

BINDWEEFSELMASSAGE

EXAMENEISEN THEORIE EN PRAKTIJK

**SCHOONHEIDSVERZORGING B /
SPECIALISATIE**

VERSIE JULI 2010

STICHTING KWALITEITSCENTRUM SCHOONHEIDSVERZORGING

STRUCTUUR THEORIE-EXAMEN: BINDWEEFSELMASSAGE

Examen	Bindweefselmassage
Vaknummer	5050
Aantal meerkeuzevragen	25
Examentijd	45 minuten

TOETSMATRIJS BINDWEEFSELMASSAGE

Rubriek	Onderwerp	Aantal vragen
1,2 en 3	Geschiedenis en ontwikkeling, medisch therapeutische vorm en cosmetisch verzorgende vorm	2
4	Anatomie bindweefsel	2
5	Indicaties	2
6 en 7	Absolute- en relatieve contra-indicaties	2
8 en 9	Zenuwstelsel en hormonale beïnvloeding bindweefsel	3
10, 11 en 12	Segmentale reflexwegen, bindweefselzones en intensiteitkeuze bindweefsel	4
13, 14,15, 16,17 en 18	Opbouw bindweefselmassage, bindweefselanamnese, bindweefselonderzoek, bindweefseltechnieken, prikkeling van de vezels	4
19 en 20	Theorie van de praktijk, effecten bindweefselmassage	3
21, 22 en 23	Fehlreactie, informatieverstrekking cliënt en verklaringsmodellen bindweefselmassage	3

THEORIE EXAMENEISEN BINDWEEFSELMASSAGE

Van alle hieronderstaande exameneisen dient de kandidaat — buiten hetgeen in de rechter kolom staat aangegeven — de begripsverklaring te kennen.

1	GESCHIEDENIS EN ONTWIKKELING	oorsprong en belang
	Duitsland	
	E. Dicke	
	Teirich-Leube	
	W. Kohlrausch	
	Sachs, Piët, Sachs-Piët	
	Nederland	
	Bakker	
	introdunctie fysiotherapie	
	introdunctie (sport)massage	
	littekenbehandeling	
	schoonheidsverzorging	
2	MEDISCH THERAPEUTISCHE VORM	doel en functie
2.1	bewegingsapparaat	
2.2	orgaanklachten	
2.3	littekenbehandeling	
3	COSMETISCH VERZORGENDE VORM	doel en functie
3.1	segmentaal, cosmetisch ondersteunend	
3.2	lokaal, cosmetisch accent	
4	ANATOMIE BINDWEEFSEL	doel en functie
4.1	structuur	
4.1.1	cellen	
	fibroblasten	
	migrerende fibroblasten	
	actine	
	myosine	
	mastcellen	
	heparine	
	histamine	
	hyaluronidase	
	vetcellen	
	cellen van Langerhans	
4.1.2	tussenstof	
	mucopolysacchariden	
4.1.3	vezelstructuren	
	collageen	
	elastine	
	reticuline	
4.2	vascularisatie	doel en functie

- 4.2.1 arterieel
 - plexus
 - rete cutaneum
 - rete subpapillare
- 4.2.2 veneus
 - cutane plexus
- 4.2.3 arterio-veneuze anastomosen
 - warmteregulatie
- 4.2.4 precapillaire sfincter

4.3 lymfevoorziening

5 INDICATIES

- 5.1 segmentaal
 - contra-indicatie van plaats
 - acne met actieve ontsteking
 - rosacea met actieve ontsteking
- 5.2 lokaal, cosmetisch accent
 - rosacea zonder actieve ontsteking
 - teleangiëctasieën
 - slecht doorbloede huid
 - congestieve huid
 - degeneratie van de huid
 - atrofische huid
 - rimpels en plooiën
 - zwangerschapsstriae
 - gewichtverandering gerelateerde striae
 - panniculose
 - voorbehandeling cosmetisch bij chirurgische ingrepen

