

HG & Osteopathie

De impact van (ernstige) zwangerschapsmisselijkheid en hyperemesis gravidarum is helaas niet altijd meteen na de bevalling verdwenen. HG houdt vaak niet direct op nadat je bevallen bent. Ja, het spugen en de misselijkheid zijn waarschijnlijk wel over, maar de nasleep kan lang duren. Zowel lichamelijk als psychisch/emotioneel kan HG een grote impact hebben. Er is helaas nog weinig tot geen onderzoek gedaan naar het herstel na HG. Stichting ZEFG zoekt contact met diverse zorgprofessionals, met en zonder eigen ervaring met HG, om hun ervaringen en tips te bundelen in de serie 'Na HG' en met jou te delen.

EVEN VOORSTELLEN

In 2003 studeerde **Demis Blaasse** af als fysiotherapeut, een mooie brede opleiding die wel wat handvaten gaf, maar veel te weinig naar zijn idee. Hij was 21 en bedacht om gewoon verder te studeren, want de combinatie van kennis en plezier ging hem goed af. Toen viel alles op zijn plek aan de International Academy for Osteopathy (het I.A.O.): de kennis van het lichaam, het werken met mensen en het integreren van alles wat hij in die jaren geleerd had. Dit resulteerde uiteindelijk in 2007 in een diploma dat hij trots kon ophalen.

Demis is sinds 2007 werkzaam als osteopaat. In de afgelopen jaren heeft hij zich allround ontwikkeld tot een therapeut die allerlei klachten goed weet te behandelen. Mensen met rug- en nekklachten, hoofdpijnklaften, baby's, maar ook mensen met problemen van uit de buik of met stress gerelateerde klachten zijn in goede handen bij hem.



Osteopaat Demis Blaasse
M.O. D.R.O.

“Wij zien verbanden waar andere disciplines nog wel eens blijven hangen op de plek waar het pijn doet. Dit maakt ons uniek in de gezondheidszorg”

Wat houdt osteopathie precies in?

“Osteopathie is een manuele geneeswijze ontstaan in Amerika. We onderzoeken het gehele lijf en alle verbindingen die er zijn. Dit betekent dat we uiteraard het bewegingssysteem zorgvuldig analyseren maar ook het orgaansysteem en het zenuwstelsel hierin betrekken. Vanuit deze drie systemen analyseren we wat er mis is in het lijf. Hierna kijken wij wat we kunnen herstellen om gezondheid en pijnklachten te doen verbeteren. Wij zoeken de oorzaak op van het probleem, corrigeren dit en laten daarna het lichaam via het zelfherstellend vermogen het probleem definitief oplossen.

Wij zien verbanden waar andere disciplines nog wel eens blijven hangen op de plek waar het pijn doet. Dit maakt ons uniek in de gezondheidszorg. Elke behandeling is dan ook uniek en afgestemd op wat de persoon op dat moment nodig heeft. Dit geldt voor mensen van alle leeftijden, we zien baby's soms na 5 dagen al en mensen tot diep in de 80.”

“Elke behandeling is dan ook uniek en afgestemd op wat de persoon op dat moment nodig heeft”

Je krijgt in de praktijken waar je werkt ook te maken met zwangere vrouwen. Met wat voor klachten komen zij in de praktijk?

“Zwangere vrouwen hebben vaak pijnklachten die niet zwangere mensen ook hebben. Alleen als je zwanger bent wordt er ineens heel anders naar je gekeken als je bij een therapeut of specialist binnen stapt. Elke klacht is te behandelen bij een osteopaat of je nu zwanger bent of niet.

Wat we wel meer zien bij zwangere vrouwen zijn: bekkeninstabiliteit, bandenpijn, spanning rond het middenrif in combinatie met maagzuur of misselijkheid en veel vrouwen komen tegenwoordig ook preventief om het bekken en alle betrokken structuren die bij een bevalling

vrij moeten zijn, los te maken.

Bij bekkeninstabiliteit is het vaak ook gewoon rugpijn alleen is iemand zwanger. Veel klachten van de lage rug zijn makkelijk op te lossen, alleen vrouwen horen de term bekkeninstabiliteit en doen er te weinig aan. Een echte bekkeninstabiliteit moet conservatief behandeld worden en kunnen wij wel ondersteunen. Maar een vrouw met rugklachten terwijl ze zwanger is is heel goed te behandelen.

Spanning rond de banden hebben vaak te maken met eerdere verkortingen die er al zaten in het ophangstelsel van de baarmoeder. Vaak in combinatie met bewegingsbeperkingen in het bekken en de lage rug. Door deze structuren vrij te maken kan je veel ontlasten in de fase dat bandenpijn opkomt.

