

## Wat is te behandelen met de Methode Spierkettingen Busquet?

### Enkele voorbeelden

- aandoeningen van het houdings- en bewegingsapparaat: ischias, lumbago, torticollis (stijve nek), verstuikingen, langdurig aanwezige spier- en gewrichtspijn, nek- en armpijn, schouderklachten, krommingen in de wervelkolom zoals scoliosen en kyfosen
- klachten na whiplash
- hoofdpijnklachten

- bepaalde keel, neus en oorklachten
- ademhalingsproblemen ten gevolge van astma, bronchitis of hoest
- chronische vermoeidheid en stress
- spijsverteringsklachten zoals chronische obstipatie
- urinaire problemen zoals incontinentie
- baby's met reflux, huilbaby's, baby's met voorkeurshoudingen, baby's met slaapproblemen.



## Informatie

### Behandeling

Gemiddeld duurt een MSK-behandeling 45 tot 60 minuten.

Het aantal behandelingen zal afhangen van de problematiek. Meestal wordt het gewenste resultaat bereikt binnen vier tot negen behandelingen.

Binnen de reguliere fysiotherapie kan de methode ook toegepast worden, maar omdat de duur van een fysiotherapie-behandeling 25 tot 30 minuten is, kan er in die beschikbare tijd minder uitgebreid volgens de MSK behandeld worden.

### Kosten

Onderzoek en behandeling vallen onder het domein van de fysiotherapie. Het is raadzaam bij uw verzekeringsmaatschappij na te gaan hoe fysiotherapie in uw geval wordt vergoed.

De kosten van een 25 tot 30 minuten durende MSK-behandeling zijn hetzelfde als voor een behandeling fysiotherapie. U kunt een afspraak maken met een MSK-therapeut zonder verwijzing van een arts. De therapeut neemt in overleg met u eventueel contact op met uw arts voor nadere informatie.

### MSK-therapeuten

De MSK-therapeuten in Nederland zijn onderdeel van de internationale groep MSK-therapeuten. Deze van origine Franse methode is ontwikkeld door de heer Leopold Busquet.

Nadere informatie en adressen van MSK-therapeuten in uw omgeving kunt u vinden op [www.methodespierkettingen.nl](http://www.methodespierkettingen.nl).



Deze informatie wordt u aangeboden door:

MSK

# Hoe vast zit u?



Fysiotherapie volgens  
Methode Spierkettingen Busquet helpt



## Heeft u last van verhoogde spanningen of verminderde beweeglijkheid?

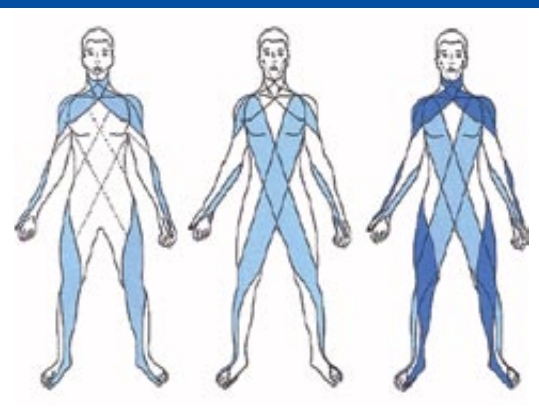
**Het kan iedereen gebeuren: uw lichaam beweegt even niet meer zoals u gewend bent. Uw spieren zitten ‘vast’. Spanningen kunnen daaraan ten grondslag liggen.**

**Als dit ‘vastzitten’ niet vanzelf overgaat kan de ‘Methode Spierkettingen Busquet’ uitkomst brengen. Deze behandelmethode wordt uitgevoerd door fysiotherapeuten en manueel therapeuten en heeft het herstellen en bewaren van het evenwicht in het menselijk lichaam als doel.**

De Methode Spierkettingen Busquet (afgekort MSK) is een combinatie van denkbeelden en vaardigheden uit de Osteopathie en de Fysiotherapie. Met deze methode worden geen ziektes behandeld, maar wel de verhoogde spanningen en verminderde beweeglijkheid die bijvoorbeeld na een ziekte of blessure zijn overgebleven.

De Methode Spierkettingen Busquet legt in zeven zogenaamde ‘kettingen’ een verband tussen alle structuren in het lichaam. Langs deze kettingen vinden kracht- en spanningsverdelingen plaats. Teveel spanning beïnvloedt ons comfortabel functioneren: het evenwicht kan verstoord raken. Deze verstoring uit zich in een verandering van het bindweefsel van de spieren, de gewrichten, de zenuwen en de organen tot en met de schedel. Wanneer dit langdurig aanhoudt, kunnen er elders in het lichaam compensaties optreden en zal de basisspanning van het lichaam beïnvloed worden. Dit kan klachten veroorzaken.

