

## AFWIJKING EN KLACHTEN

Het lijkt voor de hand liggend dat iemand die krom is en rugklachten heeft, recht moet worden. Rechttop heeft een lichaam meer mogelijkheden dan krom gebogen. Het is echter niet zo dat het krom zijn noodzakelijkerwijs de oorzaak is van de klachten maar mogelijk juist het gevolg, een reactie.

Individualiteit en asymmetrie impliceren een grote variëteit in de ontwikkeling van een lichaam. Het links-rechts verschil heeft als gevolg niet recht te kunnen zijn. Doordat dit verschil al vanaf de geboorte aanwezig is, groeit een lichaam scheef. Onder invloed van krachten die op het botweefsel plaatsvinden, door druk en trek, ook door spieren en banden, wordt het bot vervormd in een bepaalde richting.

Bij inspectie van verschillende personen zijn overal verschillende bochten en verkrommingen te zien. Wat niet aan de buitenkant te zien is, maar wel bij een andere manier van kijken, is de vervorming in het bot. Röntgenfoto's of andere beeldvorming, zoals scan's en MRI, geven hier informatie over. Toch wordt heel regelmatig, zonder aanvullende informatie, van een lichaam gevraagd dat het recht moet zijn.

Alleen als er klachten zijn dan wordt de relatie met een 'andere' vorm gelegd en als er geen klachten zijn maakt niemand zich er druk over.



*Een hernia in een smal ruggenmergskanaal, zonder operatie genezen.*

Ontstaan er op een later tijdstip plotseling klachten, dan wordt de relatie tussen klachten en scheefstand gelegd, ook als de scheefstand al jaren bestaat. Een groeiproces dat jaren duurt wordt verantwoordelijk gehouden voor het incident.

Het lijkt echter meer voor de hand te liggen dat wat iemand op dat moment doet oorzaak is voor het ontstaan van de klachten. De vorm van het lichaam is het gevolg van het handelen. Als het handelen niet past bij de vorm komen er signalen, die heel gevarieerd kunnen zijn. Soms is het acuut groot alarm, maar meestal verloopt het proces van signaleren langzaam en geleidelijk. Meestal is het niet eenvoudig aan te geven wat nu precies de oorzaak van de klacht is. Het is in ieder geval niet eerlijk en reëel om iets dat zich al jaren onder invloed van activiteiten in het lichaam heeft ontwikkeld de schuld te geven van de klacht.

Wel is het zo dat, als er jaren op een bepaalde manier met een lichaam geleefd is, het lichaam zich heeft aangepast aan die manier van handelen. Dit houdt ook in dat er geen gewenning aan andere activiteiten is ontwikkeld.

Hoe extremer het verschil, des te meer moeite om hiernaar alsnog over te schakelen. Het verschil tussen activiteiten kan liggen in de snelheid, herhaling, beweging, de langdurigheid, zwaarte, frequentie, houding, positie, de conditie, de ervaring, het zicht, gehoor, rust en vermoeidheid, etc.. Daarnaast zijn er ook verschillen die wij niet eens kunnen waarnemen.

Het kost het lichaam tijd om aan te passen aan veranderd gebruik. Als er klachten ontstaan en "de aanpassing" krijgt de schuld, dan zegt dat meer over degene die zo redeneert. Diegene denkt het beter te weten dan de natuur, en bepaalt wat goed is en wat niet.

