



## **Exameneisen**

### **Huidverbeteringsmassage**

### **Bindweefsel- en pincementstechnieken**

Vastgesteld door : Bestuur ANBOS

Datum : 24 april 2014

## **Inleiding**

Voor u liggen de exameneisen voor de specialisatie Huidverbeteringsmassage. Deze massage is gebaseerd op technieken uit zowel de bindweefsel- als de pincementsmassage.

Deze eisen zijn opgesteld door ISEO Consult, op basis van het commentaar van deskundigen uit het vak, te weten:

Mevrouw T. Leeuwenburg  
Mevrouw H. Mastboom  
Mevrouw C. Prent  
Mevrouw F. van Rheenen  
Mevrouw W. Smits

Met bovengenoemde expertgroep is allereerst vastgesteld of de nieuwe specialisatie Huidverbeteringsmassage haalbaar was. Het antwoord was positief. Vervolgens is in gezamenlijkheid de specialisatie uitgewerkt. Daarbij is ook rekening gehouden met de verhouding tot de andere specialisaties (qua zwaarte en het niveau).

Met name de plaats van het rugonderzoek en de rugmassage binnen de specialisatie, heeft binnen de werkgroep tot veel discussie geleid. Uiteindelijk is besloten om een proefperiode van 3 jaar te hanteren, zodat deze nieuwe specialisatie zich kan ontwikkelen en de haalbaarheid van de operationalisaties kan worden getoetst.

In maart-oktober 2013 zijn de theoretische exameneisen herzien door MAB Onderwijskundige expertise in samenwerking met het KWC, op basis van het commentaar van de dames W. Smits, A. Spreeuwenberg, T. Leeuwenburg, E. Rutten en G. Has. De exameneisen zijn ter vaststelling voorgelegd aan het bestuur van ANBOS. De vaststellingsdatum vindt u op het voorblad van dit document.

## **Opbouw**

Het document is opgebouwd uit drie delen:

- I. theoretische kennis;
- II. praktische vaardigheden;
- III. attitude / beroepshouding.

## **Toelating tot het examen**

Om het examen te mogen afleggen, dient de deelnemer te beschikken over één van de volgende diploma's:

- het MBO-diploma Schoonheidsspecialist (niveau 3);
- het Branchediploma Schoonheidsspecialist;
- een hieraan gelijkgesteld diploma, naar oordeel van de exameninstelling.

**Algemene toelichting:**

In onderstaande theoretische exameneisen wordt de theoretische kennis beschreven die de basis vormt voor het geven van theorielessen en het maken van kennisvragen.

Overall geldt: Ook de weergegeven indeling van onderwerpen en de definities van de verschillende onderwerpen zijn relevant en moeten worden toegelicht/kunnen worden bevraagd.

**Relevante voorkennis:**

Algemeen: branche(vak)niveau 3 is vereist.

Specifiek voor Elektrisch ontharen:

de bouw van de huid, algemene natuurwetenschappen, elektriciteit.

De kandidaat kan:

