

Reflexintegratie en niet-aangeboren hersenletsel (NAH)

Reflexintegratie is een therapievorm die zich richt op het herstellen en harmoniseren van reflexpatronen die verstoord kunnen zijn door letsel, trauma of andere aandoeningen. De therapie gaat er van uit dat primaire reflexen -die normaal gesproken in de vroege kindertijd worden geïntegreerd in het zenuwstelsel- door schade aan de hersenen opnieuw kunnen "ontregelen". Het herstellen en integreren van deze reflexen kan bijdragen aan functioneel herstel. Deze methode kan daarom een waardevolle aanvulling zijn bij de behandeling van niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Hieronder wordt toegelicht wat Reflexintegratie kan betekenen, welke resultaten mogelijk zijn en op welke termijn cliënten verbetering kunnen verwachten.

Wat doet Reflexintegratie?

De hersenen zijn zeer complex. De plaats in de hersenen waar schade optreedt, bepaalt ook de gevolgschade én daarmee ook welke reflexen zijn verstoord. Reflexintegratie werkt door specifieke patronen van beweging en sensorische stimulatie toe te passen om reflexen die niet goed functioneren, opnieuw te activeren en te integreren in het zenuwstelsel. Het doel is om de connecties tussen het centrale zenuwstelsel (CZS) en het perifere zenuwstelsel (PZS) te versterken en te optimaliseren.

Neurologische processen die een rol spelen

1. Neuroplasticiteit

Neuroplasticiteit is het vermogen van de hersenen om zich aan te passen, nieuwe verbindingen te vormen en beschadigde gebieden te compenseren. Reflexintegratie stimuleert herhaling van specifieke sensorimotorische patronen, wat kan leiden tot het vormen van nieuwe synaptische verbindingen en het reactiveren van reflexcircuits die door NAH zijn verstoord.

2. Heractivering van reflexbogen

Reflexen worden gemedieerd door reflexbogen, waarbij sensorische input via de ruggenmergbanen wordt verwerkt en een automatische motorische reactie uitlokt. Bij NAH kunnen deze reflexbogen beschadigd of onderdrukt zijn. Reflexintegratie helpt deze reflexbogen te "herstarten" door gerichte stimulatie, wat de verwerking van sensorische informatie kan verbeteren.

3. Verbinding tussen hersengebieden

Primaire reflexen worden gecontroleerd door subcorticale structuren, zoals de hersenstam en het ruggenmerg. Reflexintegratie richt zich op het herstellen van de samenwerking tussen deze structuren en de hogere corticale gebieden. Dit kan de communicatie in de hersenen verbeteren, wat nodig is voor het herstel van motorische en cognitieve functies.

4. Regulatie van de sensorische integratie

Mensen met NAH ervaren vaak problemen met sensorische integratie (bijvoorbeeld over- of ondergevoeligheid of een verdoofd gevoel). Reflexintegratie bevordert een betere verwerking van sensorische informatie door specifieke zintuiglijke en motorische prikkels, wat leidt tot verbeterde balans, coördinatie en aandacht.

5. Vermindering van hypertonie of hypotonie

Schade door NAH kan leiden tot spasticiteit (hypertonie) of verlies van spierspanning (hypotonie). Reflexintegratie-oefeningen werken direct op spierspanning en proprioceptieve input, wat kan helpen bij het normaliseren van de spierspanning.

6. Remyelinisatie

Belangrijk doel van alle Reflexintegratie-behandelingen is herstel van myelinisatie (het opnieuw vormen van de myelineschede rondom zenuwbanen). Dat is een complex proces dat afhankelijk is van verschillende factoren, zoals de ernst van de beschadiging, de leeftijd van client, diens algemene gezondheid en eventuele onderliggende aandoeningen.

Tijd die nodig is voor remyelinisatie

- **Milde schade:** Bij lichte zenuwbeschadigingen kan remyelinisatie binnen enkele weken tot maanden optreden. Het proces hangt af van de activiteit van oligodendrocyten (cellen in het centrale zenuwstelsel) en Schwann-cellen (in het perifere zenuwstelsel) die verantwoordelijk zijn voor de productie van myeline.
- **Ernstige schade:** Bij traumatisch zenuwletsel kan het herstel maanden tot jaren duren en in sommige gevallen lukt het uiteindelijk toch niet om remyelinisatie tot stand te brengen.

Factoren die bij remyelinisatie een rol spelen

- **Leeftijd:** Jongere mensen hebben doorgaans een betere capaciteit voor remyelinisatie dan oudere volwassenen.
- **Gezonde levensstijl:** Voeding rijk aan omega-3-vetzuren, vitamines (zoals B12 en D), en antioxidanten kunnen myelinisatie ondersteunen.
- **Neuroplasticiteit:** Het trainen van het zenuwstelsel via bewegingen en oefeningen kan helpen om de zenuwbanen te stimuleren.
- **Therapieën:** Specifieke interventies, zoals fysiotherapie, cognitieve training of Reflexintegratie, kunnen bijdragen aan herstel door het zenuwstelsel te activeren en te herstructureren.

