

## Nekklachten

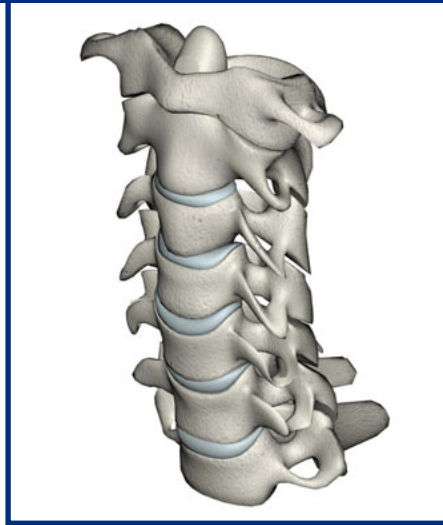


Fig. 1 De nekwerfels 1-7

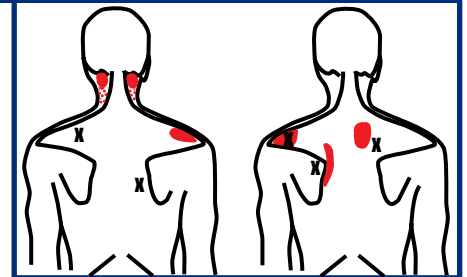


Fig. 2 Nekpijn veroorzaakt door triggerpoints in de spieren

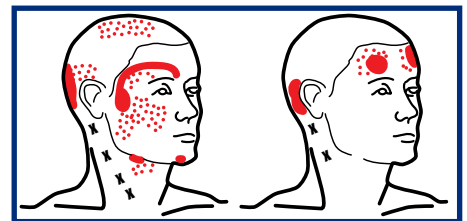


Fig. 3 Triggerpoints in nekspieren welke hoofdpijn veroorzaken



Sander Daams DC

Geregistreerd lid:  
Stichting Chiropractie Nederland  
Nederlandse Chiropractoren Associatie

Nekklachten zijn veel voorkomend en kunnen verschillende oorzaken hebben. Ze kunnen houding gerelateerd zijn, maar ook ontstaan door problemen met gewrichten, banden en/of spieren.

In de meeste gevallen zullen dysfuncties in een of meerdere gewrichten de onderliggende oorzaak zijn van het ontstaan van nekklachten. Indien er sprake is van irritatie van een gewricht, zullen de omliggende spieren aanspannen ter bescherming van het gewricht.

In eerste instantie zijn dit de kleine spieren om het gewricht heen, maar later zullen ook de grote spiergroepen aanspannen.

Veel van deze grote spieren hebben ook aanhechtingen aan de schouders en bovenrug. Hierdoor komt het dan ook vaak voor dat nekklachten samengaan met schouder- en rugklachten. Er is dus vaak sprake van een complexe klacht die zich niet alleen beperkt tot de nek. Nekklachten kunnen ook leiden tot andere klachten, zoals hoofdpijn, duizeligheidsklachten, schouderklachten en uitstralende pijnen in de armen. Vaak wordt er door andere disciplines slechts gekeken naar de pijnlijke plek en wordt zodoende de ware oorzaak van de klacht niet onderkend. Dit leidt vaak tot ineffektieve behandelingen, waarin slechts een deel van het probleem behandeld wordt.

De chiropractor doet allereerst een uitgebreid onderzoek om de oorzaak van het probleem te doorgronden alvorens over te gaan tot een specifieke behandeling van het probleem. Deze behandeling zal zich in de meeste gevallen niet alleen beperken tot de pijnlijke plek, aangezien hier in de meeste gevallen niet de oorzaak van het probleem ligt.

Voor de behandeling kan de chiropractor putten uit een uitgebreid scala aan technieken, zoals manipulaties, mobiliserende technieken, behandeling van 'Triggerpoints', **Active Release Techniques®** en oefeningen. Ook wordt indien nodig, de hulp van andere disciplines, zoals de oefentherapeut, ingeroepen. Het gaat er uiteindelijk om, om voor u als patiënt de meest optimale behandeling te kiezen, met de grootste kans op het verminderen van uw klachten.