6 ABSOLUTE CONTRA-INDICATIES

- koorts
- hartklachten
- bloeddrukproblemen
- algehele malaise
- hemofilie
- maligne tumoren
- na de zevende maand zwangerschap
- specifieke medicatie
 - bloedverdunnende middelen
 - glucocorticosteroiden
- infectiegevaar

7 RELATIEVE CONTRA-INDICATIES

- pathologie van het zenuwstelsel
 - status na cerebrovasculair accident
 - parkinsonisme
 - diabetes neuropathie
 - zenuwletsel
- specifieke medicatie

pijnstillers
 bloeddruk verlagende middelen
 sederende medicatie
 eczeem
 voor de zevende maand zwangerschap
 lage selectieve werking zenuwstelsel
 wonden
 wondgenezing
 reactiefase
 regeneratiefase
 remodeleringsfase

8 ZENUWSTELSEL

- | | | |
|-----|--|------------------------------|
| 8.1 | centraal zenuwstelsel
netwerken
herstelbaarheid | lokalisatie, vorm en functie |
| 8.2 | perifeer zenuwstelsel
herstelbaarheid
efferenten
afferenten
gemyeliniseerde zenuwvezels
ongemyeliniseerde zenuwvezels | lokalisatie, vorm en functie |
| 8.3 | neuro-anatomie
archi-niveau
paleo-niveau
neo-niveau | lokalisatie, vorm en functie |
| 8.4 | functionele neurofysiologie
reflex brein
vitaal brein
emotioneel brein
intuïtief brein
logisch brein | lokalisatie, vorm en functie |
| 8.5 | superpositiefenomeen
integratie superpositie-massage | doel en functie |
| 8.6 | animaal / somatisch zenuwstelsel
innervatie | lokalisatie, doel en functie |
| 8.7 | vegetatief/autonoom zenuwstelsel
innervatie
parasympathicus
rust en herstel
anabool
trofotroop
(ortho)sympathicus
grensstreng
prikkels-respons relatie
actie gericht
katabool
ergotroop | lokalisatie, doel en functie |

	functionele interactie: tuning neurotransmitters acetylcholine noradrenaline	
8.8	specifieke vegetatieve functies alarmfase aanpassingsfase uitputtingsfase	doel en functie
8.9	selectiviteit hoog middel laag	relatie tot bindweefselmassage
8.10	actualiteit	
8.11	reactiviteit	
9	HORMONALE BEÏNVLOEDING BINDWEEFSEL adrenaline cortisol	effecten
10	SEGMENTALE REFLEXWEGEN embryologie migratie extremiteiten dermatoom myotoom nervus vagus nervus phrenicus nervus pelvici referred pain	ontwikkeling functie functie functie
11	BINDWEEFSELZONES	ontstaan
11.1	orthosympathische hyperactiviteit	
11.2	actine-myosine	
11.3	lymfeverstoring	
12	INTENSITEITSKEUZE BINDWEEFSEL	
12.1	selectiviteit hoog middel laag	
12.2	actualiteit	
12.3	reactiviteit	
13	OPBOUW BINDWEEFSELMASSAGE	doel en functie
13.1	cosmetisch ondersteunend segmentaal	
13.2	cosmetisch accent hoofd / hals / decolleté buik bovenbenen	

- 14** **BINDWEEFSELANAMNESE** doel en functie
vraagstelling cliënt
selectiviteitbepaling
indicatiestelling
uitsluiting contra-indicaties
- 15** **BINDWEEFSELONDERZOEK** doel en functie
- 15.1 segmentaal, cosmetisch ondersteunend
- 15.2 lokaal, cosmetisch accent
- 15.3 uitgangshoudingen
 zit
 buiklig
 zijlig
- 15.4 hoofd / hals / decolleté
- 15.5 buik
- 15.6 bovenbenen
- 15.7 visuele inspectie
 afwijkingen
 verkleuringen
 haargroei
 quellung
 dellung
 littekens
- 15.8 tactielonderzoek
 huid
 weerstand
 temperatuur
 vochtigheid
 bindweefsel
 verschuifbaarheid
 oppakbaarheid
 consistentie
- 15.9 reactiviteit
- 16** **BINDWEEFSELTECHNIEKEN** doel en functie
- 16.1 huidtechnieken
 klassieke huidtechniek
- 16.2 overgangstechnieken
 's'-je
 'u'-tje
 harmonicagriff
 plooi- en pluktechniek
 spintechniek
- 16.3 onderhuidsbindingstechnieken
 Gewebswäsche
 roltechniek
 duimtechniek

