

# Artrokinesiologie heelt bij de bron

Mensen met pijn aan het bewegingsapparaat komen van heinde en verre naar hem toe. Zelfs uit Japan en de VS weten zij hun weg naar het Drentse Emmen te vinden. Daar bevindt zich de oorsprong van de artrokinesiologie. We vroegen grondlegger en ontdekker Jan Kloosterman hoe het kan dat hij mensen, die al veertig jaar pijn lijdend, na enkele behandelingen pijnvrij krijgt.

DOOR: BRIAN DE MELLO

Uitkijkend op zijn tuin, die is versierd met zelfgemaakt keramiek, vertelt Kloosterman hoe hij als fysiotherapeut begon. Bij de grondlegger van de manuele therapie, G. van der Bijl, volgde hij de opleiding tot manueel therapeut. Vervolgens gaf hij tien jaar lang les als docent manuele therapie en was nauw betrokken bij de groei van de aanverwante vereniging. Toch kreeg hij op den duur het vermoeden dat er iets niet klopte aan de theorie van Van der Bijl. Om daar de vinger achter te krijgen, besloot hij empirisch onderzoek te verrichten naar een mogelijke oplossing voor moeilijk te behandelen pijn aan het bewegingsapparaat.

‘Ik pak de **oorzaken** aan.  
Dan pas begint  
het **helingsproces**.’

## Wetmatigheid

Zijn onderzoek had succes; na tien jaar uitpluizen ontdekte hij dat er een wetmatigheid bestaat tussen specifieke handelingen en hun gevolgen voor het functioneren van de wervelkolom en het gehele bewegingsapparaat. Deze wetmatigheid leidde tot de zogeheten ‘vaste punten theorie’, die Kloosterman niet alleen ontdekte, maar ook doorontwikkelde en praktiseerde.

‘In 1985 ontdekte ik dat er botten zijn die je absoluut niet moet bewegen. Die noem ik de vaste punten. Dat geldt voor alle gewervelden, mens en dier. Ik zocht het hele-

maal uit, moest honderd procent zeker weten met welk bot en gewricht ik te maken had en wat ermee te doen. Van top tot teen.’

Die kennis kwam niet aanwaaien. ‘Het enge was dat ik in het begin dingen deed die averechts werkten. Toch wist ik dat ik moest doorgaan. Dat was een moeilijke periode, tot ik me realiseerde dat het overal zo gebeurt.’ Dat lijkt op een beschrijving van *trial and error*, merk ik op. ‘Ja, maar ik was daar heel verlegen over. Het was ook zo simpel, de theorie, dat ik er niet over durfde te praten. Maar een vriend die ik als eerste had opgeleid, was zo enthousiast; toen had ik eindelijk iemand die begreep waar ik mee bezig was. Daar heb ik veel aan gehad.’

## Uitwijkhouding

Tijd om in de werking van de artrokinesiologie te duiken. Kloosterman vertelt: ‘Bij pijn wringt het lichaam zich letterlijk in allerlei bochten om het probleem te ontzien. Dit noem ik de uitwijkhouding. Het is een logische reactie, maar je hebt er niks aan, want het probleem verdwijnt daarmee niet. Wat ik met artrokinesiologie doe: ik pak de oorzaken aan. Dan pas begint het helingsproces, je zet de genezing zo in gang.’ We horen hoe bij pijn aan het bewegingsapparaat het van belang is om de botten, die een vast punt zijn, te fixeren. Hij beeldt uit hoe hij met zijn grote handen iemand vastpakt met de ene hand en met de andere hand de botten kan bewegen die bewogen moeten worden. Puur met vingerkracht wijzigt hij de oorzaak van de houding van een patiënt, er komt geen apparaat of instrument aan te pas.

‘Na een eerste behandeling voel je het verschil al. Na een week of vijf, zes, volgt een tweede behandeling. Dan is je houding

al gewijzigd en de pijn verminderd. Dat komt doordat dit een oorzakelijke behandeling is in tegenstelling tot veel medische en paramedische behandelingen die symptomatisch werken.'

De therapie van Kloosterman reikt verder dan de gewrichten. Alle bijbehorende spieren en zenuwen worden beïnvloed bij een behandeling. Daarbij is er sprake van invloed op zowel het bewuste oftewel spinale zenuwstelsel als op het onbewuste deel, het vegetatieve of autonome zenuwstelsel. Dit betekent dat niet alleen bewegingsgebonden klachten, maar ook veel stoornissen die hun oorsprong hebben in het vegetatieve zenuwstelsel, behandeld kunnen worden. Van migraine tot hooikoorts en van depressiviteit tot astma.

Zelfs huilbaby's worden adequaat geholpen. 'Ook een huilbaby heeft een uitwijkhouding. Die is ontstaan tijdens de geboorte. Na één behandeling kan het z'n "kop-pie" weer bewegen, kan het goed liggen en dan huilt het niet meer. Vindt zo'n correctie niet plaats, dan kan het kind op latere leeftijd gevolglachten krijgen, variërend van bijvoorbeeld hoofdpijn, migraine, afwijkend gedrag tot – als het volwassen is – een hernia.'

## Afleren

Kloosterman spreekt met grote bevoegenheid, maar blijft bescheiden. Dat blijkt uit het feit dat hij zijn methode niet naar zichzelf heeft vernoemd, maar de naam artrokinesio-logie introduceerde. 'Ik wil dat anderen het ook kunnen, het moet niet van mijn persoon afhangen', legt hij uit.

Met die gedachte leidt hij sinds 2004 fysiotherapeuten op om in zijn voetsporen te treden. Inmiddels zijn er twaalf artrokinesiologyen, verspreid over Nederland. 'In iedere provincie moet er minstens ééntje zijn,' vindt Kloosterman, 'maar zover zijn we nog niet. Er wordt aan gewerkt, ik leid nu een groep op van vier fysiotherapeuten.'

De opleiding is prima te doen in een paar jaar. Wel constateert hij dat ervaren therapeuten veel moeten afleren om artrokinesiology te kunnen worden. 'Als je altijd iets anders hebt geleerd, is het even wennen dat je bepaalde botten niet moet bewegen.'

Hij schrijft nu een leerboek voor behandelaars, compleet met foto's en video. Het moet dit jaar klaar zijn. 'Sinds ik mensen opleid, heb ik veel geleerd om het beter over te brengen. Ik moest leren hoe moeilijk het is om een behandeling goed uit te laten voeren. Het gaat namelijk om



JAN KLOOSTERMAN



veel details. De theorie is op zich niets bijzonders, maar de perfecte behandeling is ingewikkeld. Door het veel te doen, krijg je het letterlijk in de vingers.'

Aan toekomstvisie ontbreekt het Kloosterman allerm minst. Er valt nog een wereld te winnen, te beginnen lokaal. 'Nu ik een aantal collega's heb opgeleid, is er wat meer capaciteit, maar het moet nog verder groeien.' Niet alleen in aantallen behandelaars. Ook qua besef bij het publiek, concluderen we.

Kloosterman tot slot: 'Kijk, op je vijfde ga je naar de tandarts voor je gebit. Je zou ook naar de artrokinesiology moeten gaan voor je botten en gewrichten. Dat zou veel ellende voorkomen! Het duurt waarschijnlijk nog honderd jaar voordat men dit inziet, maar artrokinesiology werkt echt bij iedereen.' ●

Meer informatie: [www.artrokinesiology.nl](http://www.artrokinesiology.nl)