



ICZO

www.iczo.be

Manuele Neurotherapie

Diafragma- Vermoeidheid- Emoties

Het diafragma staat centraal in een holistisch behandelbeeld.

Zuchten of oppervlakkig ademen kunnen symptomen zijn van een diafragma onder spanning.

Bij diafragma spanningen zijn er vaak onderliggende factoren waar je, al dan niet bewust van bent. Klachten rond het diafragma kunnen ontstaan door langdurige stress/ werkdruk of onderliggende emotionele gebeurtenissen.

Diafragma spanningen/ spasme met vermoeidheid is een gevolg waar we niet altijd bij stilstaan.

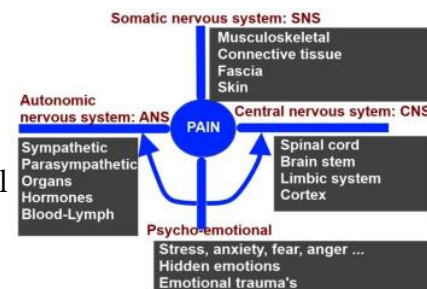
In de zenuwreflexologie hebben we een holistische visie met het 4 pijlerconcept.

Hierbij staat de pijn centraal en zoeken we naar welk aspect is verantwoordelijk voor de pijn.

Bij diafragma klachten kunnen verschillende facetten verantwoordelijk zijn.

Bijvoorbeeld:

- ✓ Het somatisch zenuwstelsel zoals perifere zenuwen, spieren, gewrichten en bindweefsel
- ✓ Het autonoom zenuwstelsel met zijn Sympatische en Parasympatische invloed
- ✓ Invloed van de organen
- ✓ De psycho-emotionele factoren achter diafragma spanningen
- ✓ Het centraal zenuwstelsel met ruggemerg, hersenstam, limbisch systeem en cortex. Want zonder hoofd hebben we geen pijn, niet fysiek en niet emotioneel



Natuurlijk kunnen de 4 pijlers elkaar ook beïnvloeden, vandaar we ze alle 4 zullen bespreken en de invloed op elkaar gaan bekijken.

1. Hoe kunnen diafragma spanningen/spasmen ontstaan en welke factoren spelen mee?
2. Wat is manuele neurotherapie? Hoe werkt het en welke resultaten kan je hebben?
3. Het 4 pijlerconcept bespreken we met:
 - a. Kort overzicht in de anatomie van het diafragma (spieren, gewrichten en ligamentaire verbindingen). Theorie en praktijk
 - b. Diafragma in relatie met cervicale wervelzuil en hersenstam. Theorie en praktijk
 - c. Innervatie van diafragma en samenhang met organen. Theorie en praktijk
 - d. Welke invloed heeft stress op het diafragma? Theorie en praktijk
 - e. Welke zijn de emotionele aspecten die hieraan verbonden zijn?
 - f. Hoe kan je het diafragma behandelen met manuele neurotherapie?
 - g. De emotionele as in het limbisch systeem met amygdala- hippocampus, gyrus cingularis, insula- en prefrontale cortex
 - h. Behandelmethodes om organen en diafragma te releasen
4. Voor de verschillende aspecten uit het 4 pijlerconcept, hebben we speciale manuele technieken en een specifieke behandelmethodes. We gaan de helft van de tijd praktijk doen om je dit alles eigen te laten maken.