

Schouderklachten

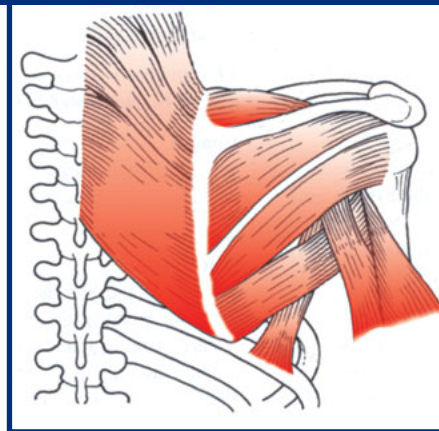


Fig. 1 De spieren die de schouder met de borstkas en wervelkolom verbinden

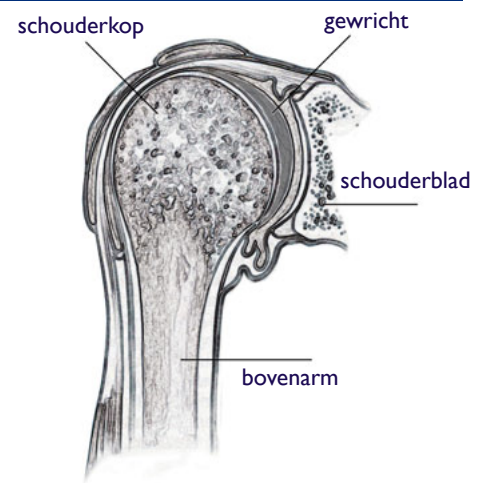


Fig. 2 Het schoudergewricht



Sander Daams DC

Geregistreerd lid:
Stichting Chiropractie Nederland
Nederlandse Chiropractoren Associatie

Als mensen denken aan schouderproblemen, reiken deze gedachten vaak niet verder dan het gewricht tussen bovenarm en schouderblad. De schouder bestaat echter uit meerdere gewrichten die samen het schoudercomplex vormen.

Deze gewrichten zijn:

- Aanhechting van de bovenarm aan het schouderblad
- Aanhechting van het sleutelbeen aan het schouderblad
- Aanhechting van schouderblad aan wervelkolom en ribben
- Aanhechting van sleutelbeen aan het borstbeen

Indien je schouderproblemen wilt behandelen, dan is het ook noodzakelijk dat er naar het hele schoudercomplex gekeken wordt, om zodoende geen zaken over het hoofd te zien. In de praktijk ontstaan veel schouderproblemen door overbelasting. Niet alleen van de schouder zelf, maar ook als gevolg van compensatie voor andere klachten zoals bijvoorbeeld in de bovenrug of nek.

Veel schouderklachten lenen zich uitstekend voor behandeling door middel van oefeningen. Hierbij wordt echter vaak over het hoofd gezien dat, voordat er begonnen kan worden met oefenen, er eerst een zekere mate van stabiele uitgangspositie gecreëerd moet worden. Dit is een taak waarvoor de chiropractor uitstekend geschikt is. Hij is de persoon die naar het totaalbeeld kijkt en niet slechts naar de pijnlijke plek, zoals veel te vaak gebeurt. Door de unieke kijk op zowel orthopedisch, neurologisch alsook functioneel chiropractisch gebied heeft de chiropractor de juiste middelen om een adequate diagnose te stellen en vervolgens de juiste behandeling in te stellen.

De behandeling bestaat uit rustige manipulaties, mobilisaties, **Active Release Techniques®** op de aangespannen spieren en oefeningen ter ontspanning en versteviging van de spieren in het gehele gebied. Indien geïndiceerd zal ook de hulp van andere disciplines zoals huisarts, specialist, oefentherapeut en sport-fysiotherapeut worden ingeroepen om zodoende een zo optimaal mogelijk resultaat te bereiken. U als patiënt staat immers centraal.