

Mulligan concept

Het op een pijnloze wijze herstellen van de normale beweeglijkheid en functie van een gewricht en de weke delen.

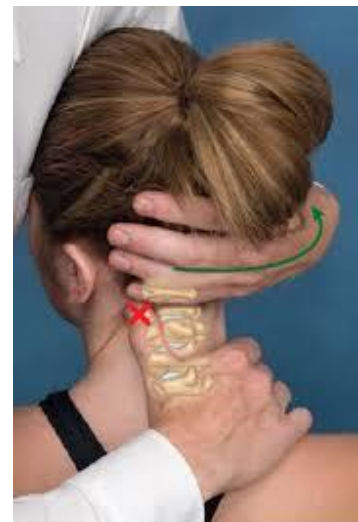
1. Wat betekent het Mulligan Concept inhoudelijk voor patiënten?

Het Mulligan Concept is een methode die door een groot aantal manueel therapeuten wordt gebruikt om pijnvrij te kunnen mobiliseren.

Brian Mulligan (Nw-Zeeland) ontdekte in de jaren '80 dat menige gewrichtsklacht veroorzaakt wordt door een "positiefout" of "ontsporing" van de gewrichtsdelen ten opzichte van elkaar. Het "repositioneren", het herstel van de ontsporing in het gewricht kan een opmerkelijk snel herstel zien te geven, zelfs in al jaren voortslepende gevallen.

Als metafoer kunt u hierbij denken aan een niet soepel lopende lade in een kast. Het spoor terugvinden is hier vaak een kwestie van een subtiële aanpassing van de positie van de lade, waarna het openen en sluiten weer zonder frictie kan plaatsvinden.

De methode is een samenspel van therapeutische handelingen en gelijktijdig door de patiënt(e) uit te voeren actieve bewegingen. Door in een menselijk gewricht deze gecorrigeerde beweging pijnvrij in te slijpen wordt het normale patroon hersteld. Dit fenomeen leidt vaak tot een snel en blijvend herstel van de gewrichtsfunctie



2. Voor welke soort klachten is het Mulligan Concept geschikt?

Het Mulligan Concept is niet geschikt voor alle problemen, maar wel voor veel klachten aan het bewegingsapparaat, zoals b.v. aan knie, enkel, heup, schouder, rug, arm, pols, hand. U kunt zich hebben verstart of een verkeerde beweging hebben gemaakt. Meestal is er op röntgenfoto's of scans niets te zien maar ervaart u toch pijn, meestal bij de beweging. Soms speelt de klacht al jaren, soms pas een paar dagen. Indien een gewricht niet goed spoort, is er vaak met de methode Mulligan Concept veel (en over het algemeen snel) resultaat te behalen. De Mulligan therapeut kan vrij snel beoordelen of er sprake is van een springsprobleem en of het Mulligan Concept voor u een geschikte behandeloptie is. Toepassing van de methode vindt slechts dan plaats, indien is voldaan aan Mulligan's belangrijkste stelregel:

- de manuele interventie van de therapeut moet 100% pijnloos zijn.
- De techniek wordt door de therapeut samen met de patiënt tijdens een actieve beweging uitgevoerd.

Wordt niet voldaan aan die stelregel, dan is deze behandelmethode niet geschikt om die klacht te behandelen volgens het Mulligan-concept.

3. Hoe werkt deze werkwijze?

De door Mulligan gebruikte mobilisatie/translatie dient uitsluitend om het gewricht passief in de correcte pijnvrije uitgangspositie te brengen en te houden. De hiervoor benodigde kracht blijkt maar klein en hij benoemt deze handeling in zijn theorie als het corrigeren van de "positional fault".



Vanuit de nu pijnvrije uitgangshouding wordt de patiënt uitgenodigd het gewricht actief (en uiteraard eveneens zonder pijn) in de vooraf beperkte richting te bewegen onder handhaving van de corrigerende translatie. Met deze aanpak blijken gewrichten met een disfunctie plotseling in staat hun verloren mobiliteit binnen minuten en zonder het aanwenden van veel kracht terug te krijgen.

Deze gouden formule voor het oplossen van veel perifere gewrichtsklachten is nu wereldwijd bekend als "Mobilisation with movement"(MWM). Voor een optimaal en blijvend eindresultaat moet de techniek een aantal malen worden herhaald. Door het pijnvrij herhalen van de probleembeweging wordt volgens Mulligan de "memory-functie" van het gewricht opnieuw geactiveerd.



Soms (indien mogelijk) wordt een thuisoefening aangeleerd om het resultaat af en toe te kunnen herhalen en het mechanisch geheugen optimaal te programmeren.