**Bindweefselmassage: Drie perspectieven**

Inleiding

Context van de techniek

Bindweefselmassage als een techniek met een fysiologische, biologische verklaring

Bindweefselmassage vanuit een reflex theoretisch perspectief

Binweefselmassage met een energetisch doel en aangrijpingspunt

Toetsstenen therapie en therapeuten

**Inleiding**

Dit artikel is geschreven naar aanleiding van een vraag die op de Promise redactie is binnengekomen over bindweefselmassage. Is dit altijd een occulte behandelmethode? Het antwoord is niet gemakkelijk omdat er verschillende behandelmethodes zijn die zich als bindweefselmassage profileren. In zijn algemeenheid is bindweefselmassage een behandelmethode die zich richt op het bindweefsel, een complex netwerk dat organen, spieren en botten ondersteunt. De effecten ervan worden vanuit verschillende invalshoeken verklaard. De verklaring en soort technieken verschillen van elkaar. Ik benoem drie soorten bindweefselmassage waarvan de eerste twee zeker ook door christenen gebruikt kunnen worden. Allereerst wil ik u een voorbeeld geven hoe ogenschijnlijk dezelfde technieken een totaal anders verklaringsmodel hebben en daardoor ook een verschillende invloed op mensen die het ondergaan.

 **Context van de techniek**

Iedere oefening en behandeltechniek krijgt pas betekenis door de context waarin de oefening wordt aangeboden. Neem bijvoorbeeld de volgende oefening: zet de handpalmen tegen elkaar en buig de vingers van beide handen naar achteren en breng de elle bogen omhoog. Je kunt het nut van deze oefening (de context) op twee manieren duiden namelijk:

1)Dit is een rekkingsoefening voor de buigspieren van de handen, en naarmate je deze spieren oprekt, zul je als reactie meer spierlengte en ontspanning van de buigers verkrijgen, mede door de verbeterde bloeddoorstroming in de spieren.

2)Dit is een energieoefening: je kunt je energie in beide lichaamshelften visualiseren, en als je deze energie via benen en romp visualiseert, kun je ze naar de armen sturen en via de handen zenden naar je omgeving.

De fysieke, lichamelijke uitvoering van de oefening is in beide gevallen volkomen gelijk, maar toch is de impact geheel verschillend. Wat veel mensen zich niet realiseren, is dat oefeningen en behandelmethodes betekenis krijgen door niet alleen de handeling of beweging zelf, maar vooral door de betekenis die impliciet of expliciet aan de oefening gegeven wordt. Die betekenis en beleving heeft alles te maken met het mensbeeld wat men hanteert. In de psychosomatiek is de bril waardoor men de klachten bekijkt inderdaad grotendeels bepalend hoe men zich voelt en gedraagt.

**1.Bindweefselmassage als massagethechniek in de fysiotherapie (fysiologisch en biologisch)**

Vanuit een fysiologisch en biologisch perspectief beoogt bindweefselmassage de verbetering van de weefselstructuur en -functie. De massagetechnieken, zoals strijkingen, knedingen en fricties, werken op het bindweefsel door:

* **Verbetering van de doorbloeding:** De massage stimuleert de bloedcirculatie in het behandelde gebied. Dit leidt tot een betere aanvoer van zuurstof en voedingsstoffen naar de cellen en een betere afvoer van afvalstoffen. Dit bevordert de weefselregeneratie en vermindert ontstekingen.
* **Vermindering van spierspanning:** Bindweefsel is nauw verbonden met spieren. Door het losmaken van verklevingen en het verbeteren van de elasticiteit van het bindweefsel, vermindert de spierspanning en wordt de bewegingsvrijheid vergroot.
* **Verbetering van de lymfedrainage:** De massage stimuleert het lymfesysteem, wat helpt bij het afvoeren van overtollig vocht en afvalstoffen. Dit kan zwellingen verminderen en het herstelproces versnellen.
* **Verhoging van de collageenproductie:** Mechanische stimulatie van het bindweefsel kan de aanmaak van collageen stimuleren, wat bijdraagt aan de versterking en elasticiteit van het weefsel.

**2. Bindweefselmassage vanuit een reflex theoretisch perspectief (Head en McKenzie):**

Deze benadering baseert zich op de theorieën van Head en McKenzie en Teirich Leube . De bindweefselmassage van Teirich Leube is gebaseerd op het idee dat de huid en het onderliggende bindweefsel nauw verbonden zijn met de interne organen via een netwerk van fascie. Leube geloofde dat verstoringen in dit bindweefsel zoals verklevingen of verhardingen, kunnen leiden tot pijn en disfunctie in andere delen van het lichaam. De massagetechniek richt zich dan ook niet alleen op de oppervlakkige huidlagen, maar dringt dieper door tot het bindweefsel.

**Kernpunten van Leubes theorie: (**Teilich-Leube H. Bindegewebs Massage. Stuttgart, 1980. ISBN-13: 978-3437105463.)

* **Segmentale relatie:** Leube benadrukte de segmentale zenuwrelatie tussen de huid en de interne organen. Dit betekent dat specifieke zones op de huid corresponderen met specifieke organen of lichaamsdelen. Door het behandelen van deze huidzones kan de massage een positief effect hebben op de corresponderende organen.
* **Reflexzones:** De massage richt zich op specifieke reflexzones in het bindweefsel, die via neurologische en biomechanische pathways verbonden zijn met andere delen van het lichaam. Stimulatie van deze zones zou de spanning in het bindweefsel kunnen verminderen en de doorbloeding verbeteren.
* **Mechanische effecten:** De massagetechniek zelf heeft mechanische effecten op het bindweefsel, zoals het losmaken van verklevingen, het verbeteren van de elasticiteit en het stimuleren van de regeneratie van weefsel.
* **Neurologische effecten:** De massage heeft ook neurologische effecten, zoals het verminderen van pijnsignalen en het reguleren van het autonome zenuwstelsel. Dit kan leiden tot een algemeen gevoel van ontspanning en welzijn.

