de beslissingen over uw levensstijl in eigen hand te nemen kunnen de bovenstaande risicofactoren beheerst of vermeden worden. Uw plaatselijke chiropractor kan u op deskundige wijze helpen een gezonde levensstijl te bereiken en behouden.

HOE EFFECTIEF IS CHIROPRACTIE EIGENLIJK TEGEN RUGPIJN?

Chiropractie is een zeer effectieve, veilige en medicijnvrije aanpak voor de gezondheid van de wervelkolom. Omdat chiropractie de onderliggende (mechanische en neurologische) problemen in de wervel en het gehele lichaam aanpakt, is het bijzonder effectief bij het verminderen van de pijn en symptomen die horen bij een slecht functionerende wervelkolom.

- Een nationaal onderzoek over rugpijn dat in Canada werd gehouden is een van de vele onderzoeken waarin naar voren komt dat steeds meer patiënten voor chiropractie kiezen om de normale en vervelende rugpijnklachten te bestrijden. Chiropractie was de populairste keuze onder degenen die een gezondheidsspecialist bezochten voor hun rugklachten, en behaalde een veel hogere tevredenheid dan andere behandelmethoden.
- Veel patiënten van chiropractoren met relatief langdurige of terugkerende rugpijn voelen al kort nadat met chiropractische behandeling gestart is verbetering.
- Bronfort et al ontdekte geen behandeling die beter was dan manipulatie en concludeerde dat manipulatie een geschikte behandelmethode is voor acute en chronische lage rugpijn.
- Meade vergeleek manipulatie van de wervelkolom en ziekenhuiszorg. Hij ontdekte dat de manipulatiegroep meer baat had bij behandeling, zowel op korte als op lange termijn.
- Chiropractische manipulatie van de wervelkolom is een veilige en effectieve behandeling voor rugpijn. Het verlicht pijn en vermindert medicijngebruik, bespoedigt fysieke therapie en vereist zeer weinig passieve vormen van behandeling zoals bedrust.

VEEL GESTELDE VRAGEN

IS CHIROPRACTIE VEILIG?

Onderzoek heeft aangetoond dat chiropractische zorg 250 keer veiliger is voor de behandeling van nek- of rugpijn dan ontstekingsremmende medicijnen. Chiropractoren gebruiken hun vaardigheden, geen kracht, om veilige, effectieve aanpassingen te maken. Deze zorg is een natuurlijke aanpak voor een betere gezondheid, die bewezen, veilig en effectief is. Bespreek deze kwestie vooral met de chiropractor bij u in de buurt.

WAT VOOR OPLEIDING HEBBEN CHIROPRACTOREN GEVOLGD?

De chiropractor van vandaag de dag is een zeer goed getrainde professional. In Australië bestaat chiropractische training uit een vijf jaar durende opleiding op Sydney's Macquarie University, Melbourne's RMIT University en Perth's Murdoch University. Veel Australische chiropractoren hebben soortgelijke opleidingen gedaan in de VS, in Europa of in Nieuw-Zeeland. Deze duren ongeveer even lang en zijn ongeveer even moeilijk als medische opleidingen, maar richten zich op gezondere levensstijlen door betere lichaamsfunctie in plaats van door medicijnen en chirurgie. Chiropractische opleidingen leggen daarom een speciale nadruk op anatomie, fysiologie, pathologie, neurologie, biomechanica, röntgen, aanpassingstechnieken voor de wervelkolom en daaraan gerelateerde onderwerpen. Alle DCF-chiropractoren moeten nadat ze de praktijk in zijn gegaan professionele ontwikkelingscursussen en seminars volgen om hun vaardigheden te onderhouden en verbeteren en om op de hoogte te blijven van het nieuwste wetenschappelijk onderzoek.

IS CHIROPRACTISCHE ZORG GESCHIKT VOOR KINDEREN?

