CHIROPRACTIE ALS OPTIE

'Kraken' van nekwervels kan tinnitus verhelpen

Tinnitus - oorsuizen - maakt veel mensen het leven zuur. Het is een kwaal waar niet veel aan te doen is, je moet er maar mee zien te leven. Toch bestaat er een geneeswijze waar tinnituspatiënten veel baat bij kunnen hebben, namelijk chiropractie. 'Voordat patiënten zich erbij neerleggen of een onomkeerbare ooroperatie ondergaan, is het zeker de moeite waard om de behandeling te proberen', aldus chiropractor Michèle van Lier.

door
MARIE-JEANNE BISSCHEROUX

Wat is chiropractie?

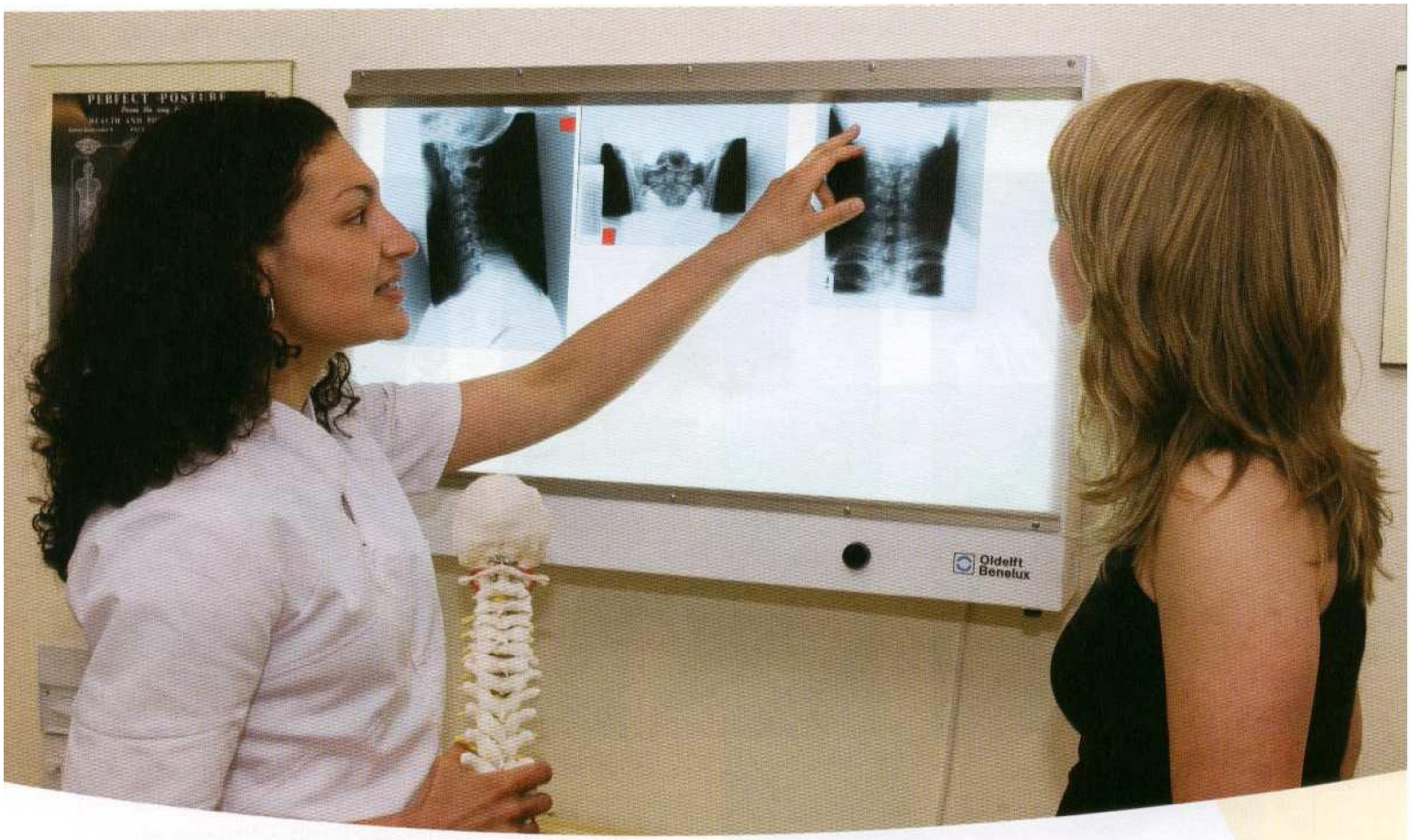
Chiropractie is een natuurlijke geneeswijze die in 1895 is ontstaan in Amerika, in aanvulling op de traditionele geneeskunde. De chiropractor richt zich op de diagnose, behandeling en preventie van stoornissen in het bewegingsapparaat, in het bijzonder in de wervelkolom. Het menselijk centrale zenuwstelsel wordt nauw omgeven door de schedel en wervelkolom; blokkades of stoornissen in het functioneren van de wervelkolom, kunnen direct effect hebben op ons zenuwstelsel en zo klachten veroorzaken. De chiropractor corrigeert de blokkades in de wervelkolom met de hand. Als de normale functie van de wervelkolom is hersteld, kan het zenuwstelsel weer normaal functioneren, waardoor de klachten verminderen of zelfs verdwijnen.