**Behandelmethode:**

De massage wordt uitgevoerd met specifieke, vaak intense, grepen op de huid, gericht op de zogenaamde reflexzones. De techniek vereist een goede anatomische en fysiologische kennis en een gedegen opleiding. Het is een diepe massage die niet altijd prettig aanvoelt, maar wel effectief kan zijn bij bepaalde aandoeningen. Bindweefselmassage werd beschouwd als een belangrijk onderdeel van de fysiotherapie in de jaren 60 tot eind jaren 90 van de vorige eeuw. Toch verdween het door gebrek aan bewijskracht aan het eind van de vorige eeuw uit het curriculum van de fysiotherapie. De vraag wordt opgeroepen hoe degelijk dit is onderzocht? (Dr. Anton de Wijer FysioPraxis mei 2021) Met de neurologische kennis van nu, zou men m.i. tot geheel andere conclusies moeten komen. Juist door de tegenwoordige fysiologische onderbouwing lijkt me deze methode acceptabel voor christenen. Een enkel hbo opgeleide huidtherapeut (NVAO-geaccrediteerd) bedient zich nog van deze methode.

 **3. Bindweefselmassage vanuit een energetisch perspectief:**

Energetische bindweefselmassage is een massagevorm die zich richt op het losmaken van spanningen en blokkades in het bindweefsel, waarbij men veronderstelt dat de energiestroom in het lichaam wordt gestimuleerd. Het combineert technieken van bindweefselmassage met energetische principes, waarbij zachte aanrakingen en drukpunten worden gebruikt om de energiecirculatie te verbeteren en het zelf herstellend vermogen van het lichaam te activeren. Meestal wordt de theorie van de klassieke acupunctuur gebruikt om die energiestroom via meridianen te beïnvloeden en te verklaren. Energie wordt dan Chi genoemd. (<https://stichtingpromise.nl/alternatieve-geneeswijzen/klassieke-accupunctuur/>) De massage wordt gezien als een manier om de vrije stroom van Chi (levensenergie) te herstellen. Blokkades in de energiestroom worden gezien als oorzaak van pijn en disfunctie. Men gebruikt een oud Taoïstisch mensbeeld wat on-Bijbels is en wat niet werkt. Als het wel werkt is het vaak door suggestie of geestelijke beïnvloeding die vaak ook overgedragen wordt door de geestestoestand van de behandelaar. Geen therapie die door God gezegend kan worden.

 **Toetsing behandelmethodes en therapeuten**

Resumerend doorstaan de eerste twee bindweefselmethodes de Bijbelse toets, terwijl we de energetische bindweefselmassage afwijzen. Door de grootschalige verwarring en vermenging van behandelmethodes kort nog enkele principes hoe we kunnen toetsen. Het is van belang om en de therapeut **en de** methode te toetsen. Het feit dat iemand zich christen noemt is niet altijd een garan­tie voor een goede behandelmethode.

* Voor een methode of therapie is een toetssteen: Is het voor een methode nodig om in de diagnostiek en of uitvoe­ring on-Bijbelse overwegingen te hebben. (Bijvoorbeeld te ge­loven in ander Gods/wereld/mensbeeld) Soms is een occul­te verklaring een verouderd verklaringsmodel bijvoorbeeld bij massage waarvan men vroeger dacht dat het alleen in gees­telijke handen effectief was terwijl men nu gelooft in biologi­sche en psychologische verklaringen van massage. Dat hoeft dus niet occult te zijn. Moet ik geloven in allerlei middelen (helderziendheid, mediums, magische meetinstrumenten, iris­copie etc.) om een diagnose te stellen weer wel.
* Het kan zo zijn dat een christen een occulte methode be­oefent omdat hij/zij denkt dat dit niet het geval is. Het kan ook zijn dat een niet christen een niet-occulte methode praktiseert die ook door God gezegend kan worden. Het kan ook zijn dat ie­mand een betrekkelijk neutrale methode beoefent maar in zijn behandelpakket andere wel occulte middelen heeft Het gevaar is dan dat hij/zij die zonder weten of toestemming van de client gaat vermengen.
* Ook een overmatig geloof (buiten de normale deskundig­heid) in het belang van een persoon en een groeiende afhanke­lijkheid van die therapeut of begeleider is een verkeerd signaal. (Dit kan bijvoorbeeld ontstaan bijvoorbeeld bij een haptonoom.)
* Uiteindelijk is de finale toets kan deze methode en uitvoering van de therapeut een middel zijn dat door God gezegend is of kan zijn? Dat is onder andere ook een zaak van het persoonlijk geweten. (Zie daarvoor de beschrijving van het geweten <https://stichtingpromise.nl/pastoraat/het-geweten/> )
* Iedere methode, therapeut, medicijn, advies voor een christen moet ervaren worden als een door God gegeven middel en daardoor getoetst worden en daarna dankbaar gebruikt.

**Gerard Feller juli 2025**

****