

Uw hulp bij het maken van betere gezondheidskeuzes

MEDISCH DOSSIER

Gezondheidsmythen
Wat is nu
waarheid?

Hypnose en FODMAP
Lichaam en
geest in balans

PLUS Lange wandelingen voor je gezondheid • Effecten thuiswerken
• PDS-patiënt mag kiezen • De werking van zoetstoffen
• Natuurlijke remedies voor constipatie • Hoe bereid je je eten gezond?



Het brein wakker maken

**HERSTEL NA EEN BEROERTE
ZIEKTE VAN ALZHEIMER**

Jaargang 23
Editie 2
Februari 2021
Los nummer € 2,75



Vijf vragen over artrokinesiologie

We spreken een bevlogen man die zijn indrukwekkende loopbaan begon als fysiotherapeut en zijn vaardigheden uitbreidde met de opleiding manuele therapie.
Jan Kloosterman: grondlegger van de artrokinesiologie.



Tien jaar lang was hij op zoek naar een constructieve oplossing voor moeilijk te behandelen klachten van het bewegingsapparaat. Door empirisch onderzoek ontdekte hij een wetmatigheid tussen zo'n vierhonderd bewegende delen en vaste punten in het lichaam.

Deze 'Vaste Punten Theorie' verschafte Kloosterman toegang tot eindeloze mogelijkheden om op een zachte manier de balans in het lichaam te herstellen. De vaste punten fixeert hij, de gewrichtjes nodigt hij met bescheiden vingerkracht uit tot optimale beweeglijkheid. Duizenden mensen met vaak onbegrepen klachten vonden hun weg naar Jan Kloosterman.

Hij kon ze helpen, maakte velen pijnvrij en bracht ook degeneratieprocessen tot staan. Fantastisch werk, vindt Kloosterman die nog steeds praktiseert en opleidt. 'Ik ben nog steeds verbouwereerd,' besluit hij het gesprek, 'en ik ben dankbaar dat ik op deze manier mag bijdragen aan de gezondheid van veel zogenaamd uitbehandelde mensen.'

Recent voltooide Jan een lijvig naslagwerk voor de door hem opgeleide artrokinesiologen.

Zijn advies voor de lezers? Laat je zelfs bij geringe klachten aan het bewegingsapparaat nakijken door een artrokinesioloog: bespaar jezelf een hoop pijn en ellende! Er zijn intussen meerdere artrokinesiologen werkzaam, verspreid over heel Nederland.

Vraag 1 Wat is artrokinesiologie?

Artrokinesiologie is een unieke vorm van manuele therapie, waarbij het gehele bewegingsapparaat wordt behandeld op basis van de 'Vaste Punten Theorie'.

Op zachte wijze worden gewrichten met bewegingsbeperkingen bewogen, terwijl de vaste punten tijdens de behandeling gefixeerd worden. Artrokinesiologie is een holistische behandeling die het zelfgenezend vermogen van het lichaam aanspreekt, waardoor genezing een duurzaam effect heeft. Over het algemeen zijn een paar behandelingen voldoende om, soms lang bestaande, klachten te verhelpen.

Artrokinesiologie kan gezien worden als een reset van het lichaam, waarna het op eigen kracht weer optimaal kan functioneren. Klachten aan het bewegingsapparaat worden verminderd of opgelost en achteruitgang voorkomen. Zo kunnen bijvoorbeeld lichte gewrichtsklachten verholpen worden en degeneratie in een verder stadium tot staan gebracht worden.

Vraag 2 Hoe is deze therapie ontstaan?

Artrokinesiologie is ontwikkeld door de immer naar antwoorden en oplossingen zoekende fysio- en manueel therapeut Jan Kloosterman. Hij liep tegen de nodige beperkingen aan in zijn therapeutische mogelijkheden en kreeg steeds vaker het gevoel symptomen te bestrijden in plaats van een duurzame oplossing te bieden.

Tien jaar empirisch onderzoek stond aan de basis van zijn 'Vaste Punten Theorie' die geldt voor alle gewrichten. Deze vaste punten vormen het frame van het bewegingsapparaat en alleen de aanliggende botten worden bewogen tijdens de behandeling. Hierdoor wordt de gewrichtsfunctie geoptimaliseerd.

DE VASTE PUNTEN
THEORIE GEEFT
EINDELOZE
MOGELIJKHEDEN
OM OP EEN
ZACHTE MANIER
DE BALANS IN
HET LICHAAM TE
HERSTELLEN



Vraag 3 Wat is de opleiding van een artrokinesioloog?

Geselecteerde fysiotherapeuten, osteopaten, manueeltherapeuten, kinder- en bekkenfysiotherapeuten volgen gedurende twee jaar de specialistische opleiding tot artrokinesioloog in Emmen. Deze opleiding wordt afgesloten met een stage bij een gevestigd artrokinesioloog en een examen. De Vereniging van Artrokinesiologen en de Stichting Kennisinhouden en Beheer Artrokinesiologie zien toe op de instandhouding en bevordering van de kennis en normen. Artrokinesioloog is een beschermde titel.

Vraag 4 Hoe gaat een artrokinesioloog te werk?

Naast de anamnese wordt uitgebreid gekeken naar de gewrichten van de wervelkolom, armen, benen en kaak en naar de schedelnaden. Er worden zorgvuldige bewegingsobservaties gedaan. Op basis hiervan worden zeer gericht en nauwkeurig de gewrichten behandeld waarvan de functie verstoord is. Daarnaast wordt de beweeglijkheid van alle samenhangende gewrichten verbeterd. Dit alles met subtiele vingerkracht. Het ene botstuk wordt gefixeerd, het andere in de juiste richting bewogen.

Vraag 5 Waarbij kan deze therapie worden ingezet?

Artrokinesiologie is succesvol bij veel soorten klachten aan de wervelkolom en gewrichten, waaronder RSI en whiplash, maar ook bij veel vormen van hoofdpijn, aangezichtspijn, Ménière, keel-, neus- en oorklachten, astma, bronchitis en hooikoorts, spastische darm, menstruatiepijn, onrustige benen, onverklaarbare vermoeidheid, emotionele instabiliteit en depressie. De therapie is geschikt voor mensen van alle leeftijden: zelfs de allerkleinsten vinden er baat bij.

Jarenlang bestaande klachten, bijvoorbeeld ten gevolge van verregaande degeneratie, zullen mogelijk niet helemaal verdwijnen, maar kunnen wel tot staan gebracht worden.

Vergoeding: Deze therapie wordt door sommige verzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed op basis van het tarief fysiotherapie en manuele therapie.

Verwijzing: Nee, een doorverwijzing is niet nodig.

Meer info: Op de website www.artrokinesiologie.nl staat een lijst met gevestigde en erkende therapeuten.



Jan Kloosterman volgde na zijn studie fysiotherapie de opleiding manuele therapie bij G. van der Bijl. Hij was tien jaar docent op de School voor Manuele Therapie in Utrecht, secretaris van de Vereniging Manueel Therapeuten (VMT) en redacteur van het tijdschrift Manuele Therapie.

Kloosterman is samen met twee collega's werkzaam als artrokinesioloog in zijn praktijk in Emmen. Hij is tevens oprichter, directeur en docent aan de opleiding artrokinesiologie en voorzitter van de Stichting Kennisinhouden en Beheer Artrokinesiologie.