Bij spanning rond het middenrif gelden een aantal dingen. De kleine groeit natuurlijk van binnenuit en neemt ruimte in. Deze ruimte kunnen wij makkelijk vergroten zodat druk van organen en het middenrif af komt. Je hebt te maken met een hormoonsysteem dat van slag is waar de lever harder bij moet werken. Hiernaast kan door verandering van het lichaam de wervelkolom vast zitten welke een invloed heeft op het middenrif en dus ook de maag ingang.

Ruimte vergroten we in ieder geval in het lijf, daarom zien we veel dames in het derde trimester komen voor een check-up. Fysiek vindt de meeste verandering plaats in dit trimester dus hier is veel te corrigeren. Maar ook naar de bevalling toe is het raadzaam het bekken, de lage rug, de banden, het middenrif en het zenuwstelsel vrij te maken van spanningen.”

“Fysiek vindt de meeste verandering plaats in het laatste trimester dus hier is veel te corrigeren”

Osteopathie en Hyperemesis Gravidarum

In onze besloten praatgroep krijgen wij vaak de vraag of er ook alternatieve geneeswijze zijn. De afgelopen jaren heb jij een aantal vrouwen behandeld die last hebben (gehad) van extreme zwangerschapsmisselijkheid of Hyperemesis Gravidarum. Wat voor handelingen voer jij uit met zwangere vrouwen die hier last van hebben?

“Er is nog veel onbekend over de ontstaanswijze van HG dus wat wij doen is ons richten op wat we vinden in het bewegingsonderzoek. Zoals aangegeven werken we in het zenuwstelsel, het orgaansysteem en het bewegingsstelsel. Allereerst moet het hormonale systeem, en daarmee bedoel ik het stress-systeem, in balans zijn. Anders verandert er niets in de andere systemen. Dit betekent dat de balans tussen actie, wat de borstkas is, en rust, waar de buik voor staat, in evenwicht moet zijn. Zo ook de schedelbasis waar de oorsprong van het onbewuste zenuwstelsel ligt.

Als dit vrij is kijken we wat we kunnen doen voor het orgaansysteem. De slokdarm, maagingang, maag, galblaas, lever en alvleesklier zijn organen die zwaar belast worden bij HG. Vanaf de buitenkant kunnen we hier veel invloed op uitoefenen via het middenrif en de borstkas. Hoe verder de zwangerschap vordert, hoe minder goed je in de buik zelf wat kan doen om de structuren vrij te maken.

Hiernaast hebben bewegingsbeperkingen in de wervelkolom en de borstkas effect op alle eerder benoemde organen. Deze maken we ook allemaal vrij middels mobilisaties, manipulaties of technieken op de spieren en pezen.”

“Een bevalling kan veel impact hebben op het lijf van de moeder die al verzwakt is na maanden onrust”

Kun je na een zwangerschap met extreme zwangerschapsmisselijkheid of HG ook bij een osteopaat terecht en wat kan een osteopaat doen voor het herstel?

“Ook na de zwangerschap is het juist raadzaam om een osteopaat te raadplegen. Los van de maandenlange stress op het systeem is er ook nog eens een bevalling geweest. Een bevalling kan veel impact hebben op het lijf van de moeder die al verzwakt is na maanden onrust. Als er weinig klachten zijn, adviseren wij meestal na zes weken een keer een check te doen. We kijken na of er problemen zijn in het bekken, of de baarmoeder weer rustig kan bewegen en hoe de algemene gesteldheid is van de vrouw in kwestie. Als er echt heftige klachten zijn, zien we soms dames al 5 dagen na de bevalling. Het zijn uitzonderingen, maar ook dit is mogelijk.”

Kan elke osteopaat in Nederland/België deze handelingen uitvoeren?

“Als het goed is wel. Elke afgestudeerde osteopaat heeft een forse dosis kennis van het lijf. De benaderingswijze kan wel afwijken per behandelaar, maar dat is normaal. Er zijn uiteraard collega's met meer affectie voor de zwangere vrouw en baby's. Dat zie je snel genoeg aan de site als je kijkt waar de expertise ligt. Het is handig om van te voren even contact op te nemen met de desbetreffende behandelaar om alles door te spreken.”

Vergoeding

Osteopathie wordt door vrijwel alle zorgverzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed vanuit het aanvullende pakket. Het is raadzaam bij je eigen verzekeraar navraag te doen.

Let op! Alleen de behandelingen van een geregistreerd osteopaat komen in aanmerking voor vergoeding. Dit vanwege de kwaliteitseisen die het register stelt en waar verzekeraars zich achter hebben geschaard. Kijk daarom ook even of een osteopaat aangesloten is bij

**Nederlandse Vereniging
Osteopathie**

of

**Beroepsvereniging van
Belgische Osteopaten.**

Dit artikel is tot stand gekomen in samenwerking met Demis Blaasse.

© Stichting ZEHG, 2021. Het is niet toegestaan om informatie uit dit document te kopiëren of op enigerlei wijze openbaar te maken, te verspreiden of te veelevoudigen zonder bronvermelding.