Michèle van Lier, geboren in Canada, kwam naar Nederland toen ze zeven jaar was. Na het Gymnasium volgde zij in Engeland de zesjarige universitaire opleiding chiropractie, waarvan het zesde jaar in Nederland plaatsvond. 'De opleiding wordt in Europa alleen gegeven in Engeland, Frankrijk, Denemarken en Zweden', vertelt Michèle. 'In die landen en in Amerika en Australië is chiropractie veel meer ingeburgerd en ingebed in de reguliere geneeskunde. Chiropractie is een medische discipline die de reguliere geneeskunde aanvult. Nederland loopt daar een beetje op achter, maar we zijn bezig met een inhaalslag. Wij behandelen klachten veroorzaakt door de wervelkolom of andere gewrichten, zoals de knie of schouder. Dat kunnen neurologische klachten zijn, maar ook klachten van orthopedische of reumatologische aard.'

Geen alternatieve geneeswijze

Over chiropractie leven veel misverstanden. Michèle:'Veel mensen denken dat chiropractie vergelijkbaar is met manuele therapie. Maar een manueel therapeut is een fysiotherapeut die na een hbo-opleiding fysiotherapie aanvullende cursussen heeft gevolgd in manuele therapie. Chiropractie is een opleiding op universitair niveau, vergelijkbaar met de opleiding tot basisarts. Bovendien gebruiken wij heel andere technieken, met andere handgrepen. Verder is chiropractie geen alternatieve geneeswijze, hoewel Nederlandse zorgverzekeraars dat nog wel zo zien. We behoren tot de eerstelijnsgezondheidszorg,

'Chiropractie kan heel effectief zijn bij tinnitus die vanuit de nek komt'



Michèle (links) bespreekt de diagnose, de toekomstverwachting en het behandelplan met een patiënt

net als huisartsen en tandartsen. Daarom heb je geen verwijzing nodig voor de chiropractor, je kunt rechtstreeks een afspraak maken.'
Michèle werkt nu vier jaar als chiropractor, waarvan drie jaar in een eigen praktijk in Utrecht.

Uit de nek

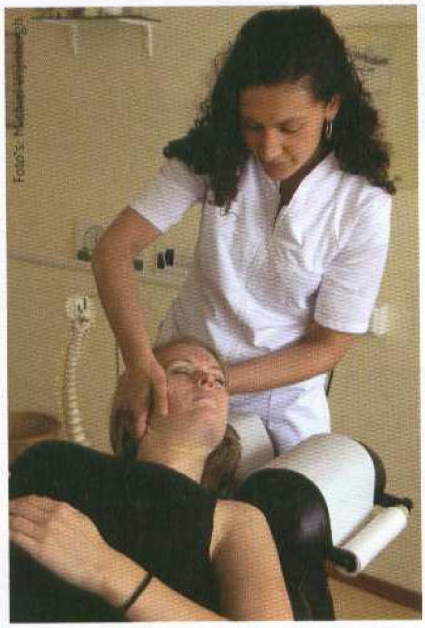
Voor tinnitus heeft Michèle bijzondere belangstelling. Deze interesse dateert uit haar stagetijd. 'Ik behandelde een patiënt voor hoofdpijn en wist niet dat hij ook tinnitus had. Toen hij terugkwam voor een tweede behandeling, vertelde hij heel blij te zijn dat de pieptoon in zijn oor weg was! Van de orthopedieles wist ik dat chiropractie kan helpen tegen tinnitus als de oorzaak in de nek ligt. Ik heb toen een literatuuronderzoek gedaan naar het effect van chiropractie op tinnituspatiënten. Mijn conclusie was dat chiropractie heel effectief was bij tinnitus die vanuit de nek komt. De tinnitus nam sterk af of verdween in een vaak korte intensieve behandelperiode.' Tinnitus is moeilijk te diagnosticeren zo weet ook Michèle. 'Er zijn geen specifieke tinnitustesten. Het kan ontstaan door een te hoge bloeddruk of een infectie. Maar het kan ook in de nek liggen, wat vaak gepaard gaat met nek- en hoofdpijn en soms duizeligheid. Mijn ervaring is dat chiropractie in dat laatste geval kan helpen. Wat precies het verband is tussen nekpijn en oorsuizen is nog niet voldoende wetenschappelijk onderzocht. Duidelijk is wel dat de kaak, het oor en de bovenste nekwervels heel dicht bij elkaar zitten en invloed op elkaar kunnen hebben. Als je pijn in je oor hebt, kan dit uitstralen vanuit de kaak of nek. Dus door je nek te laten behandelen kan ook de pijn in je oor of kaak verminderen. Veel van mijn patiënten met nekpijn blijken ook last te hebben van tinnitus. Sommigen komen door mijn behandelingen helemaal van de tinnitus af, anderen ervaren een verlichting.'

