Contra-indicaties en aandachtspunten

Niet mobiliseren of manipuleren

- Acute fractuur of verdenking daarop
- Luxatie of recente repositie
- Acute ernstige verstuiking met duidelijke instabiliteit
- Acute infectie of ernstige ontsteking van het gewricht of omliggende weefsels
- Septische artritis
- Actieve jichtaanval in het betreffende gewricht
- Tumor of metastase in bot of gewricht
- Recente operatie waarbij het weefsel nog onvoldoende genezen is
- Ernstige neurovasculaire problematiek

Voorzichtigheid en aanpassen van de techniek

- Osteoporose of sterke botontkalking — vooral geen krachtige manipulaties
- Diabetes met neuropathie of verminderd gevoel
- Perifere vaatproblemen
- Gebruik van antistollingsmedicatie — voorzichtig met krachtige technieken
- Hypermobiliteit of gewrichtsinstabiliteit
- Recente voet- of enkelblessure
- Forse zwelling of oedeem
- Verminderd gevoel, tintelingen of andere neurologische klachten
- Artrose — mobiliseren kan mogelijk zijn, maar binnen de tolerantie van het gewricht
- Kwetsbaarheid, angst voor aanraking of verhoogde gevoeligheid — behandeling rustig opbouwen en voortdurend afstemmen

Eerst laten beoordelen

- Onverklaarde hevige of toenemende pijn
- Pijn na trauma waarbij een fractuur of ander ernstig letsel niet kan worden uitgesloten
- Onverklaarde zwelling
- Onverklaarde verandering van kleur of temperatuur van de voet
- Nieuwe of toenemende gevoelsstoornissen
- Vermoeden van een circulatieprobleem of trombose
- Bij twijfel over de oorzaak van de klachten of de veiligheid van een behandeling wordt eerst medische beoordeling geadviseerd.

Belangrijk

Een contra-indicatie voor een **krachtige manipulatie** is niet automatisch een contra-indicatie voor een **zachte mobilisatie**. De keuze van techniek, kracht, bewegingsuitslag en behandelfrequentie wordt afgestemd op de toestand van het weefsel en de belastbaarheid van de cliënt.