

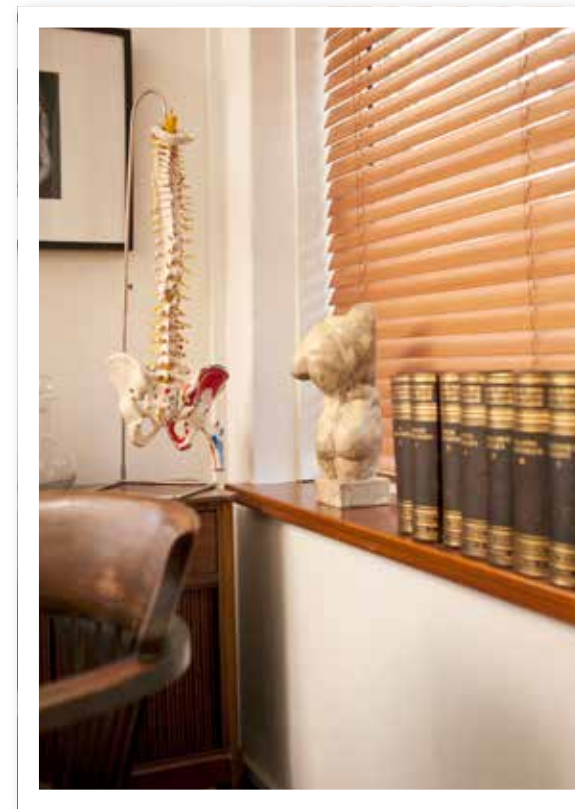
PRAKTIJK CHIROPRACTIE STEGEMAN

CHECK UP VAN TOP TOT TEEN

Chiropractor Erik Stegeman en zijn team in de Zwolsestraat in Scheveningen zijn een begrip. Al meer dan 20.000 mensen, van jong tot oud en uit binnen en buitenland, wisten de weg te vinden naar zijn praktijk.



Bret Herz, Kai Holm en Erik Stegeman



“IK WORD ER HEEL BLIJ VAN ALS IEMAND MET EEN GOED GEVOEL DE PRAKTIJK UIT LOOPT”



Waarom gaan we wel twee keer per jaar naar de tandarts, zelfs als je geen last hebt van kiespijn, en waarom laten we ons niet jaarlijks checken bij een chiropractor? Goede vraag, als het aan Erik Stegeman ligt. Want zo'n checkup kan veel leed voorkomen. Stegeman: "Je wervelkolom is de spil waar alles om draait. Het vormt de verbinding naar je nek, schouders, hoofd en naar je benen. Hippocrates had 2400 jaar geleden al door dat gezondheidsklachten ontstaan uit aandoeningen van de wervelkolom." Stegeman en zijn collega's Kai Holm en Bret Herz hebben een scala aan technieken in huis om blokkades in de wervelkolom op een doeltreffende en pijnloze manier op te heffen. Of het nou om een baby'tje gaat, een actieve veertiger die met RSI rondloopt, een sporter die blessures heeft of ouderen met artrose: wie er vroeg bij is, is ook veel sneller van zijn klachten af.

Kom in beweging

Maar ook zonder klachten loont het de moeite om je ruggengraat van top tot teen te laten nakijken. "Het lichaam is gemaakt om te compenseren," legt Stegeman uit. "Vaak voelen mensen geen pijn omdat ze hun lichaam op een andere manier gebruiken om bijvoorbeeld hun onderrug of schouder te ontlasten. Dat levert op den duur toch pijnklachten op." Stegeman kijkt dus hoe het hele bewegingsapparaat functioneert. "Tijdens een consult wordt het lichaam van top tot teen gecheckt en brengen we alles in kaart. Mensen krijgen oefeningen mee die ze simpelweg overdag, tussen de werkzaamheden door, kunnen doen. Elk uur eventjes in beweging komen heeft al zoveel invloed!"

Gratis oriëntatieafspraak

Wie letterlijk goed in zijn lijf zit, voelt zich mentaal ook beter. Stegeman: "Ik word er heel blij van als iemand met een goed gevoel de praktijk uit loopt. We kunnen veel voor patiënten betekenen, maar waar het ons vooral om gaat is om mensen bewust te maken dat ze zelf kleine dingen kunnen en moeten doen om dat resultaat te behouden." Benieuwd waarom het de moeite loont om eens naar Praktijk Chiropractie Stegeman te gaan? Collega Kai Holm weet het treffend uit te leggen. "Iedereen met een wervelkolom komt in aanmerking voor een chiropractische check up. De wervelkolom is namelijk de plek waardoor je ruggenmerg loopt.

Dit, als onderdeel van het centrale zenuwstelsel, oefent invloed uit op al je spieren, gewrichten, botten en ook organen. Je hebt geen verwijzing nodig van je huisarts voor een behandeling. Een oriëntatieafspraak om te zien of wij wat voor je kunnen betekenen is bovendien helemaal gratis."

Praktijk Chiropractie Stegeman

Zwolsestraat 197, Scheveningen
T 070 350 26 38
www.chiropractie-stegeman.nl
Openingstijden: 08.30 tot 17.00 uur,
dinsdag tot 21.30 uur