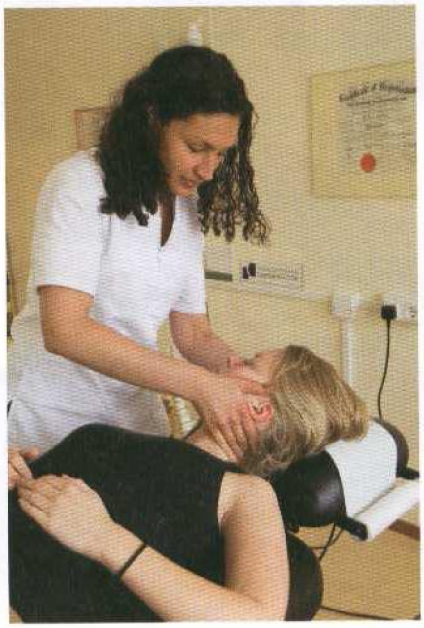
Eén geheel

Als iemand voor het eerst bij Michèle komt, kijkt zij niet alleen naar het gebied waar de klacht zit, maar naar de patiënt als geheel, met een accent op de wervelkolom. Bij tinnituspatiënten behandelt zij meestal de nek en de bovenrug. Als zij andere problemen ziet, neemt zij die mee in de behandeling. 'Als het bekken scheef staat, dan heeft dat een uitwerking naar de rug. Alles hangt met elkaar samen; het is één geheel. Hoeveel behandelingen nodig zijn voor je verbetering merkt, is moeilijk te zeggen. Het hangt af van de patiënt, van zijn leeftijd en gezondheid. Maar na vier tot zes behandelingen kun je wel zien welke kant het opgaat.'

'Blub' of 'Krak'

Hoe werkt een chiropractor nu precies? 'Het eerste consult bestaat uit een intakegesprek, waarin ik de patiënt vraag naar zijn klachten en zijn medische voorgeschiedenis', legt Michèle uit. 'Daarna volgt een lichamelijk onderzoek, met allerlei neurologische, orthopedische en chiropractische testen. Zo nodig vraag ik röntgenfoto's op. Na het onderzoek bespreek ik de diagnose, de toekomstverwachting en het behandelplan met de patiënt. Na afloop van de behandelingen schrijf ik een verslag dat ik doorstuur naar de huisarts







Behandeling van de nek

of specialist van de patiënt. Belangrijke technieken die ik gebruik zijn manipulatie, in de volksmond ook wel 'bottenkraken' genoemd, en mobilisatie. Bij manipulatie pas ik snelle, korte bewegingen toe op het gewricht om een blokkade in de wervelkolom op te heffen. Mobilisatie bestaat uit vloeiende bewegingen waarmee ik druk uitoefen op het gewricht om meer ruimte te creëren.' Heel soms kan de behandeling even gevoelig zijn, maar over het algemeen is het pijnloos. 'Veel mensen ervaren het zelfs als een prettige behandeling. Vaak schieten ze in de lach als ik bezig ben, vanwege de kraakgeluiden.

'Het geluid ontstaat door een gasbel die vrijkomt in het gewricht'

Het geluid ontstaat door een gasbel die vrijkomt in het gewricht, maar in plaats van 'blub' hoor je 'krak'. Sommige patiënten schrikken daarvan, daarom waarschuw ik hen van tevoren voor deze geluiden. Het is mogelijk dat je lichaam na de behandeling een reactie geeft, maar dat hoeft absoluut niet. De meest voorkomende reactie is een lichte spierpijn of hoofdpijn die een of twee dagen kan aanhouden. Daarom adviseer ik patiënten om het rustig aan te doen op de dag van de behandeling.'

