

Make your body
a better place
to be



CHIROPRACTIE
C A S T R I C U M



Welkom bij Chiropractie Castricum

Alles in onze praktijk is gebaseerd op deze visie op gezondheid:

- **Vitalisme**

Mijn lichaam is intelligent.

- **Humanisme**

Ik ben goed voor mijn lichaam.

- **Holisme**

Mijn lichaam is een volledig geïntegreerd organisch systeem.

- **Naturalisme**

Mijn lichaam is natuurlijk en het functioneert volgens de wetten van de natuur.

"Chiropractic is the study of health and what makes people live."

Chiropractie heeft een enorme positieve invloed op mijn leven en dat van mijn familie gehad. Chiropractie werkt. Toen ik op mijn dertiende geblesseerd raakte tijdens basketbal kon ik bijna niets meer, en had ik uitzicht op een leven lang met pijn. De simpelste dagelijkse activiteiten werden opeens erg moeilijk. Na twee jaar gaven de dokters, specialisten en fysiotherapeuten het op. Niets hielp en mijn leven zag er somber uit. Toen een vriend mij op mijn slechtst zag verwees hij me door naar een chiropractor. Aarzelend maakte ik een afspraak. Tijdens mijn eerste consult hielp mijn chiropractor me begrijpen dat mijn lichaam intelligent is, en dat genezing van binnenuit komt. Hij legde me uit dat mijn lichaam in staat was te herstellen, maar dat de wervelblokkades (subluxaties) die mijn herstel in de weg stonden gecorrigeerd moesten worden. Ik werd behandeld en vanaf die dag heb ik nooit meer een dag in bed gelegen met rugpijn. Ondanks dat ik een lange weg te gaan had herstelde mijn lichaam langzaam maar zeker. Behalve dat mijn rugpijn over ging, verdwenen ook mijn spraakgebrek en chronische astma. Hierdoor is mijn levenslange liefde voor chiropractie begonnen...

Bedankt dat u gekozen heeft voor Chiropractie Castricum. Het is een voorrecht om deel uit te mogen maken van uw reis naar optimale gezondheid.

Martin Cook,
CHIROPRACTOR
B.App.Sc (HUMAN MOVEMENT)
B.App.Sc (CLINICAL SCIENCE)
B.CHIRO.SC

"Chiropractic is not what I do, but an extension of who I am, my belief on health and how humanity interacts with the world".





Wat is Chiropractie?

Chiropractie richt zich op het bevorderen, herstellen en ondersteunen van de algehele menselijke gezondheid zonder gebruik van medicijnen, operatieve ingrepen of bestraling. Het is een lichaamsvriendelijke behandel-methode waarbij de stand van de ruggenwervels wordt gecorrigeerd en de beweeglijkheid van de gewrichten wordt hersteld. Het resultaat is dat blokkades (subluxa-ties) in de wervelkolom worden opgeheven waardoor je lichaam beter in staat is zichzelf te genezen. Chiroprac-tie is wereldwijd een van de grootste en snelst groeiende vormen van gezondheidszorg en een effectieve en natuurlijke manier om zorg te dragen voor een optimale lichamelijke en geestelijke gezondheid.