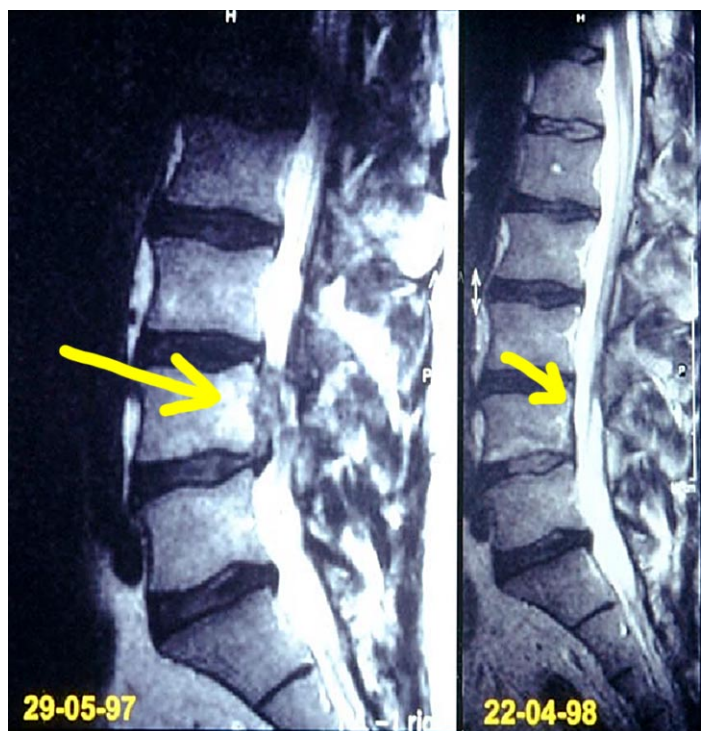
### *Wetenschap*

Vanuit het wetenschappelijk onderzoek wordt de laatste jaren veel informatie gegeven ter ondersteuning van deze visie over de relatie tussen afwijking en klachten.

Zo is bij 98 gezonde mensen die nog nooit rugklachten hadden gehad de rug onderzocht met MRI. Deze opnamen werden beoordeeld door twee ervaren neuro-radiologen. Om de werkelijkheid zoveel mogelijk te benaderen werden ook scans van patiënten toegevoegd. Er bleek bij meer dan de helft van de 98 mensen sprake te zijn van uitpuilende tussenwervelschijven op een of meer niveaus in de rug. Bij een kwart van hen was sprake van een duidelijke hernia, en bij slechts 36% waren de tussenwervelschijven geheel normaal.

Andersom geldt natuurlijk ook dat, als er sprake is van rugklachten en er wordt een hernia vastgesteld, het nog maar de vraag is of de klachten veroorzaakt worden door de hernia. In de praktijk blijkt dit ook, want 65% van de aangetroffen hernia's hoeft tegenwoordig niet meer geopereerd te worden. Resultaten van herstel van klachten zonder operatie hebben bijgedragen tot deze handelwijze.

Er bestaan op dit moment zo'n 150 soorten heupprotheses die er op 6 manieren ingezet kunnen worden. Wetenschappelijk onderzoek heeft natuurlijk al lang geduurd welke heup en operatietechniek het beste zijn.



*Een hernia, een jaar later volkomen verdwenen zonder bezoek aan de ok.*

Toch is er geen eenduidig beleid en beslist de operateur wat er gebeurt en met welke techniek.

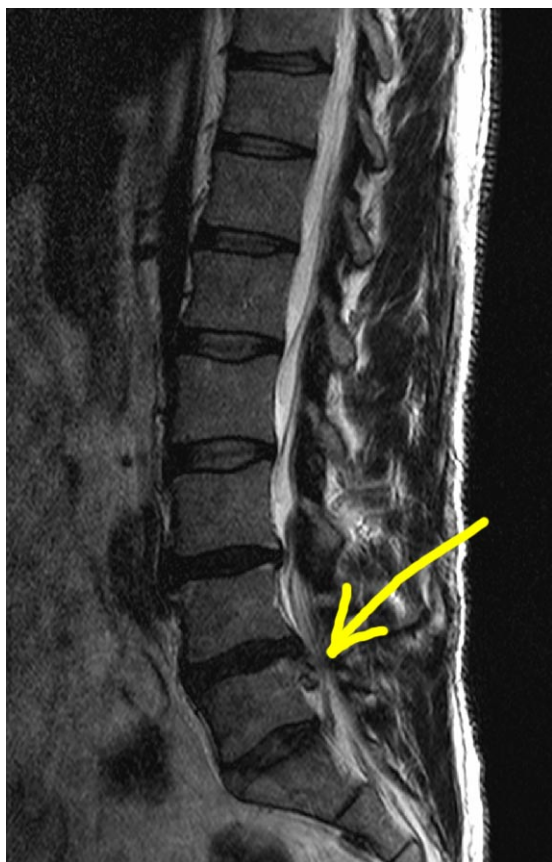
Zo is het ook met medicijnen. Vanuit de wetenschap worden middelen ontwikkeld, maar het is natuurlijk aan de voorschrijver wat er gebruikt wordt. Dus als het een niet snel helpt, wordt meteen op een ander middel overgeschakeld. De voorschrijver beroept zich op wetenschap, maar maakt door zijn handelwijze het begrip wetenschap heel relatief en daardoor ook zijn vak.

