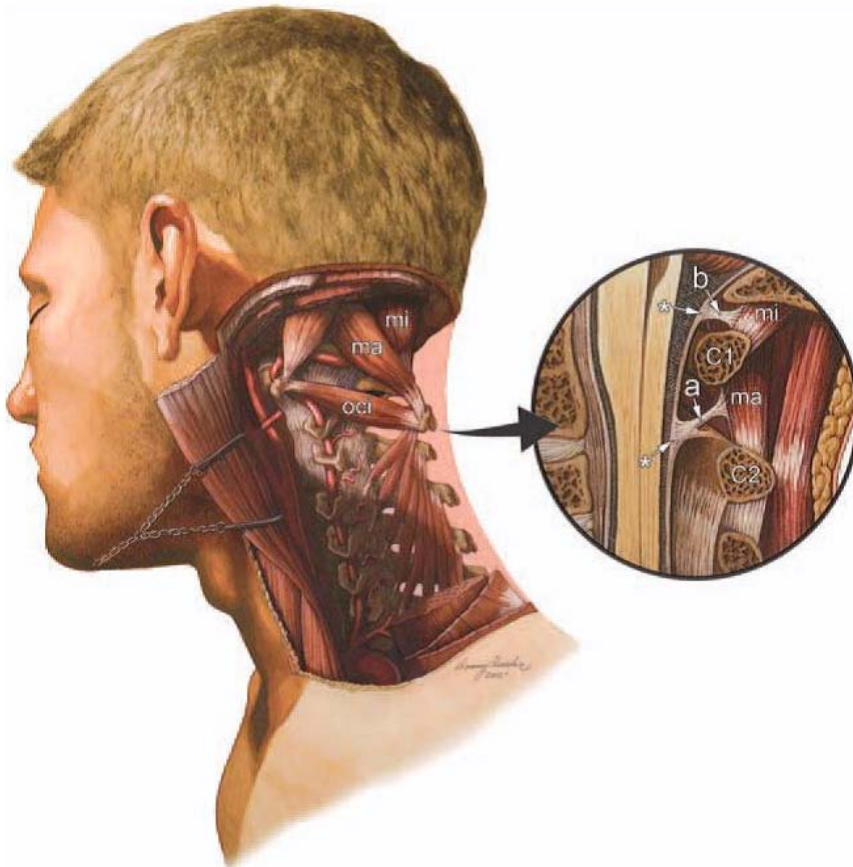


Deze ABR-column gaat over de nek. De belangrijke verbinding tussen ons hoofd en de rest van ons lijf. Het is in die nek een druk verkeer van bloedvaten en zenuwbanen, en er zitten veel spieren en spiertjes die je in staat stellen om je hoofd rechtop te houden en je te oriënteren op de omgeving.

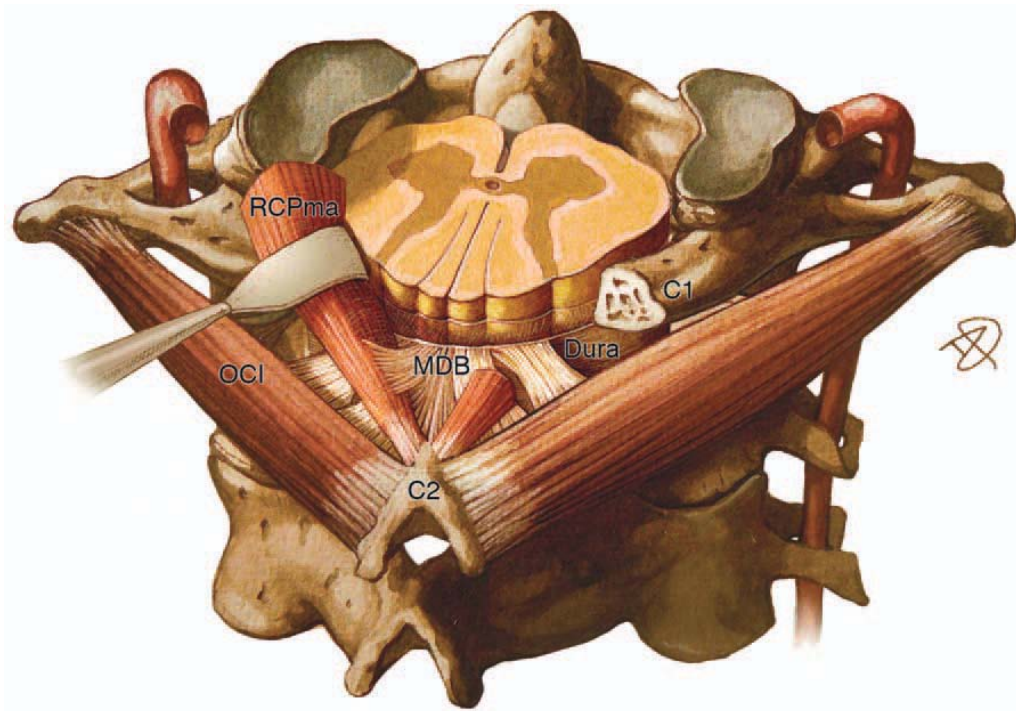
Bij onze kinderen is de structuur en functie van de nek beperkt. Soms zelfs zeer beperkt. Daarom wordt er bij veel van onze kinderen met behulp van ABR-technieken aan de nek gewerkt door oefeningen met 'de eitjes', zijn we met de schouder toppen bezig, en soms wordt er op de onderkant van de schedel getapt. Alles met de bedoeling om deze belangrijke verbinding tussen hoofd en romp te verbeteren.

