



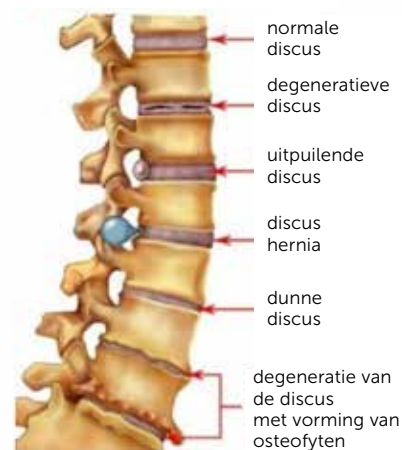
### Dr. A. Mulder

Praktijk voor Musculoskeletale geneeskunde en buitengewoon lid Nederlandse Orthopeden Vereniging  
Van de Mortelstraat 204  
2203 JL Noordwijk  
Tel. (071) 362 0582  
[www.sportmed.nl](http://www.sportmed.nl)



Rugklachten zijn wereldwijd een groot probleem. Soms hoor je mensen verzuchten dat het beter was geweest als we nooit rechtop waren gaan staan, net zoals andere dieren. Bij de meeste dieren staan pasgeboren jongen meteen op hun poten en lopen ze weg. Bij mensen is dat anders. Een menselijk kind moet leren staan en lopen. Het bewegingsapparaat moet als het ware 'geprogrammeerd' worden, en daar zit vaak het probleem.

### Aandoeningen van de tussenwervelschijven of de discus



## Een frisse kijk op rugklachten

De Musculoskeletale Geneeskunde omvat verschillende benaderingen, zoals orthomaneuele en manuele geneeskunde, die vergelijkbaar zijn met chiropractie en manuele therapie, maar een andere en misschien specifiekere aanpak hebben. Het uitgangspunt is dat de rug uit balans is, wat leidt tot strakke spiergroepen en pijn. Deze geneeskunde kent meerdere methoden, die allebei effectief zijn, zoals bleek uit een wetenschappelijk onderzoek in 2020. In dit onderzoek werden 1300 patiënten een half jaar lang gevolgd nadat ze behandeld waren door Musculoskeletale artsen. Het resultaat was gemiddeld genomen positief, met tevredenheid bij ongeveer 70% van de patiënten. Opmerkelijk was dat alle patiënten eerder al behandelingen hadden ondergaan bij fysiotherapeuten, manueel therapeuten, chiropractors, neurologen of orthopeden.

Vooraf bij de orthomaneuele artsen staat het bekken centraal als fundament voor de romp. De hele wervelkolom steunt op het heiligbeen. Rugklachten, zowel chronisch als acuut, kunnen verschillende oorzaken hebben, zoals zwangerschap, een val, botsing, zowel in de kindertijd als later in het leven. Ook overbelasting door werk of sport kan klachten veroorzaken, vaak verergerd door verkeerde training of houding.

De Musculoskeletale artsen proberen de wervelkolom en het bekken in een meer natuurlijke positie te brengen, zodat alles soepel kan bewegen. Daarnaast is het aanleren van een goede houding, het afleren van verkeerd spiergebruik en het aanleren van rompstabiliteit (inclusief

aandacht voor de bekkenbodem bij vrouwen) belangrijk, vaak in samenwerking met fysiotherapeuten.

Wat de Musculoskeletale artsen onderscheidt, is dat ze daadwerkelijk artsen zijn. Ze hebben allemaal een medische opleiding afgerond en zijn daarna gespecialiseerd in Musculoskeletale geneeskunde. De meesten van hen hebben een achtergrond als huisarts, sportarts, bedrijfsarts, revalidatiearts of zelfs neurochirurg.

Door deze medische achtergrond hebben ze meer kennis van complexere oorzaken van bewegingsapparaat klachten, zoals verschillende soorten hernia's, facetartrose en stenoses. Hierdoor kunnen ze efficiënter doorverwijzen naar gespecialiseerde medische zorg. Vaak zijn deze artsen zelf Musculoskeletale artsen geworden omdat ze zelf rugklachten hadden en hierdoor behandeling zochten, of omdat ze patiënten hadden die op deze manier werden behandeld.

Hoewel Musculoskeletale artsen rugklachten effectief kunnen behandelen en klachten vaak snel kunnen verminderen, is volledige genezing van rugklachten tot op heden niet haalbaar gebleken.

Mulder: 'Het voordeel van behandeling in mijn praktijk is wel dat ik al na twee of drie behandelingen weet of ik voor verlichting of verbetering van de klachten kan zorgen. De kosten voor therapie blijven zo beperkt. Als ik mensen niet kan helpen, dan weet ik naar welke arts of voor welke behandelingsmethode het beste gekozen kan worden, zodat de klachten alsnog aangepakt kunnen worden.'