



Praktijk voor Musculoskeletale Geneeskunde R.J. Boot, arts  
BIG-nr. 59045607301  
Poortgebouw, Rijnsburgerweg 10 K0.08, 2333AA Leiden  
Colijnplein 12A, 2555HA Den Haag  
0172-748875  
www.heelmanueel.nl  
contact@heelmanueel.nl  
triodosbank IBAN NL61 TRIO 0254430619

## MSK-behandel-handgrepen, globale definities en beschrijvingen voor zeer geïnteresseerden.

### Definities

De term “manipulatie” is een lastige term. Omdat er binnen verschillende tradities verschillende dingen onder worden verstaan. Omdat verschillende takken in “manual musculoskeletal medicine” zich verschillend ontwikkelden.

In ieder geval hebben alle “manipulaties” die binnen heelmanueel gebruikt worden hetzelfde doel; er voor zorgen dat de beide gewrichtsvlakken van een gewricht ten opzichte van elkaar goed komen te staan. Daardoor verdwijnen functiestoornissen, overmatig beschermende (spier)spanning en pijn. Geregeld kan ook via spierspanning zelf gewerkt worden waardoor de spierspanning normaliseert en de gewrichtsvlakken ten opzichte van elkaar eveneens goed komen te staan. Met functieverbetering en pijnvermindering tot gevolg. Tussen de technieken zitten echter veel verschillen.

Terug naar de vraag: Wat is een manipulatie?

Om de leesbaarheid hier een “kort-door-de-bocht-antwoord”. Beantwoording vanuit eerst de Europese tradities is makkelijker dan vanuit de Amerikaanse tradities.

Vanuit de Europese tradities wordt onder een manipulatie meestal een HVLA-manipulatie verstaan. HVLA staat voor High Velocity Low Amplitude. Een HVLA techniek is een hele snelle, korte beweging binnen de bewegingsmogelijkheden van een gewricht. Deze wordt meestal één keer uitgevoerd en dus niet direct erna herhaald. Deze technieken geven vaak een ploppend of krakend geluid.

Binnen de Europese tradities zijn er ook hele andere technieken. Bijvoorbeeld *mobilisaties* waarvan een kenmerk is dat enige malen een beweging met meer of minder (sturende) druk, meestal met de handen van de behandelaar, wordt gemaakt.

Een apart verhaal zijn *orthomanipulaties*. Dit is een echt Nederlandse term. Hierbij wordt expliciet naar de stand van de gewrichtsvlakken gekeken en daar op ingegrepen. Ook binnen de orthomanipulatietechnieken zijn er weer verschillende technieken. Er kunnen hulpmiddelen gebruikt worden. In mijn handen beschouw ik orthomanipulaties meer als een mobilisatie-techniek dan als een manipulatie-techniek. Orthomanipulaties worden echter soms (en zeker elders) ook als een manipulatietechniek uitgevoerd.

Naast manipulaties, mobilisaties en orthomanipulaties zijn er nog verschillende spiertechnieken, faciliteringstechnieken en andere reflexstechnieken. Deze spier-, faciliterings- en andere reflexstechnieken kunnen op zichzelf gebruikt worden of worden ter vergemakkelijking van andere technieken gebruikt. Deze technieken steken allemaal anders in. Omwille van de leesbaarheid beschrijf ik dit hier niet.

Vanuit de Amerikaanse tradities worden grof gezegd alle bovenbeschreven technieken en andere, dus ook die zonder de eenmalige hele snelle korte beweging zo kenmerkend voor de HVLA-manipulatie, vaak simpelweg “manipulaties” genoemd.



Praktijk voor Musculoskeletale Geneeskunde R.J. Boot, arts  
BIG-nr. 59045607301  
Poortgebouw, Rijnsburgerweg 10 K0.08, 2333AA Leiden  
Colijnplein 12A, 2555HA Den Haag  
0172-748875  
[www.heelmanueel.nl](http://www.heelmanueel.nl)  
[contact@heelmanueel.nl](mailto:contact@heelmanueel.nl)  
triodosbank IBAN NL61 TRIO 0254430619

## Doel van de technieken

Hoe je een techniek ook noemt, het doel van MSK-behandel-handgrepen is er voor te zorgen dat de gewrichtsvlakken van een gewricht ten opzichte van elkaar goed komen te staan. Direct of indirect. Door goede stand verdwijnen functiestoornissen, overmatig beschermende (spier)spanning en pijn. Ik maak nu zelf met de term "MSK-behandel-handgrepen" een onderscheid met andere "MSK-behandeltechnieken" die heel anders kunnen werken. Deze andere MSK-behandeltechnieken beschrijf ik hier niet. Ook omdat ik persoonlijk met name met de MSK-behandel-handgreep-technieken werk.

## Hoe de technieken werken

Kort door de bocht uitgelegd maken *HVLA-manipulaties* de ruimte in het gewricht een fractie van een seconde iets groter door het gewricht minimaal iets uit elkaar te trekken. Zo kan het gewricht in de goede stand terugveren. Bij het minimaal uit elkaar trekken kan een krakend, ploppend geluid ontstaan.

Bij een *orthomanipulatie* wordt gekeken/gevoeld naar de stand van de beide botstukken van een gewricht en wordt een beetje druk gegeven in de richting waar het bot heen moet. Zo wordt het zenuwstelsel gevraagd het gewricht in de goede stand terug te zetten.

Bij een *mobilisatie* wordt enige malen een beweging met een beetje (sturende) druk (meestal met de handen van de behandelaar) gemaakt. Ook hierbij komen de gewrichtsvlakken ten opzichte van elkaar in de goede stand. Met functieherstel tot gevolg.

Via spiertechnieken en faciliterende technieken wordt meestal ingeschoten via spierspanning. Soms direct, soms indirect. Soms wordt, afhankelijk van de techniek, hierna de beweging behorend bij het gewricht passief (met de handen van de behandelaar) gemaakt. Daarna wordt de beweging meestal door de cliënt zelf gemaakt.



KVK 17239299  
AGB zorgverlener 84024818  
AGB praktijk 84055481

Lid van de LAD/KNMG  
Lid van de NVAMG  
Geregistreerd bij RAMG