Ik heb afgelopen week een wetenschappelijk artikel gelezen dat het belang hiervan onderstreept. Eerst maar eens een plaatje uit dat artikel, waarin het 'drukke verkeer' in de nek goed zichtbaar wordt. Je ziet de dieper in de nek gelegen spiertjes (rood) die er voor zorgen dat je nek alle kanten op kan draaien. De huid, bindweefsel en grote nekspieren zijn weggehaald of opzij geslagen om dit zichtbaar te maken. Ook in beeld zijn de werveluitsteeksels waar de bloedvaten veilig doorheen lopen. (Het ruggenmerg zit dieper opgeborgen in de holte van de wervels, dus niet zichtbaar)



(Original anatomical artwork by Frank Scali, D.C., and Danny Quirk)

In de cirkel naast de nek hebben de auteurs iets bijzonders uitgelicht, namelijk een rechtstreekse bindweefsel verbinding tussen kleine nekspieren en het vlies dat rondom het ruggenmerg zit (a). Het is pas sinds kort bekend dat deze anatomische verbinding tussen het omhulsel van de nekzenuw en de kleine nekspieren bestaat. En wat de betekenis ervan kan zijn.



(Original anatomical artwork by Frank Scali, D.C., and Danny Quirk)

Hier nogmaals een afbeelding uit het artikel. Een dwarsdoorsnede van de nek ter hoogte van de 2e nekwerfel (C2). Je ziet de roodgekleurde nekspieren die tussen de zij- en achter-uitsteeksels van de nekwerfels lopen. En de letters MDB staan op de bindweefselstructuur die de nekspieren verbindt met het vlies rondom het ruggenmerg. (MDB = MyoDural Bridge, ofwel de brug tussen de spier en het harde vlies rondom de zenuw)

Interessant misschien, maar waarom dan?

Tot voor kort dachten we dat spieren, zenuwen, bloedvaten en welke structuur in ons lijf dan ook 'los' van elkaar stonden. En elkaar dus onderling ook niet kunnen beïnvloeden. Vanuit de ABR werd daar al lange tijd anders over gedacht, en dat blijkt nu steeds meer onderbouwd te worden met wetenschappelijke inzichten en beelden. De ABR beschouwt alles in het lichaam als een samenhangend systeem, en verbeteringen aan de ene (bindweefsel)structuur heeft gevolgen voor allerlei andere structuren. Vanuit dit artikel wordt het aannemelijk dat ABR-werk aan de nek bijvoorbeeld die 'Brug tussen spieren en zenuwen' verbetert. En daardoor ook de functie van die spieren als de functie van die zenuwen positief kan beïnvloeden.

Zoals het wetenschappelijke artikel zelf afsluit: "Als dit samenhangende systeem niet goed functioneert kan dat gevolgen hebben in een veranderende stroom van de hersen/zenuw vloeistof, voor de zenuwfunctie zelf, hoofdpijn vanuit de nek, en andere zenuw gerelateerde klachten."

De kans dat er bij onze kinderen van alles aan de hand is op dit gebied is groot. Als daar met ABR een positieve invloed op uitgeoefend wordt kan dat dus voor hen heel belangrijk zijn! Mensen met stevige hoofdpijn die vanuit stijve nekspieren komt kunnen daar over mee spreken...

Roeland Vollaard

Artikel: "The cervical myodural bridge, a review of literature and clinical implications",
Dennis E. Enix, Frank Scali, Matthew E. Pontell