Ja, chiropractische zorg is bijzonder veilig voor kinderen. Veel gezondheidsklachten bij kinderen die worden weggeveegd als 'groeipijn' komen vaak door problemen met de wervelkolom. Regelmatige controles door de chiropractor kunnen helpen om deze problemen te identificeren en voorkomen veel gezondheidsklachten die later vaak gezien worden bij volwassenen. Uiteraard worden de chiropractische correctieprocedures aangepast voor de wervelkolom van het kind, vooral bij baby's. Steeds meer families kiezen voor chiropractische zorg als onderdeel van hun persoonlijke gezondheidszorg.

IS CHIROPRACTISCHE ZORG GESCHIKT VOOR 55+ERS?

Ja: steeds meer mensen raadplegen een chiropractor, vooral in hun latere levensjaren. Nu er steeds meer zorgen komen over overmatig medicijngebruik en de bijwerkingen van het combineren van verschillende voorgeschreven medicijnen, wordt veilige, natuurlijke chiropractie steeds populairder.

HOE LANG HEB IK CHIROPRACTISCHE ZORG NODIG?

Rugproblemen die sinds de kindertijd verwaarloosd zijn kunnen blijvende ondersteunende zorg vereisen om de wervelkolom optimaal te laten functioneren. De meeste patiënten merken dat regelmatige chiropractische controles hen helpen om tip-top in vorm te blijven. Mensen die actief zijn, een druk leven leiden of zich zo goed mogelijk willen voelen, merken dat een rooster van preventieve bezoeken aan hun chiropractor hen helpt bij het onderhouden van een goede gezondheid en welzijn. Sommige patiënten zoeken alleen hulp als hun pijn ondraaglijk wordt. Hoewel deze stijl van crisismanagement vaak meer tijd en geld kost, staan chiropractoren klaar om alle patiënten te helpen, ongeacht hun persoonlijke gezondheidsdoelen.

HEB IK EEN VERWIJBSBRIEF VAN MIJN HUISARTS NODIG VOOR EEN AFSpraak BIJ EEN CHIROPRACTOR?

U kunt direct contact opnemen met een chiropractor. U heeft dus geen verwijsbrief nodig.

Bezoek www.dcfchiropractor.nl voor een volledige lijst van de referenties

OPLEIDING

De studie chiropractie is een universitaire opleiding en komt deels overeen met de studie geneeskunde. Na vijf jaar kan de student in het bezit zijn van het diploma, waarna nog een verplicht stagejaar volgt.

Chiropractie is een zware en intensieve studie. Mensen die besluiten deze opleiding te volgen zijn over het algemeen zeer gemotiveerd. Ook omdat de studie erg duur is. Universiteiten die chiropractie aanbieden zijn in de Verenigde Staten, Engeland, Denemarken, Spanje, Frankrijk, Canada en Australië, enz.

Het overzicht hieronder laat een vergelijking zien van het aantal lessen van de opleidingen chiropractie en geneeskunde aan Amerikaanse universiteiten.

CHIROPRACTIE	VAK	GENEESKUNDE
540	Anatomie/embryologie	508
240	Fysiologie	320
360	Pathologie	401
165	Scheikunde	325
120	Microbiologie	114
630	Diagnostiek	324
320	Neurologie	112
360	Röntgen	148
60	Psychiatrie	144
60	Gynaecologie	148
210	Orthopedie	156
3.065	subtotaal	2.706
Manipulatie	Andere verplichte vakken	Farmacologie
Ruggegraat correctietechnieken		Immunologie
Geavanceerde Radiologie		Chirurgie
4.485	Totaal aantal uren	4.248

Ambrosius en Peirelinck
Geregistreerde Chiropraktoren
Het Gezondheidscentrum
Louis Porquinlaan 1
4611 AM Bergen op Zoom
tel. 0164-25 35 77

CHIROPRACTIE
4U.NL

Voor meer informatie over chiropractie, rugpijn en het 'totaalplaatje' kunt u contact opnemen met een chiropractor bij u in de buurt.

www.chiropractie4u.nl

© We would like to thank the chiropractic association of Australia for the use of this campaign material.