DEEL I: Theoretische kennis	DEEL I: Theoretische kennis
<b>1. Geschiedenis en ontwikkeling</b>	<b>1. Geschiedenis en ontwikkeling</b>
<b>1.1 Bindweefsel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grondlegger: Dicke</li> </ul>	<b>1.1 Bindweefsel</b> <p>A. de grondlegger van de medische bindweefselmassage noemen</p>
<b>1.2 Pincements</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grondlegger: Jacquet</li> <li>• Nederland: Hermans</li> </ul>	<b>1.2 Pincements</b> <p>A. de grondlegger van de pincementsmassage noemen</p> <p>B. noemen wie de pincementsmassage naar Nederland heeft gebracht</p>
<b>2. Medisch-therapeutische vorm</b>	<b>2. Medisch-therapeutische vorm</b>
<b>2.1 Bewegingsapparaat, orgaanklachten, littekenbehandeling</b>	<b>2.1 Bewegingsapparaat, orgaanklachten, littekenbehandeling</b> <p>A. de problemen noemen die vallen onder de medisch-therapeutische bindweefselmassage</p>
<b>3. Cosmetische vorm</b>	<b>3. Cosmetische vorm</b>
<b>3.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</b>	<b>3.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</b> <p>A. het doel noemen van de segmentale massage/cosmetisch ondersteunende massage/cosmetische bindweefselmassage</p>
<b>3.2 Lokaal, cosmetisch accent</b>	<b>3.2 Lokaal, cosmetisch accent</b> <p>A. het doel noemen van de lokale huidverbeteringsmassage/de huidverbeteringsmassage met een cosmetisch accent</p>
<b>4. Anatomie</b>	<b>4. Anatomie</b>
<b>4.1 Functies van de huid</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• barrièrefunctie</li> </ul>	<b>4.1 Functies van de huid</b> <p>A. van de volgende functies van de huid beschrijven wat hiertoe behoort:</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• bescherming/beschermdende functie</li> <li>• immunologische functie</li> <li>• productie van vitamine D</li> <li>• warmteregulatie</li> <li>• opslagfunctie voor in vet oplosbare stoffen</li> <li>• signaalfunctie</li> <li>• communicatiefunctie</li> </ul>	<p>barrièrefunctie, bescherming/beschermdende functie, immunologische functie, productie van vitamine D, warmteregulatie., opslagfunctie voor in vet oplosbare stoffen, signaalfunctie, communicatiefunctie</p>
<p><b>4.2 Structuur van het bindweefsel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• fibroblasten <ul style="list-style-type: none"> <li>• actine</li> <li>• myosine</li> </ul> </li> <li>• tussenstof/grondsustantie <ul style="list-style-type: none"> <li>• proteoglycanen</li> <li>• glycosaminoglycanen/mucopolysacchariden <ul style="list-style-type: none"> <li>• hyaluronzuur</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• vezelstructuren <ul style="list-style-type: none"> <li>• collageen vezels <ul style="list-style-type: none"> <li>• collageen</li> </ul> </li> <li>• elastische vezels <ul style="list-style-type: none"> <li>• elastine</li> </ul> </li> <li>• reticuline vezels <ul style="list-style-type: none"> <li>• reticuline</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• water</li> <li>• mestcellen/mastocyten <ul style="list-style-type: none"> <li>• heparine</li> <li>• histamine</li> <li>• hyaluronidase</li> <li>• serotonine</li> </ul> </li> <li>• cellen van Langerhans</li> <li>• vetcellen</li> <li>• wondgenezing <ul style="list-style-type: none"> <li>• reactiefase</li> <li>• regeneratiefase/granulatieweefsel</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>4.2 Structuur van het bindweefsel</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>A. de functie en het voorkomen van fibroblasten noemen</li> <li>B. de functie van actine en myosine noemen en de plaats noemen waar actine en myosine voorkomen</li> <li>C. de onderdelen van tussenstof/grondsustantie noemen</li> <li>D. de functie noemen van proteoglycanen</li> <li>E. de functie noemen van de volgende vormen van glycosaminoglycanen/mucopolysacchariden: hyaluronzuur</li> <li>F. de functie van collageen, elastische en reticuline vezels noemen en noemen waaruit ze bestaan</li> <li>G. de functie van water noemen</li> <li>H. de functie van mestcellen/mastocyten noemen en noemen wat de inhoud van de mestcel/mastocyt is</li> <li>I. de invloed van heparine, histamine, hyaluronidase en serotonine noemen</li> <li>J. noemen wanneer histamine vrijkomt in de huid</li> <li>K. de ligging, het doel, de functie en de migratie van de cellen van Langerhans noemen</li> <li>L. de functies van vetcellen noemen</li> <li>M. de volgende fasen van een normaal wondgenezingsproces in de goede volgorde plaatsen en van iedere fase de kenmerken noemen: reactiefase, regeneratiefase, remodeleringsfase</li> <li>N. het doel en de functie van de migrerende fibroblasten noemen en noemen hoe ze in staat zijn om te migreren</li> </ol>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• remodeleringsfase</li> <li>• migrerende fibroblasten</li> </ul>	
<p><b>4.3 Vascularisatie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bloedvaten in de huid <ul style="list-style-type: none"> <li>• haarvaten/capillairen</li> <li>• aders/venen</li> <li>• slagaders/arteriën</li> </ul> </li> <li>• arterioveneuze anastomosen/arterioveneuze verbindingen <ul style="list-style-type: none"> <li>• warmteregulatie</li> </ul> </li> <li>• precapillaire sfincter</li> <li>• collaterale bloedvaten/collateralen</li> <li>• lymfedoorstroming</li> </ul>	<p><b>4.3 Vascularisatie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>de bouw, ligging en functie noemen van de volgende bloedvaten in de huid: haarvaten/capillairen, aders/venen en slagaders/arteriën</li> <li>de ligging en functie van de arterioveneuze anastomosen/arterioveneuze verbindingen noemen en beschrijven hoe de warmte in de huid en het lichaam mede door de arterioveneuze anastomosen gereguleerd wordt</li> <li>de functie van precapillaire sfincters noemen op de lymfecirculatie en onder invloed van het (ortho)sympatische zenuwstelsel en noemen waardoor de precapillaire sfincters worden beïnvloed</li> <li>de functie van collaterale bloedvaten/collateralen noemen</li> <li>het tot stand komen van de lymfedoorstroming in de huid beschrijven</li> </ol>
<p><b>5. Zenuwstelsel</b></p>	<p><b>5. Zenuwstelsel</b></p>
<p><b>5.1 Zenuwweefsel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zenuwcel/neuron <ul style="list-style-type: none"> <li>• cellichaam</li> </ul> </li> <li>• zenuwuitlopers <ul style="list-style-type: none"> <li>• dendrieten</li> <li>• neurieten/axonen <ul style="list-style-type: none"> <li>• myelineschede <ul style="list-style-type: none"> <li>• gemyeliniseerde zenuwvezels</li> <li>• ongemyeliniseerde zenuwvezels</li> </ul> </li> <li>• motorisch eindplaatje</li> <li>• synaps</li> <li>• schakelneuron</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• soorten zenuwen <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorische zenuwen</li> <li>• sensibele zenuwen</li> <li>• gemengde zenuwen</li> </ul> </li> <li>• zenuwbanen</li> </ul>	<p><b>5.1 Zenuwweefsel</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>de bouw en functie van de volgende onderdelen van het zenuwweefsel noemen: zenuwcel/neuron, cellichaam, zenuwuitlopers (dendrieten en neurieten/axonen), myelineschede, zenuwvezels (gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde), motorisch eindplaatje, synaps, schakelneuron</li> <li>de prikkelgeleiding bij gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde (afferente en efferente) zenuwvezels beschrijven</li> <li>de kenmerken van de prikkeling van gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde zenuwvezels noemen</li> <li>noemen wanneer prikkeling van gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde zenuwvezels wenselijk is</li> <li>de prikkels noemen die door de volgende soorten zenuwen worden geleid en de plek noemen waar deze prikkels naar toe worden vervoerd: motorische zenuwen, sensibele zenuwen, gemengde zenuwen</li> <li>de onderdelen van een zenuwbaan in de juiste volgorde plaatsen</li> <li>de functie en ligging noemen van de grensstrengen en de zonnevlecht/plexis solaris</li> </ol>

