

Screening op rode vlaggen

Als een van de onderstaande verschijnselen zich voordoet en onverklaarbaar is, dan doet u er het beste aan **eerst bij de huisarts langs te gaan**. Bespreek deze verschijnselen met de therapeut. Therapeut is niet verantwoordelijk voor schade en of letsel als gevolg van verzwijgen van medische informatie zoals lichamelijke en/of geestelijke aandoeningen, blessures en medicijngebruik. Ook is de therapeut niet aansprakelijk voor het niet nakomen door patiënt van afspraken en adviezen t.a.v. de gezondheid

Algemene rode vlaggen gelden bij ALLE letsels aan nek / schouder / elleboog / pols-hand / rug / bekken-heup / knie / enkel-voet / tevens acute (sport-) letsels

1. (Recent) trauma
2. Onbegrepen tekenen of symptomen na recent trauma
3. Belasten is niet mogelijk enige tijd na het trauma
4. Recent onverklaard gewichtsverlies (> 5 kg / maand)
5. Langdurig gebruik corticosteroiden
6. Constante pijn die niet afneemt in rust of bij verandering van positie (constant = 24 uur per dag)
7. Kanker in voorgeschiedenis
8. Psychische stoornissen of aandoeningen en/of vermoeden daarvan (denk aan depressie, manisch depressief, schizofrenie, borderline etc.)
9. Algemeen onwelbevinden
10. Nachtelijke pijn (die aanhoudt als u van houding veranderd bent)
11. Pijn die 's nachts blijft of zelfs erger wordt
12. Uitgebreide neurologische tekenen en symptomen
13. Al langer bestaande (onverklaarde) koorts

Daarnaast gelden specifieke rode vlaggen regio hoofd

1. Hoofdpijn na (recent) trauma
2. Hoofdpijn in combinatie met systeemziekte zoals reuma
3. Plotseling begin hoofdpijn
4. Begin hoofdpijn > 50e levensjaar
5. Verandering in mentale gesteldheid zoals: geheugenstoornissen, verwardheid, bewustzijnsdaling, slaperigheid, verhoogde prikkelbaarheid
6. Toegenomen frequentie en/of intensiteit van hoofdpijn
7. Uitvalsverschijnselen en/of uitgebreide neurologische verschijnselen
8. Retro-orbitale hoofdpijn, misselijkheid en braken en visuele verschijnselen zoals blinde vlekken, dubbelzien, wazig zien

Daarnaast gelden specifieke rode vlaggen regio lage rug

1. Eerste episode met LRP jonger dan 20 jr. of ouder dan 50 jr.
2. Significant trauma
3. Koorts
4. Deformiteiten (bv. lumbale kyfose, afwijkende stand)
5. Intraveneuze toediening van medicijnen
6. Progressie niet-mechanische pijn, dus pijn die niet afhankelijk is van een houding of beweging
7. Aanhoudende ernstige beperking lumbale flexie, grote stijfheid
8. Patiënt voelt zich ziek en onwel
9. Incontinentie voor faeces en/of urine
10. Rijbroekanaesthesie, geen gevoel in binnenbeengebied

11. Bilaterale uitvalsverschijnselen in benen, spierzwakte
12. Ernstig beperkt gangbeeld, afwijkend looppatroon

Daarnaast gelden specifieke rode vlaggen medische fitness-cardiorevalidatie

1. heeft een arts ooit gezegd dat u een hartprobleem heeft en dat u alleen fysieke inspanning op advies van een arts zou mogen uitvoeren?
2. Heeft u pijn op de borst bij fysieke inspanning?
3. Heeft u de laatste 4 weken pijn op de borst gehad terwijl u geen fysieke inspanning uitvoerde?
4. Verliest u wel eens uw evenwicht als gevolg van duizeligheid of verliest u wel eens het bewustzijn?
5. Heeft u een bot- of gewrichtsprobleem dat kan toenemen door het uitvoeren van fysieke inspanning?
6. Schrijft uw arts op dit moment medicijnen voor in verband met uw bloeddruk of een hartprobleem?
7. Bent u op de hoogte van een andere reden waardoor u geen fysieke inspanning zou mogen uitvoeren?

Daarnaast gelden contra-indicaties voor Manuele therapie

Absolute contra-indicaties

De absolute contra-indicaties voor het behandelen met manuele geneeswijzen zijn:

1. bot: tumoren (bijvoorbeeld metastasen); infecties (bijvoorbeeld tuberculose); botafbraak (bijvoorbeeld osteomalacie); congenitale afwijkingen (bijvoorbeeld dysplasie); iatrogene afwijkingen (bijvoorbeeld langdurig gebruik van corticosteroïden); ontstekingen (bijvoorbeeld ernstige reumatoïde artritis), traumata (bijvoorbeeld fracturen);
2. neurologisch: compressie van het ruggenmerg of de cauda equina;
3. zenuwwortelcompressie met toenemende neurologische uitval;
4. vasculair: aorta aneurysma; intra-articulaire bloeding;
5. de patiënt verleent geen toestemming voor de behandeling;
6. de patiënt kan de uitgangshouding die voor de behandeling nodig is niet innemen door pijn of weerstand.

Relatieve contra-indicaties

De relatieve contra-indicaties voor het behandelen met manuele therapie zijn:

1. negatieve reactie op eerdere manuele therapie;
2. hernia nuclei pulposi (HNP) (met radiculair syndroom);
3. artrogene ontstekingen;
4. spondylolysis;
5. spondylolisthesis;
6. zwangerschap;
7. osteoporose;
8. gebruik van antistollingsmiddelen of langdurig gebruik van corticosteroïden;
9. forse degeneratie van het gewricht of spondylosis;
10. psychologische afhankelijkheid van manuele therapie;
11. ligamentaire laxiteit.

Redenen om niet te behandelen met manuele therapie zijn:

1. te weinig verwijsgegevens;
2. Patiënt eist dat er geen overleg plaatsvindt met huisarts of collega-behandelaars
2. Ongunstige persoonsgebonden factoren hebben invloed op de inhoud van de behandeling. De mate waarin deze factoren een rol spelen én beïnvloedbaar

- zijn door manuele therapie, vormen een indicatie voor de beïnvloedbaarheid van het gezondheidsprobleem. De manueeltherapeut dient beide aspecten kritisch te beoordelen.
3. contra-indicaties of rode vlaggen voor manuele therapie.

Voorbeelden van rode vlaggen/contra-indicaties zijn:

1. osteofyten;
2. tekenen van druk op het ruggenmerg;
3. tekenen van durale verkleving (paresthesieën in de benen die verergeren bij tractie van de nek);
4. lumbosacraal radiculair syndroom met neurologische uitval;
5. traumatisch letsel met mogelijkheid tot fractuur;
6. vermoeden van een arterieel aneurysma;
7. behandeling met anticoagulantia of bloedingsstoornissen;
8. hypertensie;
9. osteomalacie;
10. osteoporose;
11. morbus Bechterew (kans op fracturen);
12. osteogenesis imperfecta;
13. tumoren of metastasen;
14. tuberculosis of andere ontstekingen in of rond de botten
15. cauda equina syndroom;
16. laatste maanden van de zwangerschap (algehele laxiteit van ligamenten);
17. the sign of the buttock (bij pijnklachten in de bilstreek is de straight leg raising test pijnlijk en beperkt, passieve heupfunctie nog pijnlijker en beperkter, wat wijst op een ernstige pathologie in of van het bekken).