

## PROGRAMMA 2024

In dit overzicht vindt u de inhoudsopgave per les. Deze inhoudsopgave is niet definitief. Aan de hand van nieuwe ontwikkelingen, wetenschappelijke ontwikkelingen en opgedane inzichten wordt het lesmateriaal aangevuld.

## LEERJAAR 1

Les 1: Je leert het verlies van integriteit van het lichaam voelen en behandelen. Ook leer je in deze les via het autonoom zenuwstelsel behandelen.

- Fysiologie
  - Hoe herstelt het lichaam
  - Wat is het autonome zenuwstelsel
- Anatomie
  - Darmen
  - De arteriële bloedvaten
  - De veneuze bloedvaten
  - De lymfe
- TotalBodyReflex
  - Wat is een Disruption of membrane
  - Ontstaan van een DOM
  - Welke klachten heeft een cliënt
  - Waar in het lichaam vind je DOM's
- Technieken

Les 2: Infectie is waarschijnlijk datgene wat je in de praktijk heel erg vaak tegenkomt. Infectie is multicausaal. Je leert infectie in het lichaam te voelen en te behandelen. Ook leer je technieken om met de matrix van het lichaam te werken.

- Fysiologie
  - Ontstaan van een infectie
- Anatomie
  - Lever
  - Immuunsysteem
  - Lymfe
- TotalBodyReflex
- Welke klachten heeft een cliënt
- Wat is Infection Motility (IM)
- Wat is de juiste behandelwijze
- Technieken
- Voeding

- Praktijk

Les 3: Bone bruises zijn pijnlijke letsels welke soms wel, soms niet op een röntgenfoto zichtbaar zijn. Wanneer iemand onvoldoende herstelt van een ongeluk of een val, biedt de techniek die je in deze les leert, de oplossing. Deze vaardigheid maakt het verschil met veel andere manuele technieken. Creëer directe verlichting van pijn en zorg voor ontspanning van de omliggende steunende weefsels zoals spieren.

- Fysiologie
  - Wat is botweefsel
  - Botstructuur
  - Compact botweefsel
  - Lacunes in compact bot
  - Sponsachtig botweefsel
  - Bloed en zenuwaanvoer in bot
  - Botvorming
  - Bot groei
  - Bot en homeostase
- Anatomie
  - Fracturen
  - Type fractures
- Embryonale ontwikkeling van bot
- TotalBodyReflex
  - Wat geeft de cliënt aan
- Technieken
- Praktijk

Les 4: Myofascial release gebruik je om een anatomisch gebied beter in balans te brengen. Je neemt het te behandelen anatomisch gebied waar met 'hands on' scantechnieken.

- Fysiologie
- Anatomie
  - Wat is Myofascial weefsel
  - Connective tissue - fascia
- TotalBodyReflex
- Het werkveld
- Historische ontwikkeling
- Leren luisteren met je handen
  - Myofascial mapping
  - Negatieve reflexwaarneming
  - Positieve reflexwaarneming
  - Still space
  - Reflex waarneming
  - 5 point longitudinal pressure scan (5xLPS)
  - Cavity Pressure Scan (CPS)
  - Fulcrum

- Technieken
- Contra indicaties
- Praktijk

Les 5: Je leert met Advanced Strain Counterstrain spieren en grote bloedvaten behandelen.

- Fysiologie
  - Spieren
  - Dwarsgestreepte spieren
  - Type I spiervezels
  - Type II spiervezels
  - Innervatie
  - Glad spierweefsel
  - Multiunit glad spierweefsel
  - Unitary glad spierweefsel
  - Hartspier
- Anatomie
- Embryologie
- TotalBodyReflex
  - Diafragma's
  - Strain Counterstrain van de grote bloedvaten
- Praktijk
- Technieken

Les 6: Je leert op zachte en subtiele wijze lymfknoopen en lymfvaten behandelen. Dit is zeer waardevol voor je client.

- Fysiologie
- Anatomie
- Embryologie
- TotalBodyReflex
- Lymfe en kanker
- Technieken
- my.TotalBodyReflex

Les 7: De verbetering van de functie van de darmen is een essentiële stap in herstel. Je leert de darm te behandelen op zachte en subtiele wijze.

- Fysiologie
  - Lagen van het spijsverteringskanaal
  - Voedselvertering
  - Kauwen
  - Oesophagus (slokdam)
  - Maag

- Fysiologische rol van gastro-intestinale hormonen
- Immunologie van de darm
- Symbiose tussen gastheer en intestinale flora en het effect van door mucosa geïnduceerde tolerantie
- Voeding bij maag-, darm- en leverziekten
- Hongeren of vasten
- Anatomie
- Embryologie
- TotalBodyReflex
- Technieken
- Voeding en suppletie testen
- Maar hoe test je dan wel

Praktijkdag Deze les bestaat uit een samenvatting van de lessen van dit eerste jaar. Tijdens het behandelen van casussen, ingebracht door studenten en docent, wordt de theorie kort herhaald. De praktijkervaring wordt geïntegreerd. Deze les is ook bedoeld als voorbereiding op het afsluitende tentamen.