De Methode Spierkettingen Busquet verlicht de klachten door middel van behandelingen die uitgevoerd worden op de wervelkolom, de gewrichten, de spieren, de zenuwen, het bindweefsel rondom de organen en de schedel.



## Drie principes van de Methode Spierkettingen Busquet

### 1. Leven is bewegen

Het lichaam is één geheel, waarvan de verschillende structuren (gewrichten, spieren, zenuwen, organen) via bindweefsel met elkaar verbonden zijn en een onderlinge wisselwerking hebben. Deze structuren beschikken over een eigen beweeglijkheid. De mens is één geheel en alles beweegt normaal gesproken in harmonie. Als de beweeglijkheid van een bepaalde structuur beperkt raakt, zal het evenwicht van het menselijk lichaam verstoord worden. Dit kan gevolgen hebben voor het functioneren van het lichaam en zich uiten in pijn, vermoeidheid of andere disfuncties

### 2. Bouw en functie beïnvloeden elkaar

De bouw van elk gewricht bepaalt de bewegingen die uitgevoerd kunnen worden. Onjuiste belasting kan na verloop van tijd een verandering in de structuur van het gewricht veroorzaken. Het meest bekende voorbeeld daarvan is het ontstaan van artrose. De werking van organen heeft eveneens invloed op het functioneren van de spierkettingen. Chronische obstipatie kan bijvoorbeeld aanleiding zijn tot een verhoogde spanning van de rug.

### 3. Het lichaam beschikt over een eigen herstelvermogen

Alle processen in ons lichaam zijn erop gericht om zoveel mogelijk in balans te blijven, op een zo economisch mogelijke manier en zo comfortabel mogelijk.

Als er enig moment een trauma, ziekte of blessure ontstaat, zal het lichaam hierop reageren door de getroffen structuur te beschermen en rust te geven, zodat daar herstel kan plaatsvinden. We gaan een houding aannemen waarin die structuur wordt ontlast en we dit zo comfortabel mogelijk kunnen volhouden (voorbeelden hiervan zijn: gebogen zitten bij darmkrampen, rechterop zitten bij een zwangerschap). Als de structuur weer hersteld is, zal het lichaam weer terugkeren naar de oorspronkelijke balanshouding.

Als de aanpassingshouding echter langdurig volgehouden moet worden, treedt er verstijving en verkramping op, wat op termijn een beperkte beweeglijkheid tot gevolg heeft. Zelfs wanneer de oorzaak van deze aanpassingen al niet meer aanwezig is, kan dit blijven bestaan. Dit geeft weer meer kans op een blessure... en zo ontstaat vaak een vicieuze cirkel.

*Het efficiënt en duurzaam herstellen van de beweeglijkheid van de bindweefselstructuren, is alleen mogelijk als het wordt ‘teruggevormd’. Dit kan door behandeling van de spierkettingen.*



## Werkwijze van de Methode Spierkettingen Busquet

### Onderzoek

- opsporen van de spanningspunten over het hele lichaam

### Behandeling

- de gevonden spanningen opheffen
- de beweeglijkheid herstellen
- het functioneren maximaliseren
- de houding optimaliseren

MSK gaat uit van het natuurlijk herstellend vermogen van ons lichaam. Als de oorzaak van de spanningen is weggenomen, zal het lichaam zichzelf weer kunnen herstellen (met behulp van oefeningen). Soms is de oorzaak van spanningen niet meer weg te nemen. Denk daarbij aan littekenweefsel na operaties, forse trauma's met onherstelbare schade aan het lichaam, longproblemen, enz. In dat geval kan het beter zijn om met grotere tussenpozen te behandelen om terugkerende spanningen

te beïnvloeden en op die manier een zo optimaal mogelijk functioneren van het lichaam te behouden.

### Drie niveaus van onderzoek en behandeling

#### Niveau 1: Botten, gewrichten en spieren

Een bewegingsbeperking van een gewricht kan de werking van spieren, zenuwen en bloedvaten verstoren. Uw therapeut zal door manuele technieken, rekkingen of mobilisaties de beweeglijkheid van het gewricht proberen te herstellen.

#### Niveau 2: Organen (bijvoorbeeld maag, lever, darmen en longen)

Ook uw organen moeten beschikken over een mate van beweeglijkheid. Via milde handgrepen zoekt de therapeut naar abnormale spanningen in het bindweefsel waarmee de organen aan de botten, spieren en gewrichten vastzitten. De therapeut zal proberen deze spanningen op te lossen.

#### Niveau 3: De schedel

Tussen de schedelbotten is eveneens een kleine beweging mogelijk. Indien deze beweeglijkheid verstoord is ontstaan er spanningen die kunnen leiden tot, hoofdpijn, duizeligheid, concentratiestoornissen, evenwichtsproblemen, enz. De milde technieken bestaan uit het plaatselijk toedienen van lichte druk op de schedel om de spanning te verlichten of weg te nemen.



Beeld: P.R. Hein (www.heinweb.net)