- 16.4 diepere bindweefseltechnieken
 haaktechniek/periosttechniek
 haaltechniek
- 17 PRIKKELING VAN GEMYELINISEERDE VEZELS** doel en functie
- 18 PRIKKELING VAN ONGEMYELINISEERDE VEZELS** doel en functie
- 19 THEORIE VAN DE PRAKTIJK** doel en functie
- 19.1 installeren model
- 19.2 opstellen behandelplan
 anamnese
 segmentaal
 lokaal
 integratie selectiviteit
 cosmetisch accent schoonheidsverzorging
 hoofd / hals / décolleté
 buik
 bovenbenen
- 20 EFFECTEN BINDWEEFSELMASSAGE**
- 20.1 positieve effecten
 herstel vegetatief evenwicht
 objectief
 afname huidweerstand
 afname bindweefselspanning
 subjectief
 loomheid
 vermoeidheid
 verbeterde circulatie
- 20.2 negatieve effecten
 verstoring vegetatief evenwicht
 objectief
 toename huidweerstand
 toename huidvochtigheid
 toename bindweefselspanning
 kippenvetel
 subjectief
 koude- en / of tochtgevoel
 onrustgevoelens
 misselijkheid
 pijnlijke techniekervaring
 hoofdpijn
 benauwdheid

- 21 FEHLREACTIE**
handelswijze
herhaling techniek
mildere techniekkeuze
ontstoringstechniek
bekkengang
borstgang
schedelrand
wenkbrauw
sacrumranden
staken behandeling
uitleg cliënt
- 22 INFORMATIEVERSTREKKING CLIËNT** doel en functie
tijdens de behandeling
te verwachten effecten
na de behandeling
te verwachten effecten
- 23 VERKLARINGSMODELLEN BINDWEEFSELMASSAGE**
poorttheorie Melzack en Wall
degranulatie mestcellen
post-excitatoire depressie
endorfines
placebo

STRUCTUUR PRAKTIJKEXAMEN BINDWEEFSELMASSAGE

Examentijd:

45 minuten.

in de examentijd is begrepen:

- 1. Installeren model
Segmentaal onderzoek en
invullen behandelingsplan**
- 2. Segmentale behandeling**
- 3. Lokale behandeling**

Exameninhoud:

- a. wisselen van modellen**
- b. door middel van loting bepaling van het te masseren gebied**
- c. onderzoek van de rug en invullen van behandelingsplan**
- d. uitvoeren van de massage segmentaal en lokaal maximaal tussen 30 en 35 minuten**

PRAKTIJK EXAMENEISEN BINDWEEFSELMASSAGE

Algemene voorwaarde:

De kandidaat en het model dienen beide over de fysieke mogelijkheden voor de uit te voeren handelingen te beschikken.

De massage wordt uitgevoerd op één van de volgende gebieden, waarbij het gebruik van tussenstof niet is toegestaan

- a. gezicht / hals / decolleté, waarbij decolleté geen verplicht onderdeel is
- b. buik
- c. bovenbenen/ de kandidaat mag naar eigen voorkeur de voorkant of achterkant van beide benen masseren

Specifieke voorwaarde model

Het model dient met een gereinigd gelaat op het examen aanwezig te zijn.
Het mannelijk model mag geen snor of baard dragen.

