

Binnen de massagepraktijk is een goede observatie van essentieel belang om een totaalbeeld te krijgen van de lichamelijke en geestelijke gesteldheid van de klant. 'Het externe bekijken om informatie over het interne te krijgen', is een belangrijke uitspraak binnen de Chinese geneeskunde. In dit artikel maak je kennis met observatieaspecten vanuit de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG) die van belang zijn voor de masseur.

Observatie, de kunst van het zien

In de westerse geneeskunde worden symptomen en tekens gezien als manifestaties van de pathologie van de persoon. Wanneer een persoon met gezondheidsklachten naar de huisarts gaat, zal deze in ongeveer vijftien minuten zijn observaties moeten doen en een medische diagnose moeten stellen met een behandeladvies. Met soms een bloed- en/of urineonderzoek, echo of röntgen als ondersteuning. Lichamelijk onderzoek moet binnen diezelfde tijd worden uitgevoerd en er moet een keuze voor medicatie worden gemaakt. Binnen de TCG omvat de diagnostiek vier traditionele methoden: kijken, horen en ruiken, ondervragen en palperen. Deze vier methoden zijn duizenden jaren oud en worden nog steeds gebruikt in de anamnese en behandeling. Binnen de TCG wordt het lichaam als een eenheid gezien, waarbij lichaam, geest en ziel één zijn en er geen onderscheid is (dit in tegenstelling tot de westerse geneeskunde waarbij je met je huisarts een afspraak per klacht/orgaan moet maken).

Daarom is het juist van belang om alle gezondheidsklachten te vermelden omdat deze een relatie met elkaar hebben. Vroeger was het zelfs zo dat de TCG-arts de patiënt niet mocht aanraken, of alleen de pols mocht voelen en de tong mocht zien. De arts was daardoor heel kundig in het observeren en ondervragen van de patiënt om zo een juiste diagnose te kunnen stellen.

OBSERVATIE IS ONDER TE VERDELEN IN:

- Observatie van het lichaam: de vorm, de bouw, het gedrag en de bewegingen.
- Observatie van de zintuigen.
- Observatie van de huid en de gelaatskleur.
- Observatie van de emoties en de geest.
- Observatie van de lichaamsdelen en de ledematen.

EERSTE INDRUK

Je krijgt direct een beeld van een persoon door te kijken naar de wijze waarop iemand de massagepraktijk binnenkomt. Is degene gehaast, nerveus of druk pratend, of juist heel stil en traag? Het gedrag omvat niet alleen de wijze waarop iemand zich verplaatst, maar ook de beweging van de afzonderlijke delen van het lichaam. Een yang-type zal snelle bewegingen maken, zich snel uitkleden, neerploffen op de massagetafel, zuchten en het snel warm hebben. Terwijl een yin-type zich rustig en zorgvuldig uitkleedt, de kleding netjes op de stoel legt en gauw onder de handdoeken kruipt om geen kou te vatten. Bij het binnenkomen is de observatie van de lichaamsbouw van belang. Loopt de persoon gebogen of rechtop? Hoe is het postuur van de persoon? Heb je een zwak, bleek, mager en kouwelijk (yin)type voor je of is de persoon stevig gebouwd met een volle buik en een rood, warm gezicht (een yang-type)? Luister ook naar het stemvolume. Praat de persoon luid met veel woorden (yang-type) of is de stem zacht en zwak (yin-type)? Wanneer de klant de masseur een hand geeft begint de diagnose van aanraken. Is de handdruk stevig of slap, voelt de huid warm of koud en vochtig? Wanneer de persoon op de stoel zit geeft de beweeglijkheid van de persoon je een beeld over de binnenwereld. Zit de persoon rustig op de stoel of wiebelt deze beweeglijk heen en weer? Is de persoon onrustig en druk pratend zonder pauzes te nemen of neemt deze de tijd om te luisteren naar je vragen om deze vervolgens rustig te beantwoorden? Zo zijn er vele observaties te doen, alleen al bij binnenkomst van de persoon.

