

Whiplash... of toch niet?

Whiplash is een vaak gehoord fenomeen, dat meestal ontstaat bij een 'kop-staartbotsing' van twee voertuigen. Bij een botsing van achteren klapt het hoofd eerst naar achteren en vervolgens naar voren. Als de kracht hoger of sneller is dan de hals en/of nekspieren op kunnen vangen, gaat de impact naar de nekzwervel-zenuwbundel en kan deze beschadigd worden door overrekking.

Klachten als aangezichtspijn, vermoeidheid, concentratieproblemen, duizeligheid, hoofdpijn, migraine, krachtverlies, nekpijn en uitstralingspijn kunnen het gevolg zijn. Voor veel slachtoffers/patiënten, therapeuten en artsen niets nieuws.

Maar wat doen wij met de beschermfunctie van een spier? Een spier heeft naast een bewegingsfunctie ook een beschermfunctie van het gewricht of bot dat eronder zit. Door een botsing van achteren kan de kracht zo hoog zijn, dat de belastende spieren verkramppt of verstijft raken. Ze raken overbelast en kunnen uit zichzelf niet meer herstellen. Zenuwbanen en bloedvaten worden hierdoor soms afgekneld. Deze spierversijvingen kunnen dus dezelfde klachten geven als een échte whiplash. In de praktijk blijkt dat hier te weinig aan wordt gedacht en gedaan!

Daar komt bij, dat bij een botsing van achteren, het hoofd door de driepuntsgordel niet recht naar voren gaat, waardoor de belasting op de nek niet gelijkmatig verdeeld is over de omliggende spieren. Meestal is de impact ook niet precies recht van achteren. Het dragen van een vierpuntsgordel zou dus beter zijn! Behandeling in de vorm van diepe spiermassage met veel triggerpoints en acupressuur van nek én halsspieren is goed om deze spieren te verzorgen na zo'n belasting. Zo'n behandeling kan hierdoor sowieso véél klachten oplossen. Eigenlijk zou iedereen die zoiets heeft meegemaakt, als onderdeel van het onderzoeks- en behandelplan, door een goede therapeut onderzocht en behandeld moeten worden. Niet door apparatuur maar door de handen van de therapeut. Een apparaat kan niet voelen, handen wel! Hierdoor kunnen heel veel medische kosten, maar vooral veel pijn, frustratie en ellende worden voorkomen.

Jan Hiemstra



Reageren?
E. therapie-en-massage-emmen@live.nl
I. www.therapieenmassageemmen.nl