Operationalisaties

A. Voorbereiding

1. Installeren model:

De kandidaat installeert het model in de voor het segmentale onderzoek gewenste houding op de volgende wijze:

- zithouding
- de bovenbenen bij de knieën aangesloten aan de bank
- bekken gekanteld
- rug recht
- handen ontspannen op bovenbenen geplaatst
- hoofd rechtop (recht vooruit kijken)
- voeten bij de enkels niet over elkaar plaatsen

2. Invullen behandelplan en opbouw

A Invullen behandelplan

De kandidaat vult het behandelplan in aan de hand van het getrokken model: de bevindingen van het segmentale onderzoek, de opbouw van de segmentale massage en de motivatie de diagnose, de uitvoering van de lokale massage en de motivatie.

B Opbouw massage

De kandidaat toont de juiste opbouw van de bindweefselmassage door te werken volgens het behandelplan, van een lage naar een hoge intensiteit en waarbij minimaal de volgende massagetechnieken moeten voorkomen

- klassieke huidtechniek
- 2 overgangstechnieken, te kiezen uit:
 - huidverschuivingen -'s'-jes en/of
 - huidverschuivingen - u'-tjes en/of
 - harmonicagriff en/of
 - plooi- en pluktechniek en/of
 - spintechniek
- Gewebswäsche, te kiezen uit:
 - roltechniek en/of

- duimtechniek
- 2 diepe technieken:
 - haaltechniek
 - haaktechniek / periosttechniek

3. Segmentaal onderzoek:

De kandidaat verricht het segmentaal onderzoek op de gehele rug op de juiste wijze door deze op een effectieve werkwijze toe te passen:

- a. visuele inspectie
- b. controle van temperatuur, dubbelhandig met de handrug
- c. controle op huidzones door palpatie, enkelhandig met de vingertoppen (tast), centraalwaarts
- d. controle op bindweefselzones, dubbelhandige schuif- of pincetmethode
- e. tweede visuele inspectie op reactiviteit van het weefsel

4. Voorbereidende massage segmentaal:

De kandidaat verricht de voorbereidende massage segmentaal op de gehele rug op de juiste wijze door deze uit te voeren volgens het **behandelplan** en de onder '2B. Opbouw' en 'B. Uitvoering' van deze operationalisaties beschreven fenomenen, waarbij de richting wordt toegepast in het verloop van de segmenten.

B. Uitvoering

5. Overgangen:

De kandidaat toont de toepassing van overgangen op de juiste wijze bij de bindweefselmassage door de daarin voorkomende opeenvolging van de massagegrepen ontspannen te laten zijn, terwijl de handen in de verplaatsing in de nabijheid van het weefsel blijven.

6. Volledigheid:

De kandidaat toont de toepassing van de volledigheid op de juiste wijze bij de bindweefselmassage door de grepen op de juiste anatomische lokalisatie zodanig uit te voeren dat het effect voor wat betreft de omvang van de plaats volledig tot zijn recht komt.

7. Contact:

De kandidaat toont de toepassing van contact bij de bindweefselmassage op de juiste wijze door een zo optimaal mogelijk hand- en/of vingercontact met het weefsel.

8. Drukeffectiviteit:

De kandidaat toont de toepassing van de drukeffectiviteit bij de bindweefselmassage op de juiste wijze als de druk op het weefsel is aangepast aan de handgreep, de plaats waar deze wordt toegepast en aan de conditie van het weefsel.

9. Afwisseling:

De kandidaat toont de toepassing van de afwisseling bij de bindweefselmassage op de juiste wijze door de bindweefselgrepen op bepaalde momenten te onderbreken en overgangs-en/of huidtechnieken toe te passen in het behandelde gebied.

10. Tempo:

De kandidaat toont de toepassing van het tempo bij de bindweefselmassage op de juiste wijze als het totaalbeeld van de snelheid waarmee de elkaar opvolgende grepen worden uitgevoerd, voldoet aan de bepalingen die ten aanzien van de separate geoperationaliseerde grepen staat omschreven.

11. Ritme:

De kandidaat toont de toepassing van het ritme bij de bindweefselmassage op de juiste wijze door een totaalbeeld waarin de massagegrepen met een vloeiende cadans en gelijkmatige overgangen worden uitgevoerd.