## LEERJAAR 2

Les 8: In deze les staat de embryologische ontwikkeling van het zenuwstelsel centraal. Van daaruit leer je het somatische zenuwstelsel behandelen.

- Fysiologie
  - Celbiologie
  - De zenuwcel (het neuron)
  - Basisvormen van het neuron
  - Myelinisatie
  - Bouw van een insnoering van Ranvier in het perifere zenuwstelsel
  - Neuroglia-cellen in het CZS
- Anatomie
  - Prikkelgeleidingsschema van het zenuwstelsel
  - Bouw van het zenuwstelsel
  - Spinale zenuwen en hersenzenuwen
  - Positie en indeling van het ruggenmerg in relatie tot het wervelkanaal
  - Bouw van een ruggenmergsegment
  - Functies van de hoofdtakken van de nervus spinalis
  - Topografische en functionele bouw van een ruggenmergsegment
  - Plexusvorming
  - Sensibele innervatie: overzicht
  - Motorische innervatie
  - Hersenvliezen – omhulling vliezen zenuwen
- Embryologie
- TotalBodyReflex
  - Plexi
- Technieken
  - Technieken voor de hersenvliezen

Les 9: In deze les leer je de hoe de bloedvaten ontstaan en welke vaten het belangrijkst zijn om eerst te behandelen. Je leert de verbinding tussen het zenuwstelsel en de bloedvaten te behandelen. O<sub>2</sub> en CO<sub>2</sub> uitwisseling komt ook aan bod.

- Fysiologie
  - Elastische slagaders
  - Musculaire slagaders
  - Arteriolen
  - Het veneuze systeem
  - Vaatverbindingen
  - Autoregulatie
  - Bloedsomloop Circulatoire Shock
- Anatomie
  - Zenuwen en lymfe samen met de bloedvaten
- Embryologie
  - Primaire intra embryonale venen

- TotalBodyReflex
- Technieken

Les 10: In deze les leer je over de functie en anatomie van het bekkengebied. In deze les wordt de basis gelegd om later in de opleiding de schedel en de hersenen te kunnen behandelen.

- Fysiologie
- Anatomie
  - Bloedvoorziening van de lumbale wervelkolom
  - De lumbale arteriën
  - De lumbale venen
  - Het sacrum en SI-gewricht
  - Bloedvaten
  - Zenuwen
- Embryologie
- TotalBodyReflex
- Technieken

Les 11: Deze les biedt veel nieuwe technieken die aansluiten op de laatste les van het eerste jaar. Diabetes staat centraal.

- Fysiologie
  - Lever
  - Koolhydraatstofwisseling/ suikerstofwisseling
  - Eiwitstofwisseling
  - Vetstofwisseling
  - Detoxificatie/ ontgiftig
  - Stofwisseling van hormonen
  - Vitaminestofwisseling
  - Secretie van galzouten /galproductie
  - Pancreas
  - Diabetes
  - Maag
- Anatomie
- Embryologie
- TotalBodyReflex

Les 12: In deze les leer je over het weefsel tussen de cellen: de fascia. Kennis en inzicht in deze structuren helpt je om beter te leren luisteren naar het lichaam. De tensegrity van het lichaam staat centraal.

- Fysiologie
  - Tensegrity en fascia
  - Bouw bindweefsel
  - Componenten van bindweefsel

- Diverse stoffen kunnen de bindweefselmatrix negatief beïnvloeden.
- Water
- Hormonen
- Het lichaam als tensegrity-model
- Structuren scheiden met glijlagen van bindweefsel
- Verklevingen
- Bindweefselbeschadiging en herstel
- De onderscheiden fases in de wondgenezing en hun kenmerken
- Anatomie
  - Het zenuwstelsel
  - Het bloedvaten stelsel
  - Het fasciale systeem
  - Lymfatisch systeem
  - Huid
- Embryologie
  - Oorsprong van bindweefsel in het embryo
- TotalBodyReflex
- Technieken

Les 13: In deze les leer je geïntegreerd behandelen van de extremiteiten. Deze technieken worden aangeboden om CRPS te behandelen maar zijn ook zeer goed te gebruiken bij allerlei andere klachten die aan de extremiteiten voorkomen.

- Fysiologie
  - Symptomen
  - Ontsteking
  - Neurologisc
  - Atrofie/dystrofi
  - Stadium I - de warme fase
  - Stadium II - de koude fase
  - Stadium III - de stabilisatiefase
  - Criteria voor CRPS type I
- Anatomie
- Embryologie
- TotalBodyReflex
- Anamnese
- Inzicht in trauma

Les 14: Deze les bestaat uit een samenvatting van de lessen van dit tweede jaar. Tijdens het behandelen van casussen, ingebracht door studenten en docent, wordt de theorie kort herhaald. De praktijkervaring wordt geïntegreerd. Deze les is ook bedoeld als voorbereiding op het afsluitende tentamen.

