Fasciatherapie

Een vernieuwende therapie voor lichaam en geest

De fasciatherapie methode Danis Bois (MDB) is een zachte, niet manipulatieve vorm van behandelen. Oorspronkelijk werkte deze enkel op het lichaam en het goed functioneren ervan. Ondertussen is de fasciatherapie geëvolueerd tot een benadering die ook rekening houdt met de vitale, psycho-emotionele en gedragsmatige factoren die vaak de problematiek mede in stand houden. Het is dus een wel onderbouwde therapie waarbij de behandeling start vanuit de mogelijkheden van de patiënt.

Fasciatherapie in het kort

- Bij de fasciatherapeut kan je terecht voor zowel lokale, lichamelijke klachten als voor algemene klachten waardoor je als persoon in het dagelijkse leven minder goed functioneert.

- Zachtheid, traagheid en precisie onderscheiden deze therapie. De fasciatherapeut werkt niet zozeer met een externe, manipulatieve kracht die correcties aanbrengt, maar hij past eerder technieken toe die de interne fysiologische systemen in het lichaam activeren. Deze dragen bij tot een volledig en duurzaam genezingsproces.

- In een behandeling fasciatherapie wordt soms om een specifieke medewerking van de patiënt gevraagd. Dit kan gaan van het aandachtig volgen van het verloop van de behandeling tot het actief uitvoeren van oefeningen. Deze hebben zowel een lichamelijke als geestelijke inwerking. Doelgerichte aanwijzingen en vragen van de therapeut helpen de patiënt daarbij. Ook deze aspecten zullen bijdragen tot een betere duurzaamheid van de bekomen resultaten.

- De therapie bestaat uit drie luiken: de manuele therapie, de oefentherapie en het gesprek. Het doel is dat de patiënt zichzelf in eigen handen leert te nemen en zoveel mogelijk therapeutonafhankelijk wordt.

Toepassingsgebieden

De fasciatherapie is een pedagogische therapie voor mensen met allerhande lichamelijke klachten en voor mensen met problemen van psychologische oorsprong. Zo kan je bij een fasciatherapeut onder andere terecht voor:

Aandoeningen van het bewegingsapparaat

- Rug- en nekklachten
- Spier- en gewrichtsaandoeningen
- Artrose

Functionele aandoeningen

- Migraine en hoofdpijn
- Constipatie, verteringsproblemen
- Vermoeidheid
- Slaapstoornissen
- Ademhalingsproblemen
- Chronisch vermoeidheidssyndroom (CVS)
- Fybromyalgie

Bij kinderen en pasgeborenen

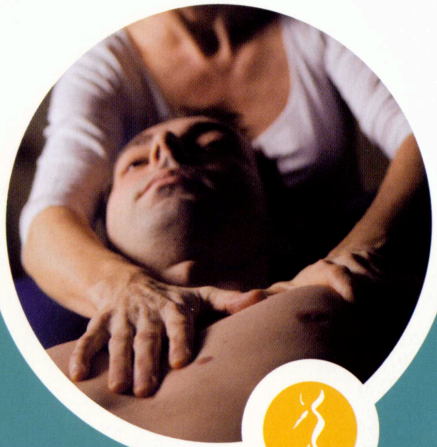
- Reflux- en slaapstoornissen
- Orthopedische groeiproblemen
- Angsten en hyperactiviteit
- Faalangst

Vormende begeleiding bij

- Persoonlijke ontwikkeling
- (Preventie van) stress
- Zich niet goed in zijn vel voelen
- Angsten en concentratieproblemen
- Gebrek aan zelfvertrouwen
- Tekort aan assertiviteit
- Depressie
- Burn-out

Ter ondersteuning bij

- Het optimaliseren van sportprestaties
- Pijnbestrijding
- Palliatieve begeleiding
- Zwangerschapsbegeleiding



Meer *inlichtingen*

www.fascia.be

BFmdb vzw Secretariaat
Kaasmarkt 43/1 - 1780 Wemmel
Algemene informatie: info@fasciatherapeuten.be
Informatie over opleidingen: info-vl@fascia.be

In samenwerking met het European College of Fasciatherapy

De opbouw van een behandeling

Een behandeling fasciatherapie kan bestaan uit een manuele behandeling, een bewegingstherapie en een verklarend/educatief gesprek.

Manuele behandeling

Om weefsels, gewrichten, zenuwen en bloedvaten opnieuw vrij te maken, maakt de fasciatherapeut gebruik van heel subtiele en trage druk- en rektechnieken. Die kan hij combineren met mobilisaties, wat het bewegingspatroon corrigeert. Een juist bewegingspatroon draagt bij tot een snellere genezing en voorkomt dat het letstel opnieuw ontstaat.
De manuele benadering omvat ook technieken die de circulatie van de lichaamsvloeistoffen opnieuw in evenwicht brengen met een betere uitwisseling van voedingsstoffen en gezondere weefsels tot gevolg. Dit noemen we 'pulsologie'.

Soms wordt aan de patiënt gevraagd om aandachtig te volgen wat de therapeut uitvoert en wat hij als reactie in het lichaam ervaart. Deze betrokkenheid draagt bij tot een betere integratie van de bekomen resultaten. Het verbetert daarenboven het contact met zichzelf. Vanaf dat moment worden psycho-emotionele factoren die de klachten negatief kunnen beïnvloeden, ook in de behandeling meegenomen.

Bewegingstherapie

Bewegingstherapie is uiterst belangrijk voor het bekomen van een duurzaam resultaat. In eerste instantie versterken we daarbij niet zozeer de spieren, maar hechten we eerder belang aan een juiste, gecoördineerde en doorleefde beweging. Dankzij de specifieke ontleding van de beweging (die we sensoriële biomechanica noemen) is het mogelijk een oefentherapie aan te bieden waarbij het spierwerk optimaal benut wordt. Bovendien zijn alle bewegingen geïnspireerd op bewegingen uit het dagelijkse leven. Dit zorgt ervoor dat de oefeningen spontaan geïntegreerd worden.De specifieke aandacht die aan de patiënt gevraagd wordt tijdens de oefensessie, versnelt het leerproces aanzienlijk. Bovendien kan deze aandacht ook hier gebruikt worden om beter contact te nemen met zichzelf, zodat ook de psycho-emotionele factoren van de klacht aan bod kunnen komen.

Het gesprek

Tijdens en na de behandeling kan samen met de fasciatherapeut dieper ingegaan worden op de opgedane ervaringen. Zo wordt er onder andere gevraagd wat de patiënt waargenomen heeft, wat hem opgevallen is en wat hij er eventueel uit geleerd heeft. Wat hij bewust ervaart tijdens de behandeling laat hem beter toe om zijn gedragsmatige en bewegingsspecifieke onvolkomenheden te ontdekken. Dit bevordert de motivatie van de patiënt om het heft in eigen handen te nemen en zorgt er voor dat hij minder snel in zijn oude patroon zal terugvallen.

Samenvattend kunnen we stellen dat het gesprek vooral gericht is naar het zoeken van elementen die bijdragen tot oplossingsmogelijkheden voor de problematiek van de patiënt. Dit is een nieuwe manier van bewust worden die eenvoudig kan worden aangeleerd dankzij de aanwijzingen van de therapeut. Zo mag het duidelijk zijn dat de fasciatherapie zowel een genezende als een vormende rol speelt in het helingsproces, in het omgaan met ernstige aandoeningen en/of het begeleiden van persoonsgebonden klachten (zie lijst toepassingsgebieden).