

SPIEREN GEWRICHTEN FIBROMYALGIE

Dat wij als mensen op allerlei manieren kunnen bewegen, hebben we te danken aan onze spieren en gewrichten. Ongemerkt worden ze dan ook dagelijks flink gebruikt. Dat gebruik begint vaak pas op te vallen op het moment dat het allemaal niet meer zo soepel gaat.

Spieren beheersen 40% van je gewicht en deze gaan over in pezen. Spieren worden door de kleine hersenen aangestuurd. Het menselijk lichaam telt meer dan 600 spieren, ze zitten overal, zelfs in ogen en de huid. Elke spier heeft een eigen functie; bewegen,

ademhalen, spijs verteren. Spieren kun je trainen.

Met name voor gewrichtspijn is niet altijd een oorzaak aan te wijzen. Neem nu *fibromyalgie*, in de volksmond weke-delenreuma genoemd. Het is een verzamelnaam voor een groep pijnlijke aandoeningen aan het bewegingsapparaat. De precieze oorzaak weten we nog niet, wel dat mensen pijn hebben in de spieren, pezen, banden en gewrichten. De klachten verschillen soms erg in hevigheid. Pijnklachten kunnen worden weggenomen . Afhankelijk van de persoon die voor me staat bepaal ik wat voor behandeling geschikt is voor hem of haar.

NATUURGENEESKUNDIGE PRAKTIJK

Coby Hamer

Lisdodde 46, 8043 NT Zwolle
t.: (038) 45 25 741
m.: 06 - 53 86 23 03
cobyhamer@home.nl



Voor meer inlichtingen kunt u contact opnemen met:

AANGESLOTEN
BIJ DE BATC
(wordt vergoed door uw
zorgverzekeraar)

Bekijk ook eens mijn nieuwe
website www.cobyhamer.nl