- motorische zenuwbanen
- sensibele zenuwbanen
- gemengde zenuwbanen
- zenuwknopen en zenuwvlecht
  - grensstrengen
  - zonnevlecht/plexis solaris
- zenuwuiteinden
  - receptoren
    - functies
      - opvangen van prikkels/impulsen
      - verwerken van prikkels/impulsen
      - afgeven van prikkels/impulsen
    - sensorische prikkels/impulsen
      - gezichtsorgaan
      - gehoororgaan
      - reukorgaan
      - smaakorgaan
    - sensibele prikkels
      - tast
        - mechanoreceptoren
          - Meissner
      - druk
        - mechanoreceptoren
          - Merkel
          - Vater-Pacini
      - warmte/koude
        - thermoreceptoren
          - Krause
          - Ruffini
      - pijn
        - vrije zenuwuiteinden
  - motorische eindplaatjes
    - motorische prikkels/impulsen
  - prikkeloverdracht/synpaps

- H. de functies van de receptoren noemen
- I. de verschillende sensorische prikkels/impulsen noemen
- J. noemen wanneer de volgende mechanoreceptoren worden geprikkeld: lichaampjes van Meissner, lichaampjes van Merkel, lichaampjes van Vater-Pacini
- K. noemen waar de volgende thermoreceptoren zich bevinden en wanneer deze worden geprikkeld: lichaampjes van Krause, lichaampjes van Ruffini
- L. de vrije zenuwuiteinden noemen en de relatie beschrijven tussen vrije zenuwuiteinden en pijn
- M. de motorische eindplaatjes en prikkels/impulsen noemen
- N. de invloed noemen van de volgende neurotransmitters en noemen bij welk deel van het vegetatieve zenuwstelsel ze werkzaam zijn: acetylcholine, noradrenaline

<ul style="list-style-type: none"> <li>• invloeden van neurotransmitters <ul style="list-style-type: none"> <li>• acetylcholine</li> <li>• noradrenaline</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>5.2 Centraal zenuwstelsel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grote hersenen <ul style="list-style-type: none"> <li>• functies <ul style="list-style-type: none"> <li>• bewustzijn</li> <li>• verstand</li> <li>• geheugen</li> <li>• gevoel</li> <li>• willekeurige motoriek</li> <li>• coördinatie van sensorische informatie</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• kleine hersenen <ul style="list-style-type: none"> <li>• coördineren van houding en beweging/evenwicht</li> </ul> </li> <li>• de hersenstam <ul style="list-style-type: none"> <li>• uittredingsplaats hersenzenuwen</li> <li>• geleiding prikkels van en naar grote hersenen</li> <li>• centrum voor vitale functies (verlengde merg) <ul style="list-style-type: none"> <li>• ademcentrum</li> <li>• hartcentrum</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• ruggenmerg <ul style="list-style-type: none"> <li>• bouw en ligging <ul style="list-style-type: none"> <li>• grijze stof</li> <li>• witte stof</li> <li>• centraal kanaal</li> <li>• voorhoorn</li> <li>• achterhoorn</li> <li>• zijhoorn</li> <li>• voorwortel</li> <li>• achterwortel</li> <li>• ruggenmergvliezen</li> <li>• ruggenmergvocht</li> <li>• tussenwervelruimte</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<p><b>5.2 Centraal zenuwstelsel</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>A. de onderdelen van het centrale zenuwstelsel noemen</li> <li>B. de functies van de grote hersenen noemen</li> <li>C. de ligging en functie van de kleine hersenen noemen</li> <li>D. de uittredingsplaats van de hersenzenuwen noemen</li> <li>E. de ligging en functies van de hersenstam noemen</li> <li>F. de functies van het verlengde merg noemen</li> <li>G. de bouw, ligging en functies van de volgende delen van het ruggenmerg noemen: grijze stof, witte stof, centraal kanaal, voorhoorn, achterhoorn, zijhoorn, voorwortel, achterwortel, ruggenmergvliezen, ruggenmergvocht</li> <li>H. de plaats noemen waar de motorische zenuwprikkels uittreden die via het ruggenmerg verlopen</li> <li>I. de plaats noemen waar zenuwvezels (afferenten en efferenten) in en uit het ruggenmerg treden</li> <li>J. de ligging van de schakelcellen in het ruggenmerg noemen</li> <li>K. noemen in welke situatie een (neuronen)netwerk van het centrale zenuwstelsel groeit</li> <li>L. de onderdelen van een (neuronen)netwerk van het centrale zenuwstelsel noemen</li> <li>M. de mogelijkheid tot herstel van (neuronen)netwerken van het centrale zenuwstelsel beschrijven</li> </ol>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• functies <ul style="list-style-type: none"> <li>• geleiding van prikkels/prikkeling van gemyeliniseerde vezels</li> <li>• geleiding van prikkels/prikkeling van ongemyeliniseerde vezels</li> <li>• reflexorgaan</li> <li>• reflexboog <ul style="list-style-type: none"> <li>• schakelcellen</li> </ul> </li> <li>• centra autonome zenuwstelsel</li> </ul> </li> <li>• (neuronen)netwerken <ul style="list-style-type: none"> <li>• neurieten</li> <li>• dendrieten</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>5.3 Perifeer zenuwstelsel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hersenzenuwen <ul style="list-style-type: none"> <li>• vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus <ul style="list-style-type: none"> <li>• aangezichtspijn</li> </ul> </li> <li>• zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus faciales <ul style="list-style-type: none"> <li>• aangezichtsverlamming</li> </ul> </li> <li>• tiende hersenzenuw/zwervende zenuw/Nervus vagus</li> </ul> </li> <li>• algemene functie en uittredingsplaats van de ruggenmergzenuwen in het wervelkanaal</li> <li>• paardenstaart</li> <li>• herstelmogelijkheid/sprouting</li> <li>• efferente zenuwvezels/efferenten</li> <li>• afferente/zenuwvezels/afferenten</li> <li>• afferente banen</li> <li>• efferente banen</li> </ul>	<p><b>5.3 Perifeer zenuwstelsel</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>A. de functie van de vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus noemen</li> <li>B. de spieren noemen die de vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus innerveert</li> <li>C. de aandoening noemen die ontstaat door beschadiging van de vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus</li> <li>D. de functie van de zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus faciales noemen</li> <li>E. de aandoening noemen die ontstaat door het uitvallen van de zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus faciales</li> <li>F. de soort spieren noemen die de zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus facialis innerveert</li> <li>G. de functie van de tiende hersenzenuw/zwervende zenuw/Nervus vagus noemen</li> <li>H. de organen noemen die de tiende hersenzenuw/zwervende zenuw/Nervus vagus innerveert</li> <li>I. de algemene functie en uittredingsplaats noemen van de ruggenmergzenuwen in het wervelkanaal</li> <li>J. de functie van de paardenstaart noemen</li> <li>K. de herstelmogelijkheid van het perifere zenuwstelsel via sprouting beschrijven</li> <li>L. de prikkeling van efferente zenuwvezels/efferenten en afferente zenuwvezels/afferenten beschrijven</li> </ol>