OBSERVATIE VAN DE HUID

Binnen de lichaamsmassage is observatie van de huid een belangrijk onderdeel om informatie te krijgen over de conditie en de klacht van de klant. Informatie over de toestand van de energie krijg je door onder andere het voelen van de huidtemperatuur. Is er verschil tussen de temperatuur van het boven- en onderlichaam? Welke onderdelen van het lichaam zijn warm of koud? Hoe is de kleur van de huid in zijn totaliteit en zijn er verschillen te zien tussen het boven- en het onderlichaam of in bepaalde onderdelen? Bij schouderklachten is het mogelijk dat het bovenlichaam zeer warm aanvoelt, terwijl de onderbenen, voeten en/of handen koud aanvoelen. Dit is uiteraard afhankelijk van de oorzaak van de klacht. Tijdens het palperen en tijdens de massage is het belangrijk om te observeren hoe de huid reageert. Wordt de huid snel warm of vochtig? Zijn er huiddefecten, wondjes of pukkels en op welke delen van het lichaam bevinden deze zich? Is de huid droog en schilferig of juist gezwollen? Observeer tevens het gelaat en let op verkleuringen op bepaalde gebieden en op de kleur van de huid van het gezicht. Allemaal zaken die je meeneemt in je diagnose.

DE GEEST EN DE EMOTIES

Wanneer wij volgens de oosterse gedachte in onze geest, ons gedrag en onze emoties in balans zijn, be-

vordert dat alle transport- en transformatieprocessen in het gehele lichaam. De voornaamste inwendige oorzaak van ziekte wordt gezien als een gebrek aan emotionele harmonie. Het vasthouden aan woede, verdriet, angst of bezorgdheid belasten de organen, waardoor deze ziek kunnen worden. Binnen de anamnese is het luisteren naar het verhaal van de klant van belang. Welke emoties worden getoond in het gelaat of in het lichaam, in de spraak, in het volume waarin dingen worden geuit of juist niet worden geuit? Kijk tijdens het gesprek naar je klant en observeer de ogen. Deze weerspiegelen de toestand van de geest en geven een duidelijke boodschap over iemands innerlijke toestand. Een vitale persoon heeft heldere, glanzende ogen, terwijl een vermoeide, zwakke persoon doffe en donkere ogen heeft. Bij langdurige emotionele problemen is het verdriet, gemis en de pijn in de ogen terug te zien. In de TCG wordt de geest de 'Shen' genoemd. Dit doelt op de vitaliteit en de mentale en emotionele toestand van de persoon. Vitaliteit is terug te zien in de uitstraling van de persoon, de spirit die iemand heeft. Bij de observaties is het van belang om rekening te houden met de constitutie van de persoon die je aan het behandelen bent. De ene persoon heeft een zeer sterke constitutie en de ander een veel zwakkere. Binnen dit gegeven is het belangrijk om je behandeling af te stemmen op de individuele persoon.

Literatuur:

De grondslagen van de Chinese Geneeskunde,
Giovanni Maciocia, Satas
Diagnostiek in de Chinese Geneeskunde,
Giovanni Maciocia, Satas

TIPS VOOR DE MASSEUR

Neem voldoende tijd om een anamnese af te nemen en maak daarbij gebruik van al je zintuigen. Observeer de klant en stel vragen ter bevestiging van je observaties om zodoende objectief te blijven. Luister goed naar je eigen gevoel. Woorden kunnen anders zijn dan de uitstraling die iemand je geeft. Zorg voor een goede aarding en gronding van jezelf tijdens de anamnese en observatie. Laat je niet meenemen in de drukte en onrust van je klant. Blijf op je eigen pad en leg de klant uit waarom het doorvragen van belang is. Pas je behandeling aan op de conditie en constitutie van je klant: een yang-persoon kan een stevige massage beter hanteren dan een zwakke/vermoeide yin-persoon. Ditzelfde geldt voor het toedekken met handdoeken en dekens: een yin-type heeft het snel koud en een yang-type wil zo min mogelijk bedekkingen van zijn lichaam. Train jezelf in het observeren van je klant en noteer je bevindingen in je dossier. Bekijk het externe om het interne te zien om van daaruit een behandelplan op te stellen.