

Beste mevrouw/heer,

U heeft klachten van nekpijn en/of hoofdpijn, waarvoor manuele therapie een mogelijke behandelmogelijkheid is. Met deze brief wil ik u op een duidelijke en rustige manier informeren over wat de behandeling inhoudt, wat u kunt verwachten en welke risico's erbij horen. Zo kunt u een weloverwogen keuze maken die goed voelt voor u.

Wat is manuele therapie?

Manuele therapie is een gespecialiseerde vorm van fysiotherapie die zich richt op het verbeteren van het bewegen van gewrichten, spieren en zenuwen, vooral in de wervelkolom. Als manueel therapeut heb ik extra kennis en vaardigheden in het behandelen van nekpijn en hoofdpijn en werk ik wanneer nodig samen met andere zorgverleners om u zo goed mogelijk te helpen.

De behandeling kan bestaan uit mobilisaties (rustige, herhaalde bewegingen), oefeningen en soms een korte, snelle beweging van een gewricht (manipulatie). Daarnaast geef ik uitleg over uw klachten en krijgt u, wanneer passend, oefeningen mee voor thuis.

Wat is het doel van de behandeling?

Het doel van de behandeling is het verminderen van pijn, het verbeteren van de beweeglijkheid van uw nek en het verminderen van hoofdpijnklachten of de frequentie daarvan. Uiteindelijk wil ik u helpen om beter te kunnen functioneren in uw dagelijks leven.

Mogelijke bijwerkingen:

Na een behandeling kan het voorkomen dat uw klachten tijdelijk wat toenemen. U kunt bijvoorbeeld last krijgen van:

- tijdelijke toename van nekpijn of hoofdpijn
- spierpijn of stijfheid
- vermoeidheid

Deze reacties zijn meestal onschuldig en verdwijnen vaak binnen één tot twee dagen vanzelf. Ongeveer 50% van de patiënten ervaart een vorm van deze bijwerkingen.

Zeldzame, ernstige complicaties:

Ernstige complicaties, zoals schade aan een bloedvat in de nek of een beroerte, zijn uiterst zeldzaam. In wetenschappelijk onderzoek wordt de kans hierop geschat op ongeveer één op tienduizenden behandelingen, en mogelijk nog lager. Dergelijke complicaties hangen vaak samen met een al bestaande, niet-herkende kwetsbaarheid van een bloedvat.



Praktijk
Bovenal

Hoe houd ik het risico zo klein mogelijk?

Voorafgaand aan de behandeling doe ik altijd een uitgebreide screening. Ik stel gerichte vragen over uw klachten, uw medische voorgeschiedenis en eventuele risicofactoren, en ik voer, waar nodig, lichamelijk onderzoek uit. Ik bespreek met u welke behandelingen mogelijk zijn, hoe deze werken en wat het verwachte resultaat is.

Als er aanwijzingen zijn voor een verhoogd risico, kies ik voor andere, veiligere behandelvormen of overleg ik met uw huisarts of specialist.

Klik [hier](#) voor een overzicht met aanvullende informatie, of klik [hier](#) voor een video met uitleg.

Uw keuze

U beslist zelf of u deze behandeling wilt ondergaan. De behandeling die ik voorstel — mobilisatie of manipulatie van de nek, oefeningen en educatie — is doorgaans effectief en wordt wereldwijd toegepast. Er zijn altijd alternatieve behandelmogelijkheden, zoals alleen oefentherapie of een voorzichtiger aanpak. U kunt op ieder moment vragen stellen of aangeven dat u (nog) geen behandeling wilt.

Als u na het lezen van deze informatie vragen of twijfels heeft, bespreek deze dan gerust met mij. Samen kijken we welke aanpak het beste bij u past.

Met vriendelijke groet,

Heleen Boven, Praktijk Bovenal.