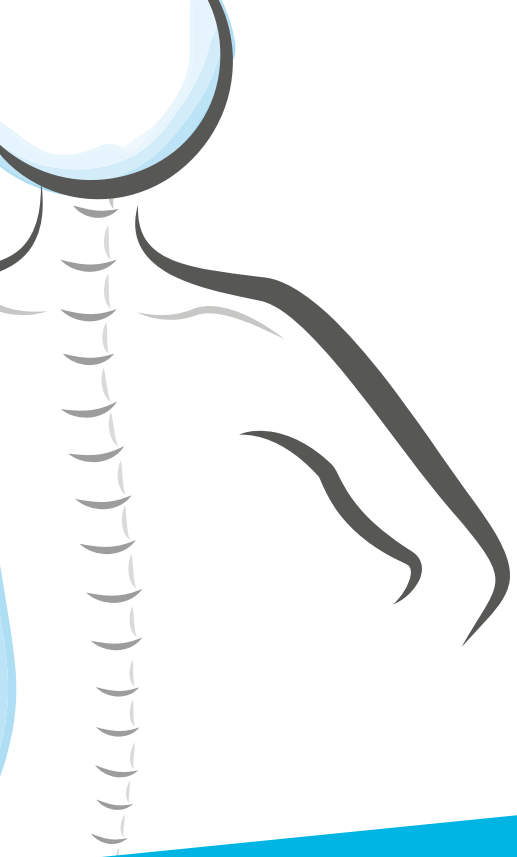




Praktijk Boisotkade is nu ook te vinden op Facebook!
Blijf op de hoogte

 [praktijk.boisotkade](https://www.facebook.com/praktijk.boisotkade)

FysioBoisot

Fysiotherapie - Manuele therapie
Orofaciale therapie - Medische trainingstherapie

HOOFDLOCATIE

Boisotkade 2
2311 PZ Leiden
071-5125765

MEDISCH TRAININGSCENTRUM

Amphoraweg 7-B
2332 ED Leiden
071-5125765

FYSIOBOISOT SASSENHEIM

Hoofdstraat 190-A
2171 BM Sassenheim
0252-255588

E praktijk@fysioboisot.nl

W www.fysioboisot.nl



FysioBoisot

Hoofdpijn

Fysiotherapie - Manuele therapie
Orofaciale therapie
Medische trainingstherapie

Hoofdpijn

Inleiding

Deze folder is bedoeld voor patiënten met klachten in het hoofd-hals-nek-kaakgebied.

Omschrijving klachten

Hoofdpijnklaften komen veel voor; 60% van de bevolking komt wel eens in aanraking met hoofdpijnklaften. Bekende en veel voorkomende vormen zijn spanningshoofdpijn en migraine. Minder voorkomend is cervicogene hoofdpijn.

Spanningshoofdpijn kenmerkt zich als tweezijdige, drukkende of knellende, matig intense hoofdpijn, gedurende minuten tot dagen. De hoofdpijn neemt niet toe bij fysieke activiteit en is niet geassocieerd met misselijkheid. De hoofdpijn kan activiteiten storen, maar meestal niet verhinderen.

Migraine kenmerkt zich als herhaaldelijk optredende hoofdpijn aan één kant van het hoofd gedurende 4 tot 72 uur. De hoofdpijn is vaak pulserend, matig tot heftig qua intensiteit en verergert bij fysieke inspanning, gaat vaak gepaard met misselijkheid en/of overgevoeligheid voor licht en geluid en verhindert de dagelijkse activiteiten.

Cervicogene hoofdpijn kenmerkt zich door hoofdpijnklaften vanuit de nek. Deze hoofdpijnklaften zijn voornamelijk gelokaliseerd aan één zijde van het hoofd. Vaak gaat deze hoofdpijn gepaard met een bewegingsbeperking in de nek. Druk in de nek kan de hoofdpijnklaften opwekken. Ook kan de pijn uitstralen in de schouder/arm aan dezelfde kant.

Onderzoek

Wetenschappelijk onderzoek naar hoofdpijnklaften is vol in ontwikkeling. Er is aangetoond dat er een duidelijke verbinding is tussen hoofdpijnklaften en functiestoornissen in de hoge nek, hals en het kaakgebied. Denk aan overmatige spanning van de

nekspieren bij de schedelbasis, kaakspieren en spieren langs de hals naar de schouderregio. Maar ook aan verminderde bewegelijkheid van de nek en daarmee meer prikkelbaarheid van de hoge nekwervels.

Behandelplan

Middels verschillende "hands-on" behandeltechnieken kunnen we samen met u proberen de spanning te laten verminderen en de belastbaarheid van de hoofdregio te laten vergroten. Daarnaast zullen er oefeningen en adviezen besproken worden gericht op uw houding en het versterken van verschillende spiergroepen om herhaling van klachten te kunnen voorkomen.

Behandelproces

Tijdens een vraaggesprek worden uw klachten geanalyseerd en op basis daarvan een eerste diagnose gesteld. Middels aansluitend onderzoek zal worden bepaald welke behandelbare grootheden er zijn en hoe deze in samenwerking met u worden aangepakt. Dit kan middels behandeling vanuit de nek en/of kaakgebied zijn. Ook zullen er oefeningen voor de hoge nek en houding van de nek en het hoofd in meer algemene zin besproken worden.

Wij behandelen middels manuele therapie, orofaciale therapie, dry needling en de methode van Watson.

Samenwerking

Binnen de praktijk is er een nauwe samenwerking op de locatie Boisotkade met gespecialiseerde psychologie en oefentherapie Mensendieck.

Daarnaast bestaan er nauwe samenwerkingen met verschillende medische disciplines: huisarts, tandarts, bijzondere tandheelkunde (kaakchirurg, gnatologie), KNO-arts en de hoofdpijnpoli.

Behandelaren

Niels Kooijman MSc, orofaciaal manueel therapeut.
Matthijs van Kamp, master manueel therapeut en dry needling therapeut.



Contact

Locatie Boisotkade & locatie Sassenheim

Op werkdagen is de praktijk bereikbaar van 8.30 – 13.30 uur.

Locatie Boisotkade

Boisotkade 2
2311 PZ Leiden
Tel: 071-5125765
www.fysioboisot.nl

Locatie Sassenheim

Hoofdstraat 190-a
2171 BM Sassenheim
Tel: 0252-255588
www.fysioboisotsassenheim.nl

Mail: praktijk@fysioboisot.nl

Voor meer informatie verwijzen wij u graag naar onze website. Daarnaast kunt u bellen voor een vrijblijvend overleg."