Hoe helpt Reflexintegratie specifiek bij NAH?

1. Herstel van reflexpatronen

Mensen met NAH kunnen moeite hebben met basisvaardigheden zoals lopen, grijpen of draaien. Deze vaardigheden zijn gelinkt aan primaire reflexen zoals grijpreflexen en het evenwichtsgevoel. Reflexintegratie richt zich op het heractiveren van deze reflexen, zodat het zenuwstelsel beter functioneert en andere motorische en cognitieve vaardigheden soepeler verlopen.

2. Verbetering van motorische controle

NAH kan leiden tot problemen met fijne en grove motoriek. Door reflexen te integreren en het neuromusculaire systeem te stimuleren, helpt Reflexintegratie om (automatische) bewegingen beter te coördineren, spasticiteit te verminderen en de lichaamsbalans te verbeteren.

3. Cognitieve en emotionele ondersteuning

De methode richt zich niet alleen op fysieke reflexen, maar ook op de interactie tussen het zenuwstelsel en emoties. Dit kan helpen bij cognitieve problemen (zoals concentratie of geheugenproblemen) en emotionele instabiliteit (zoals angst of stemmingswisselingen), vaak voorkomende gevolgen van NAH.

4. Sensorische integratie

NAH kan leiden tot overgevoeligheid of juist een verdoofd gevoel in de zintuigen. Reflexintegratie helpt bij het reguleren van sensorische prikkels, waardoor iemand beter met omgevingsstimuli om kan gaan.

5. Zelfregulatie en stressreductie

Door het zenuwstelsel te kalmeren en reflexen te integreren, kan Reflexintegratie bijdragen aan een betere regulatie van stress en spanning, wat vaak een bijkomend probleem is bij NAH.

Resultaten en verwachte termijn

Verbeteringen die cliënten melden zijn:

- ☐ Verbeterde motorische controle, balans en coördinatie
- ☐ Verhoogde cognitieve vaardigheden, zoals focus en geheugen
- ☐ Verminderde stress en meer emotionele stabiliteit
- ☐ Betere kwaliteit van leven

Verwachte termijn voor verbetering: De snelheid waarmee resultaten worden ervaren, verschilt per persoon en hangt mede af van de ernst van het NAH. Over het algemeen rapporteren cliënten merkbare verbeteringen binnen 8 tot 12 sessies. Sommige cliënten ervaren al eerder subtiele verbeteringen, zoals minder spierspanning of betere stressregulatie, terwijl voor anderen langere tijd nodig is voor significante vooruitgang. Hoe eerder u komt voor behandeling (liefst binnen 74 uur na het ontstaan van NAH) hoe meer kans ook op (sneller) herstel.

In Amerika is onderzoek gedaan onder 210 kinderen van 2-20 jaar met een hersenschudding. In een functionele MRI scanner werd zichtbaar waar de schade in de hersenen zich bevond. Na 5 dagen intensieve Reflexintegratie (6 uur per dag) werd de scan opnieuw gemaakt. Daaruit bleek dat 86,6% van de cliënten significante herstel liet zien.

Voor wie is Reflexintegratie geschikt?

Reflexintegratie is het meest geschikt voor mensen met lichte tot matige klachten door NAH, zoals na een hersenschudding, beroerte of ander letsel. De therapie dient te worden uitgevoerd door een gecertificeerde Reflexintegratie-behandelaar, die een behandelplan op maat kan opstellen.

Reflexintegratie kan uiteraard ook bij zware letsels helpen, maar dan is zeer intensieve behandeling noodzakelijk en dat is in de praktijk vaak moeilijk te realiseren. Wellicht is het goed om te weten dat er ook intensieve therapieweken bestaan waarbij iemand 6 uur per dag behandeling krijgt gedurende 5 of 8 dagen. Daarbij worden de beste Reflexintegratie-specialisten ingevlogen vanuit de hele wereld. Zij werken samen -onder toezicht van Dr. Svetlana Masgutova zelf- om te komen tot zo goed mogelijke resultaten. Voor meer informatie kunt u kijken op [Masgutova Conference – De officiële site van de Masgutova Methode© in Nederland](#).

Belangrijk: Reflexintegratie is geen vervanging voor medische behandelingen, maar een complementaire aanpak. Overleg altijd met een arts of revalidatiespecialist voordat je met een nieuwe therapie begint. Ik werk graag samen met anderen om te komen tot een zo goed mogelijk resultaat.

Tot slot

Voor vragen over Reflexintegratie of om een behandeltraject te bespreken, neem gerust contact op via info@Reflexintegratiecentrum.nl of vul het contactformulier in op de website [Contact – Reflex Integratiecentrum](#)

Pim Kaal



www.Reflexintegratiecentrum.nl

Laatst gewijzigd op 7-1-2025