12. Toepassing techniek:

De kandidaat toont de toepassing van de techniek bij de bindweefselmassage op de juiste wijze door de vereiste massagegrepen uit te voeren volgens de operationalisaties van de separate grepen.

D. Fehlreactie

13. Fehlreactie:

De kandidaat toont de toepassing van handelen bij een eventuele fehlreactie van het model op de juiste wijze door deze bijtijds te onderkennen en adequaat hiernaar te handelen.

Operationalisatie van de huidtechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de huidtechniek door de vingers ontspannen en iets gespreid te houden en geen scherpe hoeken in de buiging van de gewrichten te laten zien.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de huidtechniek door na een ontspannen aanzet van de vingertoppen in het contact maken, een ononderbroken beweging, hand over hand, over het weefsel te verrichten, eindigend in een ontspannen verbreking van het contact met het weefsel.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de huidtechniek door deze hand over hand vanaf de plaats van inzet, over de volle omvang van het te masseren gebied waarbij de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld gedurende een dusdanige tijd dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt uit te voeren en bij de terugkeer naar de plaats van inzet de handen op een afstand van maximaal 12 centimeter van het weefsel te houden.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de huidtechniek door deze centraalwaarts en niet sterker te laten zijn dan het gewicht van de hand.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo in de beweging bij de huidtechniek door de tijdsafstand tussen inzet en einde van de beweging, afhankelijk van het te behandelen gebied, circa 2 seconden per greep te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de huidtechniek door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de huidverschuivingstechniek ('S'-je)

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de huidverschuivingstechniek ('s'-je) door de duimen of de vingers te strekken en deze oppositioneel in verticale richting van elkaar te plaatsen met een maximale tussenruimte van 5 centimeter.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging bij de huidverschuivingstechniek ('s'-je) door na een ontspannen plaatsing van de duimtoppen op het weefsel, de duimen dusdanig naar elkaar toe te bewegen zodat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt en waarbij de duimen of de vingers de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de huidverschuivingstechniek ('s'-je) door deze tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied uit te voeren waarbij de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld, waarbij het contact met de huid niet wordt verbroken.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de huidverschuivingstechniek ('s'-je) door op de plaats van inzet een aanzwellende loodrechte druk te geven, deze te optimaliseren en daarna aan te houden gedurende de gehele greep en deze aan het einde van de greep geleidelijk op te heffen.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de huidverschuivingstechniek ('s'-je) door de heen en weergaande beweging van de duimtoppen of vingertoppen afhankelijk van het te behandelen gebied circa 2 tot 3 seconden te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de huidverschuivingstechniek ('s'-je) door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de huidverschuivingstechniek ('U'-tje)

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de huidverschuivingstechniek ('u'-tje) door één hand zoveel mogelijk aangesloten op het weefsel te plaatsen waarbij de vingers van deze hand gesloten tot iets gespreid zijn en tussen de duim en wijsvinger een ruimte wordt gehouden van maximaal 10 centimeter terwijl de duimtop of vingertop van de andere hand tegenover de hoek tussen de duim en wijsvinger van de aangesloten hand wordt geplaatst.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de huidverschuivingstechniek ('u'-tje) door na een ontspannen plaatsing van de aangesloten inactieve hand en de duimtop of vingertop van de actieve hand de duim of vinger dusdanig naar de inactieve hand te bewegen dat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt en waarbij de duim de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behoudt.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de huidverschuivingstechniek ('u'-tje) door deze tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied uit te voeren, waarbij de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld en de verplaatsing van de hand in de nabijheid van het weefsel blijft.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de huidverschuivingstechniek ('u'-tje) door met de duim of een vinger van de actieve hand een aanzwellende druk te geven, deze te optimaliseren en daarna aan te houden gedurende de gehele greep en deze aan het einde van de greep geleidelijk op te heffen. De inactieve hand vervult hierbij een weefselondersteunende functie.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de huidverschuivingstechniek ('u'-tje) door de beweging van de duim of vinger per separaat punt afhankelijk van het te behandelen gebied circa 2 tot 3 seconden te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de huidverschuivingstechniek ('u'-tje) door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de harmonicagriff