	M. de functie en bouw van afferente banen en efferente banen noemen
<b>5.4 Neuro-anatomie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• archiniveau</li> <li>• paleoniveau</li> <li>• neoniveau</li> </ul>	<b>5.4 Neuro-anatomie</b> <p>A. de ligging en functie noemen van de volgende neuroniveaus: archiniveau, paleoniveau, neoniveau</p>
<b>5.5 Functionele neurofysiologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• reflexbrein</li> <li>• vitaal brein</li> <li>• emotioneel brein</li> <li>• intuïtief brein</li> <li>• logisch brein</li> </ul>	<b>5.5 Functionele neurofysiologie</b> <p>A. de ligging en functie noemen van de volgende breinen en de relatie noemen met de neuroniveaus: reflexbrein, vitaal brein, emotioneel brein, intuïtief brein, logisch brein</p>
<b>5.6 Superpositiefenomeen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ integratie superpositie-massage</li> </ul>	<b>5.6 Superpositiefenomeen</b> <p>A. de integratie van het superpositiefenomeen in de huidverbeteringsmassage beschrijven</p>
<b>5.7 Animaal/somatisch zenuwstelsel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• functies <ul style="list-style-type: none"> <li>• invloed op motoriek: willekeurige bewegingen</li> <li>• ontvangen van sensorische en sensibele prikkels/impulsen</li> </ul> </li> </ul>	<b>5.7 Animaal/somatisch zenuwstelsel</b> <p>A. de invloed van het animale/somatische zenuwstelsel op de motoriek beschrijven</p> <p>B. het ontvangen van sensorische en sensibele prikkels/impulsen door het animale/somatische zenuwstelsel beschrijven</p>
<b>5.8 Vegetatief/autonoom zenuwstelsel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• activerende en remmende werking <ul style="list-style-type: none"> <li>• spijsverteringsorganen</li> <li>• bloedsomloop</li> <li>• spieren</li> <li>• ademhaling</li> <li>• hartwerking</li> </ul> </li> <li>• innervatie <ul style="list-style-type: none"> <li>• parasymphatisch zenuwstelsel/parasympathicus <ul style="list-style-type: none"> <li>• rust en herstel</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<b>5.8 Vegetatief/autonoom zenuwstelsel</b> <p>A. de functies van het vegetatieve/autonome zenuwstelsel noemen</p> <p>B. de functie, ligging en invloed van de delen van het vegetatieve/autonome zenuwstelsel noemen: het parasymphatische zenuwstelsel/de parasympathicus en het (ortho)symphatische zenuwstelsel/de (ortho)sympathicus</p> <p>C. de functie en ligging noemen van de grensstrengen binnen het (ortho)symphatische zenuwstelsel/de (ortho)sympathicus</p> <p>D. het verband tussen prikkel-responsreactie en de (ortho)sympathicus noemen</p> <p>E. het verband tussen de termen anabool, trofotroop, katabool, ergotroop en de delen van het vegetatieve/autonome zenuwstelsel noemen</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• anabool</li> <li>• trofotroop</li> <li>• (ortho)sympathisch zenuwstelsel/ortho)sympathicus <ul style="list-style-type: none"> <li>• grensstrengen</li> <li>• prikkels-responsreactie</li> <li>• actiegericht</li> <li>• katabool</li> <li>• ergotroop</li> </ul> </li> <li>• functionele interactie/tuning</li> <li>• specifiek vegetatieve functies <ul style="list-style-type: none"> <li>• alarmfase</li> <li>• aanpassingsfase</li> <li>• uitputtingsfase</li> </ul> </li> </ul>	<p>F. het doel en de invloed van de functionele interactie/tuning op het weefsel noemen</p> <p>G. het doel, de functie de kenmerken en de gevolgen noemen van de volgende specifiek vegetatieve functies: de alarmfase, de aanpassingsfase en de uitputtingsfase</p>
<p><b>5.9 Segmentale reflexwegen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• embryologie en samenhang tussen lichaamsdelen</li> <li>• migratie extremiteiten <ul style="list-style-type: none"> <li>• dermatoom</li> <li>• myotoom</li> </ul> </li> <li>• Nervus vagus <ul style="list-style-type: none"> <li>• aandoeningen aan het hoofd <ul style="list-style-type: none"> <li>• hoofdpijn</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• nervus phrenicus <ul style="list-style-type: none"> <li>• stijve nek</li> <li>• pijn in de schouders</li> </ul> </li> <li>• nervus pelvicus <ul style="list-style-type: none"> <li>• prikkels uit de bekkeningewanden <ul style="list-style-type: none"> <li>• prikkeling blaas</li> <li>• prikkeling dikke darm</li> <li>• koude voeten</li> <li>• menstruatiepijn</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• referred pain</li> </ul>	<p><b>5.9 Segmentale reflexwegen</b></p> <p>A. het verband tussen de embryonale ontwikkeling en de samenhang tussen de delen van het lichaam noemen</p> <p>B. het voorkomen van dermatomen en myotomen en de migratie van extremiteiten noemen</p> <p>C. het verband noemen tussen overprikkeling van de Nervus vagus en aandoeningen aan het hoofd (waaronder hoofdpijn)</p> <p>D. het verband noemen tussen overprikkeling van de nervus phrenicus en de volgende aandoeningen: stijve nek en pijn in de schouders</p> <p>E. het verband noemen tussen overprikkeling van de nervus pelvicus en prikkels uit de bekkeningewanden (waaronder prikkeling van de blaas, prikkeling van de dikke darm, koude voeten, menstruatiepijn)</p> <p>F. de functie en ligging noemen van de Nervus vagus, nervus phrenicus en de nervus pelvicus</p> <p>G. de functie en de gevolgen noemen van referred pain</p> <p>H. beschrijven hoe referred pain ontstaat</p>
