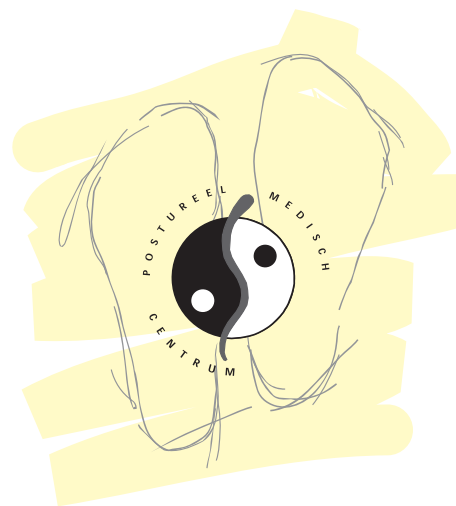


POSTUREEL

NIEUWSBRIEF VAN HET
POSTUREEL MEDISCH CENTRUM
JAARGANG 4 / no.5 NOVEMBER 2016



HALLOWEEN

De dag voor Allerheiligen is vanouds een traditie om de geesten af te schrikken. Inmiddels worden met horrorclowns, kettingzagen en veel namaakbloed ook de levenden flink de stuipen op het lijf gejaagd.

Bloed, of eigenlijk doorbloeding, daar weet Arianne de Koomen alles van.

Zij komt bij ons in de praktijk werken als zelfstandig spatadertherapeute en daarnaast doet zij ook ontspanningsmassages. Aan dat laatste hebben we direct na Halloween misschien wel de meeste behoefte.



BLOEDCIRCULATIE

Spatadertherapie is een massage-therapie die de doorbloeding van de benen verbetert. Door een regelmatige massage worden afvalstoffen die klachten in de benen veroorzaken zoals kramp, pijn, moeheid, zwaarte, jeuk, onrust, zwelling, weer voldoende afgevoerd. Daarnaast zorgen

oefeningen en leefregels dat het zelfherstellend vermogen van het lichaam op een natuurlijke manier wordt aangesproken. De conditie van uw benen kan hierdoor aanzienlijk verbeteren. De therapie is een alternatief voor steunkousen of operatieve ingrepen maar kan ook na operaties (bijv. heup, knie, enkel, spatader) bijzonder helend zijn. *“Zorgen voor je benen is zorgen voor jezelf”.*

Op 10,17 en 24 november geeft Arianne de Koomen kennis-makingsmassages in de praktijk tegen gereduceerd tarief à € 37,50 (normale tarief is € 52,-)

Afspraak? thalassa@kpnmail.nl
of 015-3642602/06-40273173

ZOLENMAKER

Peter Wernert, sinds 2007 onze zolenmaker, is begin juni ernstig ziek geworden. Diverse ziekenhuisopnames en operaties hebben niet kunnen voorkomen dat hij uiteindelijk op 28 oktober is overleden.

Wij zijn erg verdrietig dat wij Peter moesten verliezen.

Wij wensen zijn gezin veel sterkte toe. Richard Flipse heeft het werk in augustus van Peter overgenomen.

HOMEOPATHIE EN BLOEDCIRCULATIE

In de nieuwsbrief no.3 van april 2015 werden twee homeopathische middelen genoemd om de bloedcirculatie te bevorderen: Ginkgo is werkzaam voor de slagaders, de arteriën. Kastanje werkt op de venen.



Toverhazelaar versterkt de vaatwand, vermindert “het lekken” en werkt zo nog beter dan kastanje op de venen van de bloedcirculatie.

Over een paar maanden kunt u genieten van de toverhazelaar met die heerlijk geurende, gele draadachtige bloemen.

SPATADEREN

Eigenlijk is spatader wel een beetje een eng woord. Zeker als je zo’n dikke blauwe kronkel over het been ziet lopen denk je al snel: “als die maar niet uit elkaar spat!” Spatten, spetteren, spuiten.... We zijn weer terug bij Halloween!

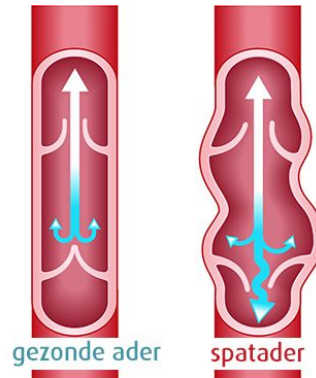
Een Oud-Nederlandse tekst schrijft dat “spat” een hard gezwel is in de enkel van een paard. Het zou veroorzaakt worden door verdikkingen in de wand van bloedvaten (bloedspatten of aderspatten). Het dikke bloedvat dat op die enkel te zien was werd dan spatader genoemd.

Minder eng? Nou nee.

SPATADER II

Slagaders zijn stevige, sterk elastische bloedvaten die zuurstofrijk bloed onder hoge druk van het hart naar de organen

vervoeren. Het zuurstofarme bloed stroomt onder een lage druk door de



venen terug naar het hart. Venen zijn bloedvaten met een minder stevige, minder elastische wand. In de venen bevinden zich

kleppen die zorgen dat het bloed maar in één richting (naar het hart) kan stromen. Elke keer dat een spier in het been samentrekt worden de venen dichtgeknepen en wordt het bloed dankzij die kleppen naar het hart toe geperst. Als iemand aangeboren zwakke vaten heeft of veel staat en de beenspieren dus weinig gebruikt, komt er zoveel druk op de venen dat ze gaan uitzetten. De kleppen sluiten niet goed meer, er blijft extra bloed achter in de vaten. Net als een kronkelende beek in een landschap meer water kan herbergen zo gaat ook de ader kronkelen en wordt dan een spatader genoemd. Maar gelukkig, spatten doet ie dus niet.

TENENMASSAGE

Nog geen sinterklaassurprise? Wat denkt u van een **tenenmassage** voor uw partner? Dinsdag 29 november van 19.30–21.30 uur geeft Vincent van Pelt een gratis workshop in het Postureel Medisch Centrum. U kunt zich aanmelden per twee personen.

