

De McKenzie methode

De Mechanische Diagnose en Therapie voor a-specifieke rugklachten is in de jaren vijftig ontwikkeld door Robin McKenzie, een fysiotherapeut uit Nieuw Zeeland. Het blijkt dat voor 80% van de rug- en neklachten geen duidelijke oorzaak aan te geven is. Juist met deze a-specifieke rug- en neklachten houdt het McKenzie concept zich bezig.

Zowel voor diagnose en therapie gebruikt McKenzie een model gebaseerd op de symptomen van de patiënt. Door te bepalen welke mechanische factoren (houdingen en bewegingen) van invloed zijn op het klachtenpatroon van de patiënt wordt duidelijk welke oefeningen en adviezen voor het dagelijks leven van de patiënt gegeven kunnen worden.

Het doel van deze benaderingswijze is de patiënt onafhankelijk van therapie en therapeut te maken en de kans op herhaling te verkleinen.

De zelfwerkzaamheid van de patiënt staat hierbij centraal.

De McKenzie therapie is grotendeels "hands-off" voor de therapeut.

Slechts wanneer de patiënt het niet meer alleen kan zal de therapeut gerichte therapeutische technieken gebruiken.

Voor meer informatie: www.McKenzie.nl