

Zachte haken en trigger punten

Het behandelen van bindweefsel en triggerpoints met zachte haken

Het losmaken van bindweefsel

Het fibreuze bindweefsel vertegenwoordigt 60 % van de lichaamsmassa. Hoewel zeer uiteenlopend wordt het bindweefsel door een unieke fascia gekenmerkt. Dit fasciaal netwerk moet absoluut soepel blijven.

Het losmaken van bv. een spiercontractuur, een weefseladhesie of fibreuze nodules, is noodzakelijk.

Dankzij de zachte haken kunnen deze biomechanische storingen pijnloos opgeheven worden.

Dikwijls is de dikte van de vingers een beperking voor het palperen van de huid en de onderliggende structuren. De eenvoud en de nauwkeurigheid van de zachte haken kan dat verhelpen.



De zachte haak en het gebruik er van

Het is als het ware een verlenging van de vinger. De zachte haak bestaat uit een roestvrije staaldraad met een bepaalde diameter die het contact met de weefsels nauwkeuriger maakt.

Het gebruik van de zachte haak is vooral pijnloos. Drie haken volstaan om de verschillende lichaamsvolumes te behandelen.



Wanneer te gebruiken?

Om verklevingen los te maken die het gevolg zijn van een sporttraumata of een chirurgische ingreep, bij ontstekingspijnen of zenuwpijnen, letsels van het locomotorisch stelsel.

De duidelijke spierontspanning door transversale mobilisaties van de vezels en de inhibitie van de reflexpunten vormen een efficiënte behandeling.



Hoe?

- De haak vervangt de hand van de therapeut niet, maar verlengt ze perfect.
- Elke handeling begint aan de rand van de pijnregio om die vervolgens te naderen.
- Het palperen van de anatomie vormt de leidraad voor de therapeut.

De ideale greep

- Houd het handvat van de haak in pincet-greep.
- Houd de wijsvinger op de plaat van de haak.
- Plaats de duim in oppositie.



Het Trio van Puncti

Naast de zachte haken maken we ook gebruik van "het Trio van Puncti"

Puncti® is een trio werktuigen waarmee zeer fijn en steeds pijnloos de kleine structuren kunnen aangepakt worden.

Deze kit sluit perfect aan bij de Trigger points techniek, de behandelingen van littekens, het gladstrijken van fasciale randen en om het even welk werk met de Zachte haken



Inhoud

De opleiding bestaat uit 6 lesdagen (3 x 2).

- Introductie van de 2 technieken
- Indicaties
- Herhaling en diepgaande afbakening van anatomische structuren
 - Onderste lidmaat
 - Bovenste lidmaat
 - Wervelzuil