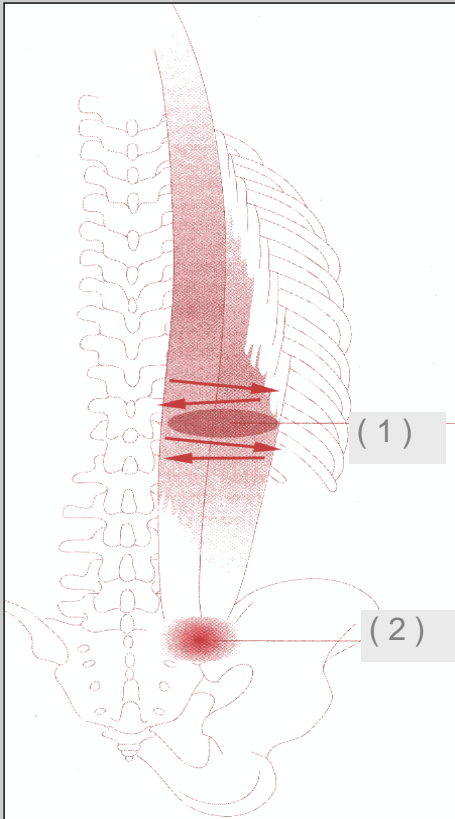


ROPTROTHERAPIE



Diepe dwarse fricties ter hoogte van vooraf klinisch gevonden spierverhardingen (1),verminderen de pijn lager in de rug (2)....!

Waarom Roptropraxis ?

Diepe dwarse frictie wordt al eeuwenlang, in verre oosterse landen, toegepast ingeval van musculo-skeletale pijn.

Het is de bedoeling om verhardingen die aanwezig zijn in de spieren los te maken ten einde op lange termijn gewrichten weer beweeglijker te maken en de oorspronkelijke pijn te reduceren.

De behandeling duurt in totaal (+/-) 30 minuten, waarbij gestart wordt met een druk van 3-4 Kg/cm² per spierverharding. Er wordt gebruik gemaakt van een **bronzen T-bar** (gewicht = 0.80 Kg).

Deze methode wordt "**Roptrotherapie**" of "**Roptropraxis**" genoemd.

Men veronderstelt dat een spierverharding het resultaat is van bindweefselverklevingen in het centrale deel van de spier.



Roptrotherapie is aangewezen bij goedaardige **chronische** aandoeningen zoals:

- › Lage rugpijn (met of zonder uitstraling);
- › Nek & spanningshoofdpijn;
- › Schouderpijn;
- › Tenniselleboog edm...

Zelfs indien de aandoening jaren aanwezig is, blijkt deze methode effectief te zijn.

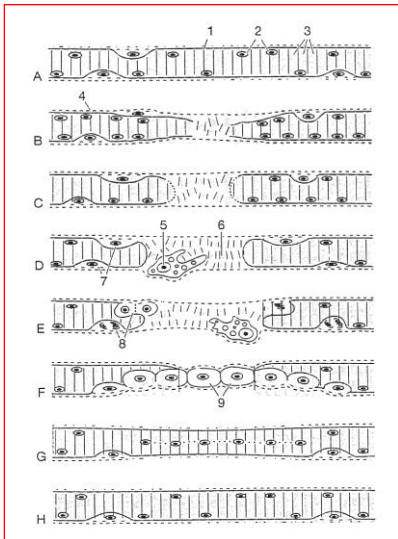
Bij sporters is deze techniek aan te bevelen bij subacute letsels (3-12 weken) zoals na een spierverrekking ter hoogte van de:

- Knie en/of heup (adductoren);
- Spieren van de wervelkolom.

Dit fenomeen kan het gevolg zijn van:

- overdreven spierarbeid;
- spiervereking (bij sporters!);
- virale spierontsteking (na een angina);
- na het beleven van een hevige emotie (stress).

Het effect van deze techniek ligt eerder in het herstellen van verhard en verkleefd spierbindweefsel, op zodanige wijze dat een volledig herstel mogelijk is na 6 weken [1-4].



De methode is bij aanvang eerder pijnlijk te noemen, maar na enkele sessies is de toepassing ervan beter te verdragen. Het is dus niet aan te raden bij té gevoelige persoonlijkheden....

Men dient ook rekening te houden met het feit dat sommige mensen gevoelig zijn na de allereerste behandeling aan:

- een vermoeidheid, zelfs slaperigheid (2 dagen);
- blauwe plekken (eerder bij vrouwen);
- een 2-tal dagen stramme gewrichten,.

Een standaard verbetering is te verwachten van:

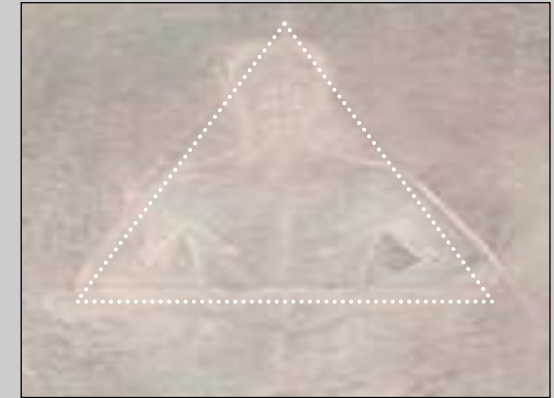
- 5-10% één week na de 1ste sessie;
- 20-50% na nog een week;
- 60-80% na nog een week.

De vierde en laatste sessie is voorzien na 3-4 weken.

Een gemiddeld genezingsproces duurt +/- 6 weken.

Referenties

1. Farasyn A. Belang van myotherapie bij non-specific chronische lage rugpijn syndromen. *Fysische Therapie* 2;9-17, 1999.
2. Farasyn A, Meeusen R. The influence of non-specific low back pain on pressure pain thresholds and disability. *European Journal of Pain* 9;375-81, 2004.
3. Farasyn A, Meeusen R, Nijs J. A pilot randomized placebo-controlled trial of roptro-therapy in patients with subacute low back pain. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation* 2007,14:111-17.
4. Farasyn A, Meeusen R. Effect of Roptrotherapy on Pressure Pain Thresholds in Patients with Non-specific Low Back Pain. *Journal of Musculoskeletal Pain* 2007;15:41-53.



ROPTROTHERAPIE

Andre FARASYN, PhD PT, DO
Assoc. prof. dr. Fac. LO &
Beweg. wetensch. a/d VUB

MYOPAIN CENTER GHENT
Krijgslaan 195
9000 - GENT

Tel.: +32.9.221.13.87

GSM: 0475. 23. 07. 06

E-mail:

andre.farasyn@vub.ac.be

andre.farasyn@telenet.be

<http://www.roptrotherapy.info>