### *Trends en naamgeving*

Een andere reden voor de hiervoor geschetste gang van zaken ligt in het feit dat er geen direct verband is tussen afwijking en klacht. Als het verband wel snel wordt gelegd, ligt de valkuil open.

Een verandering aan het kraakbeen, *arthrose*, wordt veelal slijtage genoemd. Slijtage houdt in dat er geen mogelijkheid voor herstel is. Maar hoe vaak komt het niet voor dat een, vanwege een versleten rug, afgekeurde arbeider een onbekommerde oude dag heeft. Kraakbeen kan niet met medicijnen gemaakt worden. De Latijnse naam *Arthrosis Deformans* (= 'veranderd kraakbeen') in het gewricht, is een goede benaming en heeft geen relatie met klachten maar met een verandering.

Een *slechte rug* is een vaststelling, evenals te korte spieren en slappe enkels.



*De hernia van uw manueel therapeut, volledig genezen zonder operatie en zonder werkonderbreking (wel aangepast).*

Vaak wordt een *slechte doorbloeding* als oorzaak van klachten gezien. Tenzij er sprake is van weefselversterving klopt dit. Veelal wordt bedoeld dat de slechte doorbloeding geldt ten aanzien van het gebruik.

De relatie met het gebruik wordt niet verteld en de patiënt hoort dat er sprake van een afwijking is. Wat bedoeld wordt is dat in bepaalde gevallen er beperkingen voor het gebruik gelden, soms blijvend, maar meestal tijdelijk, omdat het bewegingsapparaat zich door de tijd heen vaak wel aanpast. De patiënt heeft dus geen afwijking, maar de oorzaak van de 'slechte' doorbloeding ligt in de veranderde functie, welke plotseling of langdurig uitgevoerd is.

Vroeger waren mensen *overspannen*, wat een zwakte aangaf. Later ontstond de term *hyperventilatie*, waaraan veel mensen lijden. In feite is het niets anders dan het oude 'overspannen' zijn.

De nieuwste ontwikkeling is *RSI*, met o.a. de muisarm. Mensen lijden aan deze nieuwe

ziekte, die geen nieuwe ziekte is. Wel is het continue werken aan een computer een nieuwe activiteit, waar mensen nog niet aan aangepast zijn. Hierdoor ontstaan signalen, klachten die niet het gevolg zijn van een ziekte maar van een te kort aan functie. Het lokaal belasten in één houding, alles gesteund door ergonomische advisering, veroorzaakt nog meer passiviteit in de rest van het lijf en maakt het tekort aan functie alleen maar erger. Ieder kwartier een rondje lopen, waarbij de belasting verdeeld wordt, is de beste remedie.

Er zijn natuurlijk wel goede benamingen voor ziektebeelden zoals bijvoorbeeld: *M.S., Parkinson, Reuma*, etc.. Deze ziekten zijn ook anders omschreven dan de hierboven genoemde. Jammer genoeg valt er hier voor niemand iets te genezen, helaas, en is een symptomatische behandeling het enige mogelijke.

Aangezien veel 'afwijkingen' groeien onder invloed van het functioneren van het lichaam en soms tot klachten leiden, kan eigenlijk niet van *afwijking* gesproken worden maar van een gevolg. De term *functiestoring* is daarom beter.

Het is ook niet gepast om mensen te dreigen met de gevolgen voor later. Immers alles kan veranderen. Dit geldt met name voor veranderingen in het bewegingsapparaat. Iedere verandering is het gevolg van gebruik en heeft gevolgen voor verder gebruik. Dit kan soms lastig zijn, maar is zeker geen afwijking.

De vorm is het gevolg van de functie. Het gebruik heeft vele aspecten en kan voor het verdwijnen van klachten zorgen.