



CHIROPRACTIE
OOSTERHOUT



Contact

Chiropractie Oosterhout
Mathildastraat 44
4901 HC Oosterhout

0162 470 480
info@chiropractieoosterhout.nl
www.chiropractieoosterhout.nl

ZWANGERSCHAP



CHIROPRACTIE & ZWANGER

PRENATALE ZORG

Een goede voorbereiding en een lichaam in balans helpen bij een voorspoedige zwangerschap. Ook aan het begin van de zwangerschap of wanneer er nog geen klachten zijn, is het zinvol om naar de chiropractor te gaan. Zo kunnen we vroegtijdig het bekken en andere spieren en gewrichten controleren, advies geven en oefeningen meegeven om klachten in de toekomst te voorkomen.

TIJDENS DE ZWANGERSCHAP

Tijdens de zwangerschap verandert het lichaam continue. De lichaamshouding verandert, banden verslappen en de druk op gewrichten neemt toe, waardoor klachten kunnen ontstaan. De technieken die de chiropractor gebruikt worden aangepast aan het veranderende lichaam, waardoor de behandeling veilig is tijdens de zwangerschap, zowel voor moeder als kind.

POSTPARTUM

Helaas zijn niet bij alle vrouwen de klachten meteen na de bevalling verdwenen. Ook kunnen klachten tijdens de bevalling ontstaan of door een ongemakkelijke houding tijdens het voeden of dragen van de baby. Chiropractie kan helpen om na de zwangerschap de stabiliteit te verbeteren en het lichaam weer in balans te brengen.

ZWANGERSCHAPSKLACHTEN

Tijdens de zwangerschap ontstaat door alle veranderingen in het lichaam een disbalans tussen de rugspieren en de buikspieren, Hierdoor vermindert de stabilisatie van het bekken en de wervelkolom.

Dit kan leiden tot allerlei klachten, waaronder rug-, bekken- en nekklachten.

Chiropractie kan helpen om deze balans weer te optimaliseren en klachten te verminderen of te voorkomen, zowel vóór, tijdens als na de zwangerschap.



WAT IS CHIROPRACTIE?

Chiropractie is gericht op het behandelen van klachten die voortkomen uit de wervelkolom, het zenuwstelsel en de spieren en gewrichten.

Tijdens het eerste consult onderzoekt de chiropractor waar de klachten vandaan komen. Met deze informatie wordt een individueel behandelplan en oefeningen opgesteld.

De behandeling bestaat, afhankelijk van de klacht, uit milde druktechnieken, manipulaties, mobilisaties, spierontspannende technieken en oefeningen ter verbetering van de stabiliteit en ademhalingsoefeningen. Ook wordt met u besproken wat u zelf kan doen aan uw klacht.