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de handen bij de harmonicagriff door de vingers recht en aangesloten te houden waarbij geen hoeken in de gewrichten getoond worden.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de handen bij de harmonicagriff door na een ontspannen inzet, het tussenliggend weefsel, aangepast aan de plaats, te heffen, de handen naar elkaar toe te brengen, daarna de handen van elkaar af te bewegen, zodat het weefsel gerekt wordt, waarbij de handen de ingenomen plaats op het weefsel behouden.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de harmonicagriff door deze tweehandig symmetrisch aansluitend over de gehele omvang van het te masseren gebied uit te voeren waarbij de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld en bij de verplaatsing de handen contact met het weefsel te laten behouden of in de nabijheid van het weefsel te houden.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de harmonicagriff door op de plaats van inzet met de vingers een aanzwellende druk te geven, deze te optimaliseren en daarna aan te houden gedurende de gehele greep en daarna op te heffen.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de harmonicagriff door de beweging van de vingers circa 4 seconden te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de harmonicagriff door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de plooi- en pluktechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de plooi- en pluktechniek door de vingers licht te buigen en de duimtoppen zodanig tegenover de vingertop(pen) te plaatsen dat het tussenliggend weefsel kan worden opgenomen.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de plooi- en pluktechniek door na een ontspannen plaatsing van de duimtoppen en vingertoppen zodanig naar elkaar toe te bewegen dat het weefsel kan worden opgenomen (plooi fase), waarna het weefsel van de onderlaag wordt geheven zonder dat overrekking plaatsvindt (pluk fase), waarna het contact met het weefsel wordt verbroken door de duimtoppen en vingertoppen glijdend over de opgenomen plooi naar elkaar toe te bewegen totdat duim- en vingertoppen elkaar raken en het opgenomen weefsel weer in de oorspronkelijke stand terugveert.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de plooi- en pluktechniek door deze tweehandig gelijktijdig of tweehandig hand over hand over de gehele omvang van het te masseren gebied uit te voeren waarbij (met uitzondering van het gezicht) de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld en bij de verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel te houden.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de plooi- en pluktechniek door de druk duidelijk waarneembaar te laten zijn aangepast aan de plaats en het weefsel.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de plooi- en pluktechniek door iedere greep in circa 2 seconden uit te voeren

