



ONZE RUG

Onze wervelkolom is uniek. Haar speciale dubbele S-vorm stelt ons onder andere in staat rechtop te lopen. Het beschermt ook het ruggenmerg met zijn zenuwen. De wervelkolom bestaat uit 24 wervels, het heiligbeen en het staartbot. De rugwervels worden in de cervicale, thoracale en lumbale wervels onderverdeeld. Tussen de wervellichamen zitten de z.g. tussenwervelschijven, die als gelkussens met vloeistof zijn gevuld, en zorgen voor een betere mobiliteit van de wervelkolom. Tegelijkertijd dienen ze als „schokdempers“ en om de wervellichamen te beschermen tegen schade door slijtage. De wervelgewrichten verbinden de wervels onderling.

De wervelkolom wordt gestabiliseerd door een systeem van ligamenten en spieren. Als deze worden verzwakt, heeft dat onmiddellijk effect op de veerkracht en belastbaarheid van de rug. Daarom is een goed ontwikkelde rugspier bijzonder belangrijk voor het voorkomen van rugklachten en om de wervelkolom te ontlasten.

Stima**WELL**® 120MTRS

UW VOLGENDE AFSPRAAK

DAG	DATUM	TIJD

UW PRAKTIJK



schwa-medico
MEDISCHE APPARATEN

Uw competente partner voor pijntherapie, revalidatie

Wij hebben iets tegen RUGPIJN!



PATIËNTINFORMATIE

DYNAMISCHE DIEPTE GOLVEN

Bijna iedereen kent het en velen worden er vaker mee geconfronteerd: **RUGPIJN**.

Vandaag de dag zijn het niet meer alleen de ouderen die problemen hebben met hun rug, ook jonge mensen en zelfs kinderen klagen vaker over „de rug“.

Daar zijn vele oorzaken voor aan te wijzen.

Maar rugpijn hoeft niet altijd een drama te zijn: Ondertussen zijn er effectieve therapiemogelijkheden, die de pijnklachten bestrijden, maar ook bijdragen aan de behandeling van de pijnoorzaak.

Stima**WELL**® 120MTRS

DYNAMISCHE DIEPTE GOLVEN



SUCCESVOLLE BEHANDELING VAN RUGKLACHTEN

De juiste therapie is altijd afhankelijk van de oorzaak van de rugklachten. Naast medicatie zijn er veel vormen van therapie waarmee rugpijn kan worden behandeld.

Uw arts of therapeut zal u helpen de juiste therapie te kiezen. Een effectieve vorm van therapie voor rugpijn is TENS (Transcutane Elektrische Stimulatie van de Zenuw). De zenuwen worden gestimuleerd door zachte elektrische impulsen en lichaamseigen pijnstillende stoffen (o.a. de z.g. „gelukshormonen“) komen vrij.

Daarnaast helpt versterking van de rugspieren om spierpijn te verminderen en de belasting van wervellichamen en tussenwervelschijven te verlichten.

Ook warmtebehandeling is een beproefde methode om verharde rugspieren te ontspannen en pijn te verlichten. Daarnaast worden meestal therapeutische massages gebruikt om rugklachten te behandelen.

Extra ontspanningsmethoden kunnen nuttig zijn bij stress gerelateerde rugpijn.

OORZAKEN VAN RUGKLACHTEN

Rugpijn heeft vele oorzaken. De meest voorkomende zijn een verkeerde houding en eenzijdige belasting van de rugspieren. De gevolgen zijn vaak spanningen en verharding van de spieren, die op hun beurt rugpijn veroorzaken.

Slijtage van tussenwervelschijven, wervellichamen en wervelgewrichten veroorzaken ook vaak dergelijke problemen. Artrose (gewrichtsslijtage) en stenose (vernauwing van het wervelkanaal) kunnen de ruggenmerg- zenuwen irriteren en leiden tot aanhoudende klachten.

Bij een hernia kan bijvoorbeeld de „gelkern“ uit de beschadigde schijf komen, op de ruggenmergzenuwen drukken en hevige pijn veroorzaken. Naast fysieke oorzaken kunnen

mentale oorzaken zoals stress, overbelasting en depressie ook bijdragen aan rugpijn.

Het is belangrijk dat u altijd uw arts raadpleegt als u rugpijn heeft. Hij/zij kan bepalen waar de triggers voor uw klachten liggen.

StimaWELL® 120MTRS PIJNTHERAPIE, SPIERSTIMULATIE, WARMTEBEHANDELING & DYNAMISCHE DIEPTE MASSAGE

Het StimaWELL®-systeem is speciaal ontwikkeld voor de behandeling van rugpijn. De stimulatiemat combineert kalmerende warmte en zachte dynamische diepe stroomgolven in een uniek totaalpakket.

Het StimaWELL®-systeem kan tevens worden gebruikt voor pijnbestrijding, en om de spieren te versterken en door diepe massages te ontspannen.

Een combinatie van de meest gevarieerde programma's zorgt voor een breed scala aan therapeutische opties.

PIJNMANAGEMENT

Middels zachte impulsen van de dynamische diepe golven, komen endorfines („gelukshormonen“) vrij door gerichte elektrostimulatie van zenuwen en spieren. Deze opioïde peptiden werken als neurotransmitter en zijn verantwoordelijk voor de verlichting van de pijn in het menselijk lichaam.

VERSTERKING VAN DE RUGSPIEREN

De dynamische diepte golven van het StimaWELL®-systeem stimuleren de spieren om samen te trekken zonder ze bewust aan te spannen. Op deze manier kunnen patiënten met pijn gerelateerde bewegingsbeperkingen ook worden ondersteund bij het opbouwen van hun rugspieren.

MASSAGES

Dankzij de speciale stimulatiemat met in totaal 12 kanalen ervaart u met het StimaWELL®-systeem stimulerende diepe rugmassages, die bijna niet van handmassages te onderscheiden zijn. Naast klassieke massage kunt u ook de dynamische dieptegolven gebruiken. Daarmee kunt u volledig tot rust komen en ontspant u volledig.

WARMTETHERAPIE

De StimaWELL®-stimulatiemat kan tot 40 °C worden verwarmd. Dit maakt extra warmtetherapie mogelijk, wat bijdraagt aan een nog intensievere ontspanning en meer pijnverlichting.

HEEFT U VRAGEN?

Uw arts of therapeut geeft u graag advies over de behandeling met het StimaWELL®-systeem en stelt een individueel behandelplan op. U kunt het beste meteen een afspraak maken.

Wij wensen u het allerbeste en een sterke, gezonde rug!

