

Het doel van deze brochure

Deze is tweeledig.

Ten eerste om een beter begrip te krijgen en inzicht te geven in het hoe en waarom van de behandeling volgens de methode Meyer.

Ten tweede om een aantal algemene adviezen te geven die gunstig zijn voor het herstel en gebruik van het bewegingsapparaat.

De opvattingen van dokter Meyer

De basisgedachte van de methodiek berust op het gegeven dat door een ongeval of forse val er functiestoornissen ontstaan in de wervelkolom.

Hierbij zijn stoornissen in het bewegen van de hoge nek (hoofd, eerste en tweede nek-
wervel) zeer invloedrijk.

Anders gezegd: een niet goed functioneren van die specifieke regio heeft, bij de een wel meer dan bij de ander, een negatief effect op houding en beweging van het lichaam en vergroot aanzienlijk de kans op het ontstaan van klachten.

Het op deze manier kijken naar en behandelen van patiënten wordt gedaan door therapeuten die de, op neurofysiologische principes berustende, Methode Meyer beheersen.

Hoe werkt de methode? En wat is het effect?

Door middel van manipulaties van de wervelgewrichten die geblokkeerd zijn herstelt hun bewegingsvrijheid en herstelt de positie van de betrokken wervels zich. Zo wordt de verstoorde houding en beweging van de wervelkolom weer normaal.

Het effect hiervan is echter niet alleen van groot belang voor de algehele situatie van de wervelkolom maar ook voor de lokale situatie.

Want door het herstel van de houding en beweging ontstaat er herstel van de belasting en van de smering van het gewricht. Deze smering zorgt voor de voeding van het gewricht en gaat slijtage tegen. Tevens ontspannen de omliggende spieren zich en de doorbloeding verbetert.

Manipuleren is niet anders dan het uitlokken van een refleximpuls. Bij een patiënt(e) d.m.v. een rekprikkel op een spier. Deze prikkel wordt uitgeoefend met een lage intensiteit en een uiterst korte bewegingsuitslag en zorgt ervoor dat de spier kort aanspant. De betrokken spier van de patiënt(e) kan zo op zijn eigen, specifieke wijze reageren en het wervelgewrichtje in beweging zetten. Dit alles maakt de therapie buitengewoon veilig.

Het behandelingsgebied

Dit is zeer uitgebreid. Het bevat zowel problemen van het bewegingsapparaat als problemen die daaruit voortvloeien.

Om er een aantal te noemen:

- Whiplash klachten
- Rugproblemen, waaronder hernia en scoliose enz
- Nek-, arm- en schouderklachten (frozen shoulder, tenniselleboog enz)
- Hoofdpijn, migraine en evenwichtsstoornissen
- Aangezichtspijn
- Heup-, knie- en enkelklachten (beginnende slijtage)
- Hyperventilatie
- Huilbaby's
- Kaakklachten

Bij deze opsomming dient wel een kanttekening geplaatst te worden. Namelijk dat bij geen enkele therapie, dus ook niet bij de methode Meyer, er een 100% score is. Wel is er een hoog slagingspercentage en een laag behandelingsaantal. Wanneer blijkt dat er onvoldoende effect is, zal de behandelend therapeut met u in overleg treden.

Algemene adviezen

Het meest belangrijke advies is: zorg voor een goed gebruik van het bewegingsapparaat. Anders gezegd: zorg voor een goede houding bij staan, zitten, tillen en liggen en zorg voor voldoende beweging.

Adviezen na de behandeling

Doe het rustig aan, ga op tijd naar bed, zeker de eerste dag. Ga eventueel overdag een uur slapen, maar liever niet op de bank.

Pas op voor afkoeling en tocht.

Onderneem geen dingen die veel energie vergen.

Zorg voor afwisseling in houding, na zitten weer lopen enz.

Drink voldoende water (anderhalf tot twee liter per dag).

Voor meer adviezen en/of vragen kunt u zich richten tot uw behandelend therapeut.

Contact

www.methodemeyer.nl
www.atlasreflextherapie.nl
www.manuelemethodemeyer.com
www.manuelemethodemeyer.be



Methodiek voor behandeling van aandoeningen van het bewegingsapparaat ontwikkeld door dokter Tj. Meyer, de eerste Nederlandse manueel geneeskundige arts, als zodanig internationaal erkend en oprichter van het instituut voor Manuele Geneeskunde te Eindhoven