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de plooi- en pluktechniek door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de spintechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de spintechniek door de vingers licht te buigen en de duimtoppen tegenover de vingertoppen te plaatsen waarbij zowel de vinger- als duimtoppen aangesloten op het weefsel worden geplaatst op zodanige wijze dat er met de toppen een loodrechte druk in het bindweefsel gegeven kan worden.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de spintechniek door na een ontspannen plaatsing van de duimtoppen en vingertoppen op het weefsel deze dusdanig loodrecht in het weefsel te bewegen dat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt waarbij de vinger- en duimtoppen met cirkelvormige beweging het bindweefsel ten opzichte van de onderliggende laag verplaatsen zonder van ingenomen plaats te veranderen.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de spintechniek door deze tweehandig gelijktijdig of tweehandig hand over hand over de gehele omvang van het te masseren gebied uit te voeren waarbij (met uitzondering van het gezicht) de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld en bij de verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel te houden.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de spintechniek door gelijktijdig met de duim- en vingertoppen een loodrechte cirkelvormige druk te geven, deze een kort moment aan te houden en geleidelijk weer op te heffen.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de spintechniek door de cirkelvormige bewegingen van de duim- en vingertoppen circa 3 seconden te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de spintechniek door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de Gewebswäsche/roltechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de Gewebswäsche/roltechniek door de handen met ontspannen aaneengesloten vingers in een V-vorm, waarbij de toppen van de wijsvingers elkaar raken, te houden en de duimen afhankelijk van het te masseren gebied gestrekt oppositioneel ten opzichte van elkaar te plaatsen, waarbij of de duimtoppen elkaar raken of licht gebogen evenwijdig aan de wijsvingers zijn geplaatst.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de Gewebswäsche/roltechniek door met aan het weefsel aangesloten handen die de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden het onderliggende weefsel te heffen, waarna de duimen het weefsel in tegenovergestelde richting bewegen.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de Gewebswäsche/roltechniek door deze tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied waarbij de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld gedurende een dusdanige tijd dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt uit te voeren en bij de verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel te houden.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de Gewebswäsche/roltechniek door met de vingers een dusdanige druk te geven dat het onderliggende weefsel kan worden geheven en met de duimen een aanzwellende loodrechte druk te geven die tijdens de gehele beweging van de duimen wordt aangehouden en aan het einde van de greep de totale druk geleidelijk op te heffen.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de Gewebswäsche/roltechniek door de totale beweging afhankelijk van het te behandelen gebied circa 2 tot 4 seconden te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de Gewebswäsche/roltechniek door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de Gewebswäsche/duimtechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de Gewebswäsche/duimtechniek door de handen met ontspannen aaneengesloten vingers in een V-vorm, waarbij de toppen van de wijsvingers elkaar raken, te houden en de duimen afhankelijk van het te masseren gebied gestrekt oppositieel ten opzichte van elkaar te plaatsen, waarbij of de duimtoppen elkaar raken of licht gebogen evenwijdig aan de wijsvingers zijn geplaatst.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de Gewebswäsche/duimtechniek door met aan het weefsel aangesloten handen de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden het onderliggende bindweefsel te heffen.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de Gewebswäsche/duimtechniek door deze tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied, waarbij de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld gedurende een dusdanige tijd dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt, uit te voeren en bij de verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel te houden.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de Gewebswäsche/duimtechniek door met de vingers een dusdanige druk te geven dat het onderliggende weefsel kan worden geheven en de duimen een aanzwellende druk dieper in het bindweefsel geven deze druk enige tijd aan te houden en daarna op te heffen.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de Gewebswäsche/duimtechniek door ieder separaat drukmoment circa 3 seconden te laten zijn.

Operationalisatie van de haaltechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de haaltechniek door de top van wijsvinger of middelvinger gestrekt of gebogen, op het weefsel te plaatsen, waarbij afhankelijk van de plaats op het weefsel de middelvinger op de wijsvinger geplaatst kan worden.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de haaltechniek door na plaatsing van de vingertop op het weefsel deze in het weefsel te bewegen en indien nodig met de niet-actieve hand het weefsel te ondersteunen. De beweging in het weefsel vindt ononderbroken plaats tot aan het einde van de greep.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de haaltechniek door deze éénhandig uit te voeren over het gehele te masseren gebied waarbij (met uitzondering van het gezicht) de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld terwijl iedere greep maximaal 3 maal op één plaats mag worden uitgevoerd.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de haaltechniek door met de vingertop een aanzwellende druk in het onderhuids bindweefsel te geven, deze te optimaliseren en gedurende de gehele beweging deze optimale druk aan te houden, waarbij de werkende vinger pas over de huid verschuift als de subcutis optimaal gerekt is ten opzichte van de cutis.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de haaltechniek door de beweging van de vingers circa 2 seconden per 10 centimeter te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de haaltechniek door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Operationalisatie van de haaktechniek / periosttechniek

A. Hand

1. *Houding:*

De kandidaat toont de juiste houding van de hand bij de haaktechniek door de top van wijsvinger of middelvinger gestrekt of gebogen op het weefsel te plaatsen, waarbij afhankelijk van de plaats op het weefsel de middelvinger op de wijsvinger geplaatst kan worden.

2. *Beweging:*

De kandidaat toont de juiste beweging van de hand bij de haaktechniek door na plaatsing van de vingertop op het weefsel de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel te behouden, de vingertop in de diepte van het weefsel te bewegen en indien nodig met de niet-actieve hand het weefsel te ondersteunen en daarna het contact met het weefsel te verbreken.