## LEERJAAR 3

Les 15 (3x2 dagen): In deze lessen wordt het autonoom zenuwstelsel besproken. De sympathicus en de parasympaticus komen uitgebreid aan de orde. Je leert veel unieke technieken voor de HPA-as. In deze zes dagen leer je de bijnieren te behandelen. Je krijgt een nieuwe kijk op de werking van de Nervus Vagus. De Polyvagaal theorie wordt besproken en de relatie met de anatomie maar de theorie ook toepasbaar. Technieken om de anatomie van de N. Vagus te behandelen worden gecombineerd met technieken voor de prefrontale cortex, het limbisch systeem en het reticular activating system.

- Fysiologie
  - 3 delen van het autonoom zenuwstelsel
  - Parasympatisch zenuwstelsel
  - Sympatisch zenuwstelsel
  - Enterisch zenuwstelsel
  - Fysiologie van het stressmechanisme
  - Adrenaline
  - Stressoren en stressgevoeligheid
  - Chronische stress en pathologie
  - Lange termijn aanpassingen op stress
  - Stress en het immuunsysteem
  - Gezonde leefstijl nastreven
  - Familiaal en sociaal leven
  - Hyperactiviteit van de HPA-as
  - Ontregeling van het autonoom zenuwstelsel
  - Trauma
  - Stress en overgewicht
  - Neurotransmitters
- Anatomie
  - Hypothalamus
  - Hypofyse
  - Bijnier
  - bijniermerg
  - bijnierschors
  - Nervus Vagus
  - Nucleus Ambiguus
  - Reticular Activating System
  - Het RAS bestaat uit drie delen
  - Functies van het RAS
  - Motorische functie van het RAS
  - Pijnregulatie
  - Cardiovasculaire beïnvloeding van het RAS
  - Bewustzijn, aandacht en slaap
  - Amygdala
  - Hippocampus
  - Temporale kwab
  - Orbitofrontale cortex
  - Rechter Orbito Frontale Cortex



- Nucleus Accumbens
- Locus Coeruleus
- Dorsale Raphe nucleus
- Embryologie
- TotalBodyReflex
  - Relatie Chinese geneeskunde, acupunctuur
  - Relatie Indische geneeskunde, ayurveda
  - Relatie oosterse geneeswijzen en het autonome zenuwstelsel, een hypothese
  - Trauma
  - Fascia
  - Stress en kinderen
- Technieken

Les 16 (3x2 dagen): In deze zes lessen staat de embryologie centraal. In deze lessen leer je dat de organen van de buik en van de romp een relatie hebben tot elkaar. Het ontstaan van de nieren, de longen en het hart wordt uitgelegd. De technieken voor de portale venen, de levervenen, de nieren, de longen en hart vormen de basis van de les.

- Fysiologie
  - Lever
  - Nieren
  - Longen
  - Hart
- Embryologie
  - Lever / veneuze doorbloeding
  - Nieren
  - Longen
  - Hart
- Anatomie
  - Nieren
  - Longen
  - Hart
- TotalBodyReflex
- Technieken

## LEERJAAR 4

Les 17 (3x2 dagen): In het vierde leerjaar staat het behandelen van niet aangeboren hersenletsel centraal. In deze les staat de schedel centraal. De opbouw van de botten, de bloedvaten, zenuwen en lymfe komen aan bod. Deze les bevat een uitgebreid aantal technieken die bij heel veel aandoeningen aan hoofd en halsgebied effectief zijn.

- Fysiologie en anatomie
  - Fascia hals en hoofd
  - Schedel
  - Schedelbasis
  - Craniale zenuwen
  - De hersenvliezen
  - Venen
  - Arteriën
- Embryologie
  - Fases van ontwikkeling
  - Embryonale fase
  - Stoornissen in de ontwikkeling van de hersenen
- TotalBodyReflex
- Technieken

Les 18 (3x2 dagen): Deze les geeft een overzicht van de hersengebieden en je leert deze te behandelen. Het belangrijkste van deze les is dat je de anatomie kent en goed kunt visualiseren. Je leert de kernen in de hersenstam, de kleine hersenen, het limbisch systeem, de thalamus, de basale ganglia en de delen van de cortex behandelen. Ook krijg je inzicht in de werking en behandeling van de zintuigen en leer je de hersenzenuwen behandelen. Daarbij leer je nog de unieke vaardigheden om de hersenvliezen, de ventrikels en de bloedvaten tot diep in het brein waar te nemen en te behandelen. In dit vierde leerjaar komt de biopsychosociale visie van TotalBodyReflex samen. Trauma, hechting, PTSD en leer- en gedragsproblemen komen uitgebreid aan bod.

- Trauma
  - Diffuus hersenletsel
  - Als de MRI niets aantoon...
  - Emoties en gedrag in relatie tot anatomie
  - Verandering op het emotionele vlak
- Anatomie en functie
  - Hersenstam
  - Cerebellum
  - Limbisch systeem
  - Cerebrum
  - Ventrikels
  - Venen
  - Arteriën
  - Circumventriculaire organen
  - Glymphatisch stelsel in het brein

- Tractussen
- Zintuigen
- Primaire reflexen
- Embryologie
- TotalBodyReflex
- Technieken