

3 januari 2022

Beste lezer,

Deze praktijk informatie geeft je inzicht in mijn behandelmogelijkheden.

**Craniosacraal therapie** is een lichaamsgerichte en holistische therapie die zich richt op het ondersteunen van het zelf herstellend vermogen van ons lichaam. Het ontspannen van verstijvingen in het bindweefsel is hierin de sleutel tot herstel. Dit gebeurt door een manuele, zachte en subtiele behandeling die het bindweefsel terugbrengt naar ontspanning en vrijheid. Je lichaam weet diep van binnen wat nodig is om te herstellen. De kunst is om contact te maken met dit innerlijke weten en er op af te stemmen. Craniosacraal therapie kan daarbij helpen. Symptomen die verstijvingen of restricties ontwikkelen kunnen van fysieke, mentale of emotionele oorzaak zijn. Subtiele aanrakingen al dan niet ondersteund met dialoog vormen de uitgangspunten voor de craniosacraal therapie.

#### **Fysieke klachten:**

Rugklachten, schouderklachten, nekklachten, kaak klachten, bewegingsbeperking, voorhoofdsholten ontsteking (sinusitis), littekens na een operatie, klachten na een intense bevalling, botbreuken, trauma's na bv een ongeluk, ademhaling problemen, astma, restklachten ne (long) covid.

**Mentaal en emotionele klachten**, (psychisch somatisch): niet lekker in je vel, slaap stoornissen, lusteloosheid, hyperactiviteit, burn-out, stress gerelateerde klachten, vermoeidheid, spanningen klachten, post traumatisch stress syndroom (PTTS), verwerking problematiek, rouw.

Gaandeweg ons leven lopen we "littekens" op: fysiek, mentaal of emotioneel. Er overkomen ons ongelukken of we worden ziek. Dit doet iets in ons lichaam. Emoties voelen we in ons lichaam, herinneringen van niet niet verwerkte emoties worden opgeslagen in ons brein en in het bindweefsel van ons lichaam waar stijfheid kan ontstaan.

#### **Wat levert cranio jou op?**

Met cranio ontstaat er meer verbinding met je lichaam. Je kunt met meer aandacht je lichaam voelen. De samenwerking tussen je hoofd en je lichaam neemt toe. Er ontstaat vaak een diepe ontspanning. Het loslaten en verwerken van onderliggende emoties. Meer contact met je intuïtie, Inzichten en bewustwording voeden je persoonlijke ontwikkeling.

**Manueel therapie volgens de methode FOI** (functionele orthonomie integratie) is een behandelconcept bestaande uit het combineren van verschillende technieken manuele therapie. De holistische behandeling richt zich op lichamelijke klachten die zich uiten in een beweegketen die bestaat uit meerdere gewrichten en spieren die met elkaar samenwerken en onderling verbonden zijn. De therapeut behandelt de klacht niet lokaal, maar juist het lichaam als totaliteit. bijvoorbeeld: de voet-knie-heup-bekken- wervelkolom. Of: bovenrug- nek-schouder-arm en hand.

Deze klachten kunnen geleidelijk ontstaan of plotseling als gevolg van een ongeluk. Het lichaam gaat pijn ontwijkend bewegen door te compenseren. De oorzaak van de klacht waarmee u naar de dokter of de therapeut gaat is doorgaans op een andere plek in het lichaam aanwezig dan waar de actuele klacht zich presenteert. Door het behandelen van de hele beweegketen ontstaat een duurzaam herstel.

Mijn praktijk is aangesloten bij de vereniging ter bevordering van alternatieve geneeswijze. Dit is een waarborg voor kwaliteit en erkenning door zorgverzekeraars. Craniosacraal therapie en de manueel therapie volgens de methode FOI (natuurgeneeswijze) zijn complementaire geneeswijze en worden vergoed volgens de voorwaarden van je aanvullende zorgverzekering.

Ook blijf ik mijn werkzaamheden als fysio,- manueel therapeut bij [beterbewegen.nu](http://beterbewegen.nu) en [Echo-Adfysio.nl](http://Echo-Adfysio.nl) uitvoeren. Ondersteund met de MSU echografie van het bewegingsapparaat.

Gerbrand van der Doorn

praktijk-van der Doorn  
locatie prinsenhof Beatrixlaan 6 - 1947 HS Beverwijk,  
locatie Willibrordus Business Center Kennemerstraatweg 464 - 1851 NG Heiloo,  
[gerbrand@praktijk-vanderdoorn.nl](mailto:gerbrand@praktijk-vanderdoorn.nl)  
[www.praktijk-vanderdoorn.nl](http://www.praktijk-vanderdoorn.nl)  
tel: 0653106162