B. Plaats

3. *Omvang:*

De kandidaat toont de juiste omvang bij de haaktechniek door deze éénhandig uit te voeren over het gehele te masseren gebied waarbij (met uitzondering van het gezicht) de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk worden behandeld, terwijl iedere greep maximaal 3 maal op één plaats mag worden uitgevoerd.

C. Druk

4. *Druk:*

De kandidaat toont de juiste druk bij de haaktechniek door met de vingertop een aanzwellende druk in het onderhuids bindweefsel te geven, deze te optimaliseren en daarna de druk op te heffen, waarbij de werkende vinger de subcutis optimaal rekt ten opzichte van de cutis.

D. Beweging

5. *Tempo:*

De kandidaat toont het juiste tempo bij de haaktechniek door de beweging van de vingers circa 3 seconden per separaat drukmoment te laten zijn.

6. *Ritme:*

De kandidaat toont het juiste ritme bij de haaktechniek door de opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit te voeren.

Literatuurlijst Bindweefselmassage

Anatomie, Fysiologie en Pathologie

SESAM-serie:

Atlas Anatomie Bewegingsapparaat Deel I

ISBN 90 5574 24 22

Atlas Anatomie Zenuwstelsel en zintuigen Deel III

ISBN 90 5574 2791

Fysiologie

ISBN 90 5574 30 38

Anatomie, Fysiologie en Pathologie

Drs. C.A. Bastiaanssen, Drs. A.A.F. Jochems, Drs. A.J.M. van Unnik

Heron reeks HBO

Bohn Stafleu Van Loghum, Houten

ISBN 90 313 1614 8

Medische Fysiologie

L.N. Bouman, J.A. Bernards

Bohn Stafleu Van Loghum, Houten

ISBN 90 313 309 14

Dermatologie en venereologie

Dr. W.A. van Vloten, H.J. Degreef, E. Stolz, B.J. Vermeer, R. Willemze

Elsevier Gezondheidszorg Maarssen

ISBN 90 352 2268 7

Huid en Lichaam derde herziene druk 2005

H.E.Fokke

Syntax Media Arnhem

www.syntaxmedia.nl E-mail: info@syntaxmedia.nl Tel: 026 3708370

ISBN: 90 774 23 079

Raakvlakken tussen de dermatologie en de cosmetologie

Prof. Apr. A. Goossens

Acco Leuven België 2004-2005

www.uitgeverij.acco.be E-mail: uitgeverij@acco.be

ISBN: 90 334 5862 4

Pinkhof

Geneeskundig woordenboek

Bohn Stafleu Van Loghum, Houten

ISBN 90 313 1797 7

Coëlho

Zakwoordenboek der Geneeskunde

Elsevier Gezondheidszorg, Doetinchem 2006

ISBN 90 6228 637 2

Dynamiek van het menselijk bindweefsel

J.J. de Morree vierde druk

Bohn Stafleu Van Loghum

ISBN 90 313 3454 5

Segmentale verschijnselen
Dr. B. van Cranenburgh
Bohn Stafleu Van Loghum, Houten
2004 ISBN 90 313 4318 8

Theorie van de praktijk

Massagetherapie
A.J.J. Vis, G.J.C.M. Raats en E.J. van der Voort
Besteladres: E.J. van der Voort
Zevenaar
tel: 0316-330265
ISBN 90 80 1597 19 Deel 1
ISBN 90 80 1597 27 Deel 2

Bindweefsel Massage
J.F.M. Piët, J.J. Sachs, I.M.A. Sachs-Piët
Elsevier Gezondheidszorg Maarssen
1999 ISBN 90 352 2060 9

Cosmetische Bindweefselmassage
J.A.M. Mastboom, J.M. van Meerendonk-Lorist & C.L. Schott
Besteladres: HOMEOSTASIS
t.a.v. J.M. van Meerendonk-Lorist
Sacharovlaan 49
3223 HM HELLEVOETSLUIS
Tel: 0181-318988

Hygiëne, ARBO en milieu

Code van de Schoonheidsspecialist Editie 4
HBA Zoetermeer
ANBOS Reactorweg 301 3542 AD Utrecht
ISBN 978-90-5774-172-2