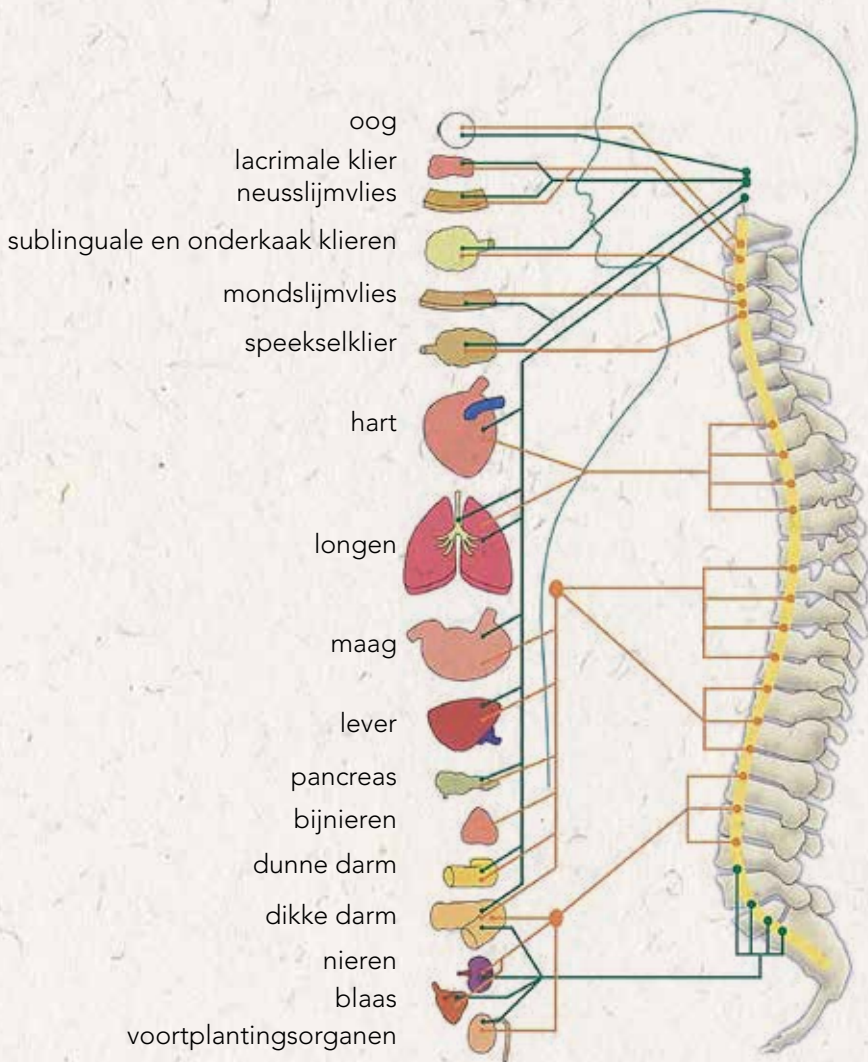


"The doctor of the future will give no medication, but will interest his patients in the care of the human frame, diet and in the cause and prevention of disease."

Thomas Edison,
INVENTOR



- Sympathische zenuwen: betrokken bij lichamelijke activiteiten
- Parasympathische zenuwen: rust en vertering



Hoe ontstaat een subluxatie?

Een subluxatie ontstaat wanneer een wervel op een zenuw drukt. Hierdoor vermindert de werking van de zenuw, waardoor lichaamsorganen, weefsels en cellen minder goed gaan functioneren zonder dat je dit zelf merkt. Subluxaties verstoren zo het natuurlijke functioneren van het zenuwstelsel en daarmee van ons lichaam als geheel.

Subluxaties treden op als een lichamelijke reactie op fysieke, emotionele en chemische stress en ontstaan als gevolg van bijvoorbeeld een geboorte, een sportblessure of een verkeersongeluk. Ook medicijngebruik of spanningen thuis of op je werk kunnen subluxaties en een verstoorde natuurlijke werking van het lichaam tot gevolg hebben.

Klachten ontstaan wanneer subluxaties gedurende lange perioden blijven bestaan. Ongeacht of er al klachten aanwezig zijn - door de stand van de wervels te corrigeren worden subluxaties opgeheven. Door de onderliggende oorzaak van de klachten te verhelpen kunnen reeds bestaande klachten als vanzelf verdwijnen en toekomstige klachten worden voorkomen.





Vandaag heeft je lichaam...

- zo'n 100.000 gedachten gehad
- zo'n 18.720 keer ademgehaald
- bijna anderhalve liter urine geproduceerd
- je hart ongeveer 105.000 keer laten kloppen
- ongeveer 40.000 liter water in en uit je cellen gepompt

...en daar heb je niet eens bij na hoeven te denken.

Zorg goed voor deze intelligentie!

Wat verstaan wij onder 'aangeboren intelligentie'?

Chiropractie gaat ervan uit dat de mens over een aangeboren intelligentie (Innate Intelligence) beschikt die het lichaam vanuit de hersenen via de wervelkolom en de zenuwbanen in goede gezondheid houdt. Deze levenskracht zorgt er ook voor dat het lichaam groeit en beschadigingen op een natuurlijke wijze worden hersteld. Een snee in je vinger wordt onmiddellijk door de 'aangeboren intelligentie' gerepareerd.

Een volwassen lichaam bevat circa zeventig triljoen cellen. Daarnaast worden ter vervanging van bestaande lichaamscellen per seconde nog eens honderdduizend nieuwe cellen aangemaakt. In de tijd die nodig is voor het lezen van deze brochure kan de 'aangeboren intelligentie' van je lichaam ervoor zorgen dat je

maagwand wordt voorzien van een volledig nieuwe bescherm laag. Dat gebeurt zonder dat je daar ook maar iets van merkt. De kwaliteit van de nieuwe maagwand hangt af van hoe goed je zenuwstelsel communiceert met de rest van je lichaam.



"You never know how far reaching something you think, say or do today will affect the lives of millions tomorrow..."

B.J. Palmer,
DEVELOPER OF CHIROPRACTIC



Hoe gaat een chiropractor te werk?

Chiropractoren lokaliseren en corrigeren subluxaties. Daarna kunnen zieke lichaamscellen gemakkelijker door gezonde cellen vervangen worden. Als je lichaam vrij is van subluxaties krijgt je gezondheid de kans om zich te herstellen en verder te ontwikkelen. Een chiropractor bestrijdt dus niet de ziekte zelf of de symptomen daarvan. Daarom vraagt een chiropractor ook niet waar de pijn zit, hoe lang je er al last van hebt, in welke situatie de pijn verergert en of de klacht vaker in de familie voorkomt.