Moeite waard

De meeste mensen komen na een serie behandelingen regelmatig terug voor een 'onderhoudsbehandeling'. Als zij bijvoorbeeld hun houding nog niet genoeg hebben gecorrigeerd, kunnen de problemen terugkomen. Daarom geef ik mijn patiënten ook ergonomisch en houdingsadvies. Als iemand last blijft houden van oorsuizen, dan ligt de oorzaak waarschijnlijk niet in de nek. Dat is heel spijtig, maar toch vind ik het belangrijk dat tinnituspatiënten weten dat deze behandeling bestaat. Vaak krijgen zij te horen dat zij er maar mee moeten leren leven. Het alternatief is heel drastisch: je kunt een gedeelte van de achtste hersenzenuw operatief laten uitschakelen. Maar hierdoor loop je het risico doof te worden en het is geen garantie dat de tinnitus verdwijnt. Daarom is het zeker de moeite waard om eerst chiropractie te proberen', besluit Michèle.

Tips

- Wilt u zich ook laten behandelen, kies dan voor een erkend chiropractor die is aangesloten bij een van de beroepsverenigingen:
  - de Nederlandse Chiropractoren Associatie (NCA), www.chiropractie.nl,
  - of de Stichting Chiropractie Nederland, www.stichtingchiropractie.nl.
- Bent u aanvullend verzekerd, dan komt u in aanmerking voor een vergoeding van uw chiropractiebehandelingen van meestal 75 tot 100%. Meer informatie over vergoedingen vindt u op de website van Michèle van Lier: www.chirocare.nl
- Meer informatie over tinnitus vindt u op: www.nvvs.nl/tinnitus. Ervaringen uitwisselen met anderen? Kijk op het Tinnitus en Hyperacusis-forum, http://www.nvvs.nl/forum/tinnitus/viewforum.php?f=21

'Na de tweede behandeling was het oorsuizen helemaal weg'

Zo'n twaalf jaar geleden kreeg **Ina Bollebakker** (78) → plotseling tinnitus. 'Het was geen suizen, maar een gillend, fluitend geluid. Ik liep maar heen en weer, hield het niet meer uit. De huisarts verwees mij naar de KNO-arts. Hij vertelde me dat er niets aan mijn oor was te zien of te doen, ik moest maar ermee leren leven. Onmogelijk! Een vriendin van mij die bij mevrouw Van Lier kwam, de moeder van Michèle en ook chiropractor, had met haar gesproken over mijn probleem. Mevrouw Van Lier zei dat ik maar eens langs moest komen. Na de eerste behandeling was het geluid in mijn oor nog maar héél zacht te horen. Na de tweede keer was het helemaal weg. Ze legde uit dat de oorzaak van het oorsuizen in mijn nek zat, daarom had ik zoveel baat bij deze behandeling. Dolgelukkig was ik! Ik ging wel regelmatig terug om te voorkomen dat het oorsuizen zou terugkomen. Later kreeg ik opnieuw last van een ander soort oorsuizen. Ik word nu behandeld door Michèle en het gaat goed. Alleen als ik in bed lig, hoor ik het suizen, maar daar valt wel mee te leven.'





Foto: Joke van der Ley

← **Magda Varro** (55) is sinds januari 2007 in behandeling bij Michèle van Lier. Magda werkt als medewerker bij het meldpunt van de spoedeisende dienst van Aveant, een thuiszorginstelling in Utrecht. In 2001 kreeg zij verschijnselen van de ziekte van Ménière. 'Ik kreeg medicijnen en het ging geleidelijk beter. Maar vorig jaar mei kreeg ik opnieuw een ernstige aanval. Het constante oorsuizen in mijn rechteroor was een verschrikking. Uitgeput kwam ik thuis van mijn werk. Mijn leven bestond alleen nog uit energie verzamelen om te kunnen werken. Ik ging vooral mijn linkeroor gebruiken aan de telefoon, waardoor ik steeds meer last van mijn nek kreeg. Medicijnen hielpen niet. Via een kennis werd ik gewezen op de mogelijkheid van chiropractie. Toen ik bij Michèle kwam, bleek ik een blokkade in mijn nek te hebben. Na de eerste behandeling reageerde mijn lichaam met hoofdpijn en migraine, het was wel duidelijk dat er iets was gebeurd in mijn lijf! Na ongeveer acht behandelingen voelde ik verlichting ontstaan. Sinds drie dagen - ik vind het eng om te zeggen - ben ik suisvrij. De klachten kunnen terugkomen, maar ik heb baat bij deze behandeling. Het leven ziet er weer leuker uit!'