



Integratie

Chronische bekkenpijn
Basismodule Profundum

1



Leuk filmpje



2



World Physiotherapy Day – chronic pain

Pain persists in response to being overly sensitive to a perceived threat of harm to your body despite the absence of tissue damage

World Physiotherapy Day – 8 sept 2019

Wat is weefselschade?

Oefenen kan helpen om meer bewegelijkheid en kracht te krijgen. **Bukken en tillen** zijn normale bewegingen en zijn veilig. Veel vormen van oefening, zoals krachttraining, kunnen positieve effecten hebben.

Felton over pijn
Acute pijn: verschijnt 600 voor mogelijk weefselschade. Pijn treedt op als bescherming of opsporingsmechanisme om schade te voorkomen.
Chronische pijn: heeft meestal geen relatie met weefselschade en kan vele jaren aanhouden.
In alle richtlijnen wordt oefenen als onderdeel van de behandeling van chronische pijn aanbevolen – Vraag het uw fysiotherapeut, de expert in beweging

A: "Er is iets kapot, een gebroken bot, een gescheurde spier of pees"

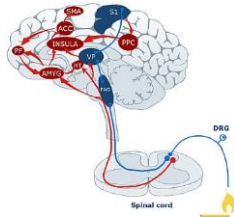
B: "Er is iets mis in het weefsel"

C: "Ik weet het niet zeker"

3



Neuromatrix



"Train the brain to lessen chronic pain" – Moseley, 2012

4



Pijn

Nocisensoriek



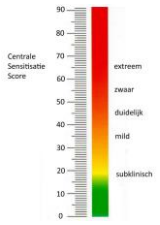
Gevoeligheid zenuwtelsel

Pain is a subjective expression of objective information. Roth 2005

5

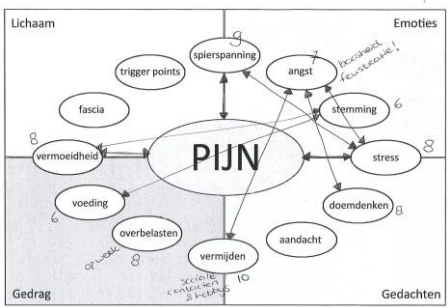


Sensitisatie



Central Sensitivity Inventory (CSI)

6



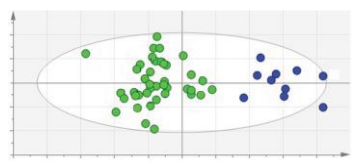
7



Neuroinflammation!

Hence, FM seems to be characterized by objective biochemical alterations, and the lingering characterization of its mechanisms as essentially idiopathic or even psychogenic should be seen as definitively outdated.

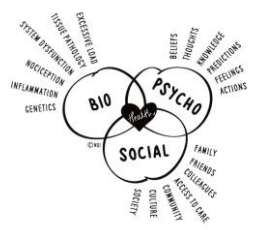
Bäckryd, 2017



8



Bio-Psycho-Sociaal



Explain Pain Supercharged Butler and Moseley

9



Nocisensoriek



"This suggests that fascia rather than muscle tissue is important in Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS) associated sensitisation."

(Gibson, 2009)

10



Issues in Tissues



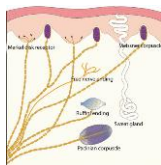
Maybe we have been focussing on the wrong tissues!

11

11



Nociceptie



mechanosensoren

chemosensoren

thermosensoren

12

12



Thermosensoren?

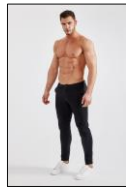


13

13



Mechanosensoren?



14

14



Chemosensoren?

Ontsteking

pH ↓

Ischaemie



Effecten:

- Sensitisatie andere nocisensoren
- Ingroei nocisensoren
- Waking up 'sleeping nociceptors'

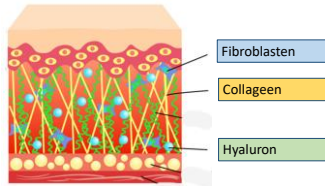
Motor control ↓

15

15



Extra-cellulaire matrix



Primaire functie van de extra-cellulaire matrix is bescherming van de cel!

16

16



Nociceptie

Nociceptie = ontsteking ✗ belasting

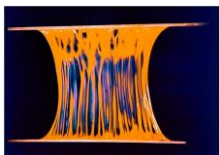
Pijn = ontsteking ✗ belasting ✗ sensitiviteit

17

17



Densificaties en dehydratie



Focus on Fluids!

Densification means stagnation

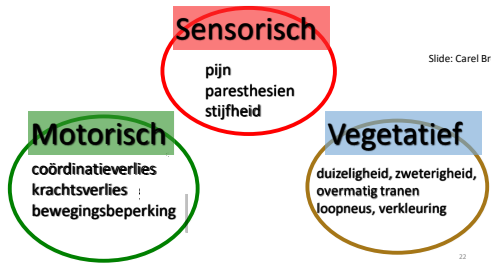
Dehydration means increased inflammation

18

18



Trigger points veroorzaken



Slide: Carel Bron

22

22



Relatie met bekkenklachten

- endometriosis (Jarell, 2011)
- interstitial cystitis (Weis, 2001)
- irritable bowel syndrome, dysmenorrhea, or prostatitis (Doggweiler-Wigul, 2004)
- bladder and urogenital region (Anderson et al. 2006, 2009, 2011)
- tinnitus (Rocha and Sanchez 2007)

23

23



Triggerpoints

Bekkenpijn:
 Zeer vaak: mm adductoren longus en br, bekkenbodem
 Vaak: pectineus, add magnus
 Primair: ilopsoas



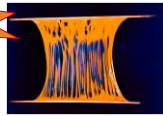
(Gautschi 2019)

24

24



TrP's continuüm



TrP as a fascia-related disorder

25

25



TrP behandeling – Dry Needling



26

26



Gliding techniques versus ischaemic compression



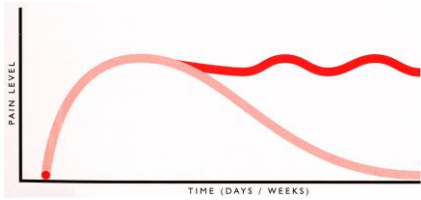
- Liquify Hyaluronan (Stecco)
- Stretching collagen fibers 5% (van Wingerden 1995)
- Excite Ruffini's → Sympaticus ↓ (Schleip 2003, Staubsand and U 1996)

27

27



Verschil tussen acute en chronische pijn



(Butler – explain pain)

28

28



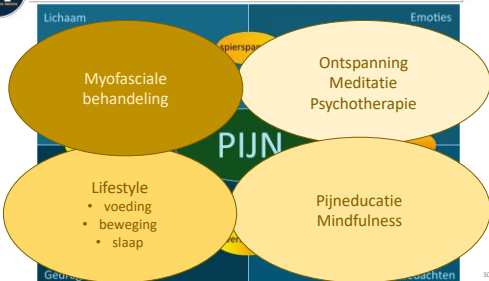
Pijn



29



Integratie



30
