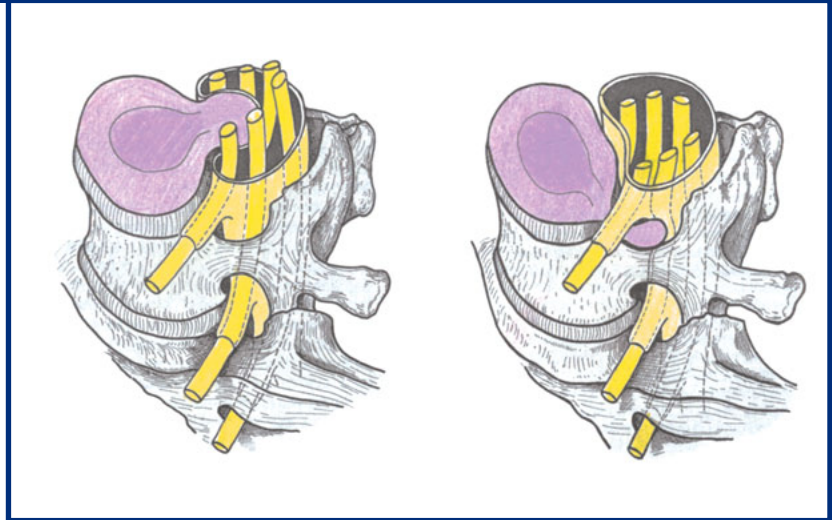


Hernia



Centrale en Laterale Hernia



Sander Daams DC

Geregistreerd lid:
Stichting Chiropractie Nederland
Nederlandse Chiropractoren Associatie

Er zijn vele soorten hernia's, maar de hernia waar ik het over zal hebben is de uitstulping van de tussenwervel schijf (hernia nucleus pulposes). Er is hier sprake van een uitstulping van de tussenwervel schijf, waarbij er al dan niet sprake is van een irritatie / compressie van het ruggenmerg of een zenuwwortel.

Hernia's kunnen zowel in de nek als ook in de middenrug en onderrug voorkomen. In de onderrug beperken 90% van de hernia's zich tot het L4-5 en L5-S1 niveau. Hierbij stralen de klachten door tot onder de knie en trekken meestal door in de kuit en voet. Symptomen die op kunnen treden zijn o.a. pijn, doof gevoel, tintelingen, krachtverlies en in extreme gevallen zelfs incontinentie.

In tegenstelling tot wat veel mensen denken, worden de zenuwwortels in verreweg de meeste gevallen niet bekneld, maar is er slechts sprake van een lichte druk op de uit tredende zenuwwortel. Elke zenuw wordt omhuld door een soort van mantel (denk hierbij aan een stroomkabel voor buitengebruik), deze mantel kan niet oprekken. Als de zenuw wordt geïrriteerd, dan ontstaat er een ontstekingsreactie. Deze reactie gaat gepaard met zwelling, echter doordat de mantel om de zenuw niet mee kan rekken, neemt de druk op de zenuwwortel toe. Hierdoor wordt de irritatie verergerd en nemen de klachten toe.

De chiropractor zal door middel van behandelingen en oefeningen trachten meer ruimte te creëren voor de zenuwwortel om zodoende de irritatie te verminderen. Deze behandelingen zijn niet risicovol en er is doorgaans verschil merkbaar binnen 4-6 behandelingen.

Behandelingen bestaan veelal uit behandeling van rug en bekken door middel van onder anderen: Flexie-distractie techniek, Blocking techniek, lichte manipulaties, Mc Kensie extensie oefeningen en Triggerpoint therapie.