Eigenlijk ondersteunen chiropractoren twee belangrijke processen, die continu in je lichaam gaande zijn:

1. Het bewaren van de natuurlijke balans (homeostase).
2. Het afstemmen van het trillingsniveau van het lichaam. Net zoals je een gitaar stemt om volmaakt te kunnen klinken.





Waarom behandelt een chiropractor geen symptomen?

Veel mensen komen met een specifieke klacht bij ons. Door onze behandeling worden in de eerste plaats blokkades in je wervelkolom opgeheven. Daardoor kan je lichaam als geheel beter functioneren en verminderen of verdwijnen symptomen zoals lichamelijke klachten vaak vanzelf (in werkelijkheid werkt je lichaam dan weer op volle kracht aan een gezonde lichaamsbalans).

Wij zien een symptoom als een belangrijke waarschuwing dat er op celniveau al langer sprake is van storingen, zelfs voordat je iets begon te voelen. Tenslotte zijn symptomen zelf niet de oorzaak maar het gevolg

van storingen. In de tijd voordat de klachten voelbaar werden heeft de 'aangeboren intelligentie' er alles aan gedaan om de schade te herstellen of ten minste te beperken. Veel gezondheidsproblemen ontstaan wanneer een lichaam met veel subluxaties er zelf niet in slaagt om de schade te herstellen. Dit komt doordat de balans tussen belasting en belastbaarheid chronisch verstoord is.

Door de storingen in je wervelkolom en zenuwstelsel op te heffen zorgt je chiropractor ervoor dat het zelfhelend vermogen van je lichaam wordt hersteld. Dat kost wat tijd, maar een gezonde instelling en levensstijl kan die tijd aanzienlijk bekorten.



Wie zijn onze cliënten?

Sporters, zwangere vrouwen, pasgeboren baby's, mensen met een stressvol of zwaar lichamelijk beroep, waaronder bouwvakkers, maar ook huisvrouwen en gezonde schoolgaande kinderen in de groei en gezondheidsbewuste volwassenen die ervoor kiezen om zich goed te voelen. Kortom, iedereen die op een natuurlijke manier zijn welzijn wil verbeteren.

Wij onderscheiden drie categorieën cliënten, met subluxaties die zich op verschillende wijze manifesteren:

1. de symptomen treden al in een vroeg stadium op; zoals kinderen met astma, concentratieproblemen, huilbaby's, bedplassen en ADHD.
2. de symptomen zijn rond middelbare leeftijd duidelijk aanwezig; denk aan lage rug- en nekklachten, hoofdpijn, RSI, chronische vermoeidheid en depressie.
3. geen symptomen, maar wel ernstig ziek. Het eerste symptoom is meteen heel heftig zoals bijvoorbeeld een hartaanval, kanker in een laat stadium of een burn-out.

Veel van de symptomen zijn te bestrijden! Hoe? Door te kiezen voor een consistent gezonde leefstijl met voldoende lichamelijke beweging, goede voeding en regelmatig onderhoud van je wervelkolom, ook als je nog geen symptomen hebt.

Kinderen en chiropractie

Wanneer kun je het beste beginnen met gerichte zorg voor je wervelkolom? Zo vroeg mogelijk! Daarmee beperk je de opeenhoping van spanningen in het lichaam. Kinderen hebben in deze tijd al in een vroeg stadium te maken met veel stressfactoren. Denk aan de geboorte, vaccinaties, valpartijen en onze drukke westerse leefstijl. Een kind ontwikkelt zich gewoonweg beter wanneer het zenuwstelsel vrij is van subluxaties.

You're

as young as

your

spine



Beantwoord de volgende vijf vragen en ontdek of chiropractie bij jou past

1. Geloof je dat je lichaam een zelfhelend vermogen heeft? JA ☐ NEE ☐
2. Ben je van mening dat je lichaam een eenheid is en alle verschillende systemen met elkaar in verbinding staan? JA ☐ NEE ☐
3. Wil je op een natuurlijke manier je gezondheid ondersteunen door bijvoorbeeld gezonde voeding en natuurlijke producten te gebruiken? JA ☐ NEE ☐
4. Heb je behoefte aan een lange-termijnvisie als het om je gezondheid gaat? JA ☐ NEE ☐
5. Denk je dat als je lichaam vaak uit balans is, dit een grote invloed heeft op je fysieke, mentale en geestelijk welzijn? JA ☐ NEE ☐

Als je deze vragen met JA hebt beantwoord, dan past de chiropractische levensstijl bij jou. Steeds meer mensen maken een bewuste keuze om op een natuurlijke manier vitaal en gezond te blijven. Chiropractie helpt je daarbij. Jij en je gezin zijn van harte welkom in onze praktijk.



CHIROPRACTIE
CASTRICUM

Stationsweg 19
1901 AA Castricum

Tel. 0251 651 020
info@chiropractiecastricum.nl
www.chiropractiecastricum.nl



FIND US ON FACEBOOK