<p><b>5.10 Hormonale beïnvloeding bindweefsel</b></p>	<p><b>5.10 Hormonale beïnvloeding bindweefsel</b></p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• effecten van adrenaline</li> <li>• effecten van cortisol</li> </ul>	<p>A. de effecten op het bindweefsel noemen van de volgende hormonen: adrenaline, cortisol</p>
<p><b>5.11 Bindweefselzones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verhoogde spierspanning</li> <li>• verhoging temperatuur huid/verlaging temperatuur huid</li> <li>• kippenvel/transpiratie</li> <li>• overgevoeligheid van sommige punten</li> <li>• pijndrempelverlaging</li> <li>• vermindering huiddoorbloeding</li> <li>• verminderd herstel blessures</li> <li>• orthosympatische hyperactiviteit, segmentale relaties</li> <li>• lymfeverstoring: quellingen en dellungen</li> </ul>	<p><b>5.11 Bindweefselzones</b></p> <p>A. de kenmerken van een bindweefselzone noemen</p> <p>B. methoden noemen voor het vaststellen van bindweefselzones</p> <p>C. oorzaken van het ontstaan van bindweefselzones in het algemeen noemen</p> <p>D. oorzaken van het ontstaan van quellingen en dellungen noemen</p>
<p><b>5.12 Selectiviteit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hoog</li> <li>• gemiddeld</li> <li>• laag</li> </ul>	<p><b>5.12 Selectiviteit</b></p> <p>A. de functie en kenmerken aangeven van een hoge, gemiddelde en lage selectiviteit</p>
<p><b>5.13 Actualiteit</b></p>	<p><b>5.13 Actualiteit</b></p> <p>A. de functie en invloed van actualiteit op het weefsel beschrijven</p>
<p><b>5.14 Reactiviteit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verlaagd</li> <li>• sterk verlaagd</li> <li>• verhoogd</li> <li>• sterk verhoogd</li> <li>• stomme zone</li> <li>• actieve zone</li> <li>• katabole toestand</li> </ul>	<p><b>5.14 Reactiviteit</b></p> <p>A. de kenmerken aangeven van een verlaagde, sterk verlaagde, verhoogde en sterk verhoogde reactiviteit</p> <p>B. het verband tussen reactiviteit en een stomme zone en een actieve zone noemen</p> <p>C. het verband tussen reactiviteit en een katabole toestand noemen</p> <p>D. de invloed van reactiviteit op het lichaam beschrijven</p>
<p><b>6. Indicaties</b></p>	<p><b>6. Indicaties</b></p>
<p><b>6.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</b></p>	<p><b>6.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</b></p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• absolute contra-indicatie van plaats voor de lokale huidverbeteringsmassage/de huidverbeteringsmassage met een cosmetisch accent</li> <li>• acne met actieve ontsteking</li> <li>• rosacea met actieve ontsteking</li> </ul>	<p>A. het verband noemen tussen de absolute contra-indicaties van plaats voor de lokale huidverbeteringsmassage/de huidverbeteringsmassage met een cosmetisch accent en de indicaties voor alleen de segmentale/cosmetisch ondersteunende/cosmetische bindweefselmassage</p> <p>B. van de volgende indicaties voor de segmentale/cosmetisch ondersteunende/cosmetische bindweefselmassage de oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen: acne met actieve ontsteking, rosacea met actieve ontsteking</p>
<p><b>6.2 Lokaal, cosmetisch accent</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rosacea zonder actieve ontsteking</li> <li>• teleangiëctasieën</li> <li>• slecht doorbloede huid</li> <li>• congestieve huid</li> <li>• panniculose</li> <li>• degeneratie van de huid <ul style="list-style-type: none"> <li>• atrofie</li> <li>• elastosis</li> <li>• gedehydrateerde huid</li> <li>• kringen/wallen onder de ogen</li> <li>• rimpels</li> </ul> </li> <li>• gestuwde huid</li> <li>• reactieve huid</li> <li>• vette huid</li> <li>• gestabiliseerde littekens</li> </ul>	<p><b>6.2 Lokaal, cosmetisch accent</b></p> <p>A. van de volgende indicaties de globale oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen: rosacea zonder actieve ontsteking, teleangiëctasieën, slecht doorbloede huid, congestieve huid, panniculose, gestuwde huid, reactieve huid, vette huid, gestabiliseerde littekens</p> <p>B. van de volgende vormen van degeneratie van de huid de globale oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen: atrofie, elastosis, gedehydrateerde huid, kringen/wallen onder de ogen, rimpels</p>
<p><b>7. Absolute contra-indicaties</b></p>	<p><b>7. Absolute contra-indicaties</b></p>
<p><b>7.1 Koorts</b></p>	<p><b>7.1 Koorts</b></p> <p>A. van koorts de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast</p>
<p><b>7.2 Hartklachten</b></p>	<p><b>7.2 Hartklachten</b></p> <p>A. van hartklachten de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk</p>

	risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.3 Bloeddrukproblemen</b>	<b>7.3 Bloeddrukproblemen</b> A. van bloeddrukproblemen de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.4 Algehele malaise</b>	<b>7.4 Algehele malaise</b> A. van algehele malaise de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.5 Bloederziekte/hemofilie</b>	<b>7.5 Bloederziekte/hemofilie</b> A. van bloederziekte/hemofilie de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.6 (Pre)maligne tumoren</b>	<b>7.6 (Pre)maligne tumoren</b> A. van (pre)maligne tumoren de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.7 Periode na de zevende maand van de zwangerschap</b>	<b>7.7 Periode na de zevende maand van de zwangerschap</b> A. van de periode na de zevende maand van de zwangerschap de kenmerken en beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.8 Specifieke medicatie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• corticosteroïden</li> <li>• Prednison</li> <li>• Bloedverdunners</li> </ul>	<b>7.8 Specifieke medicatie</b> A. van het gebruik van corticosteroïden (waaronder Prednison) en bloedverdunners de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.9 Infectiegevaar</b>	<b>7.9 Infectiegevaar</b> A. van infectiegevaar beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.10 Werken op de huid van oogleden</b>	<b>7.10 Werken op de huid van oogleden</b>

	A. van werken op de huid van de oogleden beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.11 Werken op ontstekingen</b>	<b>7.11 Werken op ontstekingen</b> A. van werken op ontstekingen beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.12 Werken op onrustige hypertrofische littekens</b>	<b>7.12 Werken op onrustige hypertrofische littekens</b> A. van werken op onrustige hypertrofische littekens beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage toch wordt toegepast
<b>7.13 Acne met actieve ontsteking</b>	<b>7.13 Acne met actieve ontsteking</b> A. van acne met actieve ontsteking de oorzaken, kenmerken en beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage op die plaats toch wordt toegepast
<b>7.14 Rosacea met actieve ontsteking</b>	<b>7.14 Rosacea met actieve ontsteking</b> A. van rosacea met actieve ontsteking de oorzaken, kenmerken en beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeteringsmassage op die plaats toch wordt toegepast
<b>8. Relatieve contra-indicaties</b>	<b>8. Relatieve contra-indicaties</b>
<b>8.1 Pathologie van het zenuwstelsel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• status na cerebrovasculair accident</li> <li>• Parkinson</li> <li>• diabetes neuropathie</li> <li>• zenuwletsel</li> </ul>	<b>8.1 Pathologie van het zenuwstelsel</b> A. van de volgende aandoeningen van het zenuwstelsel de oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat: status na cerebrovasculair accident, Parkinson, diabetes neuropathie, zenuwletsel
<b>8.2 Lage selectiviteit</b>	<b>8.2 Lage selectiviteit</b> A. van een lage selectiviteit de oorzaken, kenmerken en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat

<p><b>8.3 Specifieke medicatie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pijnstillers</li> <li>▪ bloeddrukverlagende middelen</li> <li>▪ sederende medicatie</li> </ul>	<p><b>8.3 Specifieke medicatie</b></p> <p>A. van de volgende specifieke medicatie de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat: pijnstillers, bloeddrukverlagende middelen, sederende medicatie</p>
<p><b>8.4 Eczeem</b></p>	<p><b>8.4 Eczeem</b></p> <p>A. van eczeem de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.5 Periode voor de zevende maand van de zwangerschap</b></p>	<p><b>8.5 Periode voor de zevende maand van de zwangerschap</b></p> <p>A. van de periode voor de zevende maand van de zwangerschap de kenmerken noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.6 Periode tot negen maanden na de bevalling</b></p>	<p><b>8.6 Periode tot negen maanden na de bevalling</b></p> <p>A. van de periode tot negen maanden na de bevalling de kenmerken noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.7 Wonden</b></p>	<p><b>8.7 Wonden</b></p> <p>A. van wonden de kenmerken en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.8 Disfunctie van de schildklier</b></p>	<p><b>8.8 Disfunctie van de schildklier</b></p> <p>A. van disfunctie van de schildklier de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.9 Infecties</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bacteriële infecties</li> <li>• parasitaire infecties</li> </ul>	<p><b>8.9 Infecties</b></p> <p>A. van de volgende vormen van infecties de lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden</p>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• schimmelinfecties</li> <li>• virale infecties</li> </ul>	<p>huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat: bacteriële infecties, parasitaire infecties, schimmelinfecties, virale infecties</p>
<p><b>8.10 Onrustige littekens</b></p>	<p><b>8.10 Onrustige littekens</b></p> <p>A. van onrustige littekens de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.11 Ontstekingen</b></p>	<p><b>8.11 Ontstekingen</b></p> <p>A. van ontstekingen de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.12 Voorbehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen</b></p>	<p><b>8.12 Voorbehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen</b></p> <p>A. van de voorbehandeling voor (cosmetische) chirurgische ingrepen beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>8.13 Nabehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen</b></p>	<p><b>8.13 Nabehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen</b></p> <p>A. van de nabehandeling voor (cosmetische) chirurgische ingrepen beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeteringsmassage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p><b>9. Voorbereiding van de behandeling</b></p>	<p><b>9. Voorbereiding van de behandeling</b></p>
<p><b>9.1 Installeren van de cliënt bij onderzoek</b></p>	<p><b>9.1 Installeren van de cliënt bij onderzoek</b></p> <p>A. factoren noemen die van belang zijn bij het installeren van de cliënt bij onderzoek</p> <p>B. het belang van het goed installeren van de cliënt bij segmentaal onderzoek noemen</p>
<p><b>9.2 Opstellen van het behandelplan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• anamnese/vraagstelling cliënt</li> </ul>	<p><b>9.2 Opstellen van het behandelplan</b></p> <p>A. de volgende onderdelen van de huidverbeteringsmassage in de juiste</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• inspectie</li> <li>• uitvoeren huidzonetechniek</li> <li>• palpatie</li> <li>• segmentaal</li> <li>• lokaal</li> </ul>	<p>volgorde plaatsen en van ieder onderdeel de doelen noemen: anamnese/vraagstelling cliënt, inspectie, uitvoeren huidzonetechniek, palpatie</p> <p>B. de juiste opbouw van de huidverbeteringsmassage in segmentale massage en lokale massage noemen en van beide vormen van massage de belangrijkste functie noemen</p>
<p><b>9.3 Bepalen cosmetisch accent huidverbeteringsmassage</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ gezicht/hals/decolleté</li> </ul>	<p><b>9.3 Bepalen cosmetisch accent huidverbeteringsmassage</b></p> <p>A. noemen welke voorbereiding wenselijk is voor een huidverbeteringsmassage op gezicht/hals/decolleté</p>
<p><b>10. Bindweefselonderzoek</b></p>	<p><b>10. Bindweefselonderzoek</b></p>
<p><b>10.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• doorbloeding</li> <li>• temperatuur</li> <li>• aanzien van de huid</li> <li>• zones: huidzones, bindweefselzones</li> </ul>	<p><b>10.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</b></p> <p>A. noemen welke factoren worden onderzocht bij segmentaal onderzoek</p> <p>B. noemen waarop een sterke doorbloeding na segmentaal onderzoek duidt</p> <p>C. noemen welke zones verbeterd kunnen worden door een segmentale huidverbeteringsmassage</p>
<p><b>10.2 Lokaal, cosmetisch accent</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• spanningsverschillen</li> <li>• rimpels</li> </ul>	<p><b>10.2 Lokaal, cosmetisch accent</b></p> <p>A. de factoren noemen die onderzocht worden tijdens een lokaal, cosmetisch onderzoek</p> <p>B. noemen waarop het cosmetische accent ligt bij de huidverbeteringsmassage</p>
<p><b>10.3 Lokaal bindweefselonderzoek van gezicht/hals/decolleté</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• visuele inspectie</li> <li>• littekens</li> <li>• afwijkingen</li> <li>• verkleuringen</li> <li>• huidsoort</li> <li>• haargroei</li> <li>• tactielonderzoek</li> <li>• doorbloeding</li> <li>• weefselspanning</li> </ul>	<p><b>10.3 Lokaal bindweefselonderzoek van gezicht/hals/decolleté</b></p> <p>A. de factoren noemen waarop gelet moet worden tijdens het lokale bindweefselonderzoek van het gezicht/de hals/het decolleté</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• hydratatie</li> <li>• reactiviteit</li> </ul>	
<p><b>10.4 Visuele inspectie van de rug</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• littekens</li> <li>• afwijkingen</li> <li>• verkleuringen</li> <li>• doorbloeding</li> <li>• quellung</li> <li>• dellung</li> <li>• haargroei</li> </ul>	<p><b>10.4 Visuele inspectie van de rug</b></p> <p>A. noemen welke aspecten worden onderzocht tijdens de visuele inspectie van de verschillende lichaamsdelen</p> <p>B. de relatie tussen de begrippen quellung, dellung en bindweefselzone noemen</p> <p>C. het belang noemen van het letten op veranderde haargroei</p>
<p><b>10.5 Tactielonderzoek van de rug</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• huid(zone) <ul style="list-style-type: none"> <li>• weerstand</li> <li>• temperatuur</li> <li>• vochtigheid</li> </ul> </li> <li>• bindweefsel(zone) <ul style="list-style-type: none"> <li>• verschuifbaarheid</li> <li>• oppakbaarheid</li> <li>• consistentie</li> </ul> </li> <li>• reactiviteit</li> </ul>	<p><b>10.5 Tactielonderzoek van de rug</b></p> <p>A. de aspecten noemen die van belang zijn tijdens het zoeken naar huidzones en aangeven hoe deze onderdelen van het tactielonderzoek moeten worden uitgevoerd</p> <p>B. beschrijven hoe een huidzone kan worden vastgesteld</p> <p>C. de aspecten noemen die van belang zijn tijdens het zoeken naar bindweefselzones en aangeven hoe deze onderdelen van het tactielonderzoek moeten worden uitgevoerd</p> <p>D. beschrijven hoe een bindweefselzone kan worden vastgesteld</p> <p>E. het moment en de wijze noemen waarop de reactiviteit van het bindweefsel moet worden gecontroleerd</p>
<p><b>11. Intensiteitskeuze</b></p>	<p><b>11. Intensiteitskeuze</b></p>
<p><b>11.1 Selectiviteit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hoog</li> <li>• gemiddelde</li> <li>• laag</li> </ul>	<p><b>11.1 Selectiviteit</b></p> <p>A. de gevolgen van een hoge, gemiddelde en lage selectiviteit noemen voor de intensiteitskeuze</p>
<p><b>11.2 Actualiteit</b></p>	<p><b>11.2 Actualiteit</b></p> <p>A. het verband noemen tussen de actualiteit en de intensiteitskeuze</p>

<p><b>11.3 Reactiviteit</b></p>	<p><b>11.3 Reactiviteit</b> A. het verband noemen tussen de reactiviteit en de intensiteitskeuze</p>
<p><b>12. Massagetechnieken</b></p>	<p><b>12. Massagetechnieken</b></p>
<p><b>12.1 Bindweefseltechnieken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• huidtechnieken <ul style="list-style-type: none"> <li>• klassieke huidtechnieken</li> </ul> </li> <li>• overgangstechnieken <ul style="list-style-type: none"> <li>• S-je</li> <li>• U-tje</li> <li>• harmonicagriff</li> <li>• plooi- en pluktechniek</li> <li>• spintechniek</li> </ul> </li> <li>• onderhuidsbindweefseltechnieken <ul style="list-style-type: none"> <li>• gewebswäsche <ul style="list-style-type: none"> <li>• roltechniek/dynamisch</li> <li>• duimtechniek/statisch</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• diepere bindweefseltechnieken <ul style="list-style-type: none"> <li>• haaktechniek/periosttechniek</li> <li>• haaltechniek</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>12.1 Bindweefseltechnieken</b></p> <p>A. van de volgende huidtechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: klassieke huidtechnieken</p> <p>B. van de volgende overgangstechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: S-je, U-tje, harmonicagriff, plooi- en pluktechniek, spintechniek (verschillende varianten)</p> <p>C. het verschil noemen tussen een S-je en een U-tje in termen van handhouding en beweging</p> <p>D. het verschil noemen tussen de plooi- en pluktechniek en pincements</p> <p>E. van de volgende onderhuidsbindweefseltechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: gewebswäsche (waaronder roltechniek, duimtechniek)</p> <p>F. van de volgende diepere bindweefseltechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: haaktechniek/periosttechniek, haaltechniek</p>
<p><b>12.2 Pincementstechnieken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• oppervlakkige pincements</li> <li>• middeldiepe pincements</li> <li>• diepe pincements</li> </ul>	<p><b>12.2 Pincementstechnieken</b></p> <p>A. de opbouw van de pincementstechnieken noemen</p> <p>B. van de volgende pincementstechnieken de werkwijze (handhouding, vingerhouding, weefselopname, knijpdruk, tempo, richting, duur), invloeden en toepassing noemen: oppervlakkige pincements, middeldiepe pincements, diepe pincements</p>
<p><b>13. Effecten van de massage</b></p>	<p><b>13. Effecten van de massage</b></p>
<p><b>13.1 Positieve effecten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• herstel vegetatief evenwicht</li> <li>• objectief</li> </ul>	<p><b>13.1 Positieve effecten</b></p> <p>A. de positieve effecten van huidverbeteringsmassage noemen inclusief een verklaring voor deze effecten: herstel vegetatief evenwicht (waaronder</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• afname huidweerstand</li> <li>• afname bindweefselspanning</li> <li>• subjectief <ul style="list-style-type: none"> <li>• loomheid</li> <li>• vermoeidheid</li> </ul> </li> <li>• verbeterde circulatie</li> </ul>	<p>afname huidweerstand, afname bindweefselspanning, loomheid, vermoeidheid) en verbeterde circulatie</p> <p>B. noemen of de effecten die behoren tot het herstel van het vegetatieve evenwicht objectief of subjectief zijn</p>
<p><b>13.2 Negatieve effecten/fehlreactie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verstoring vegetatief evenwicht <ul style="list-style-type: none"> <li>• objectief <ul style="list-style-type: none"> <li>• toename huidweerstand</li> <li>• toename huidvochtigheid</li> <li>• toename bindweefselspanning</li> <li>• kippenvel</li> </ul> </li> <li>• subjectief <ul style="list-style-type: none"> <li>• koude- en/of tochtgevoel</li> <li>• onrustgevoelens</li> <li>• misselijkheid</li> <li>• pijnlijke techniekervaring</li> <li>• hoofdpijn</li> <li>• benauwdheid</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<p><b>13.2 Negatieve effecten/fehlreactie</b></p> <p>A. de negatieve effecten van huidverbeteringsmassage (fehlreactie) noemen inclusief een verklaring voor deze effecten en noemen of deze effecten objectief of subjectief zijn</p> <p>B. situaties noemen waarin een fehlreactie kan optreden</p>
<p><b>14. Handelswijze bij een fehlreactie</b></p>	<p><b>14. Handelswijze bij een fehlreactie</b></p>
<p><b>14.1 Herhaling</b></p>	<p><b>14.1 Herhaling</b></p> <p>A. noemen wanneer herhaling van een massagegreep moet worden toegepast bij een fehlreactie</p>
<p><b>14.2 Mildere techniek</b></p>	<p><b>14.2 Mildere techniek</b></p> <p>A. het effect noemen van het uitvoeren van een mildere techniek bij een fehlreactie</p>
<p><b>14.3 Ontstoringstechnieken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bekkengang</li> </ul>	<p><b>14.3 Ontstoringstechnieken</b></p> <p>A. de werkwijze van de verschillende ontstoringstechnieken bij een fehlreactie</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• borstgang</li> <li>• schedelrand</li> <li>• wenkbrauw</li> <li>• sacrumranden</li> </ul>	noemen en de plek op het lichaam waar deze moeten worden uitgevoerd
<b>14.4 Staken van de behandeling</b>	<b>14.4 Staken van de behandeling</b> A. de aanleiding tot het staken van de behandeling bij een fehlreactie noemen
<b>14.5 Uitleg geven aan de cliënt</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ periode waarin kans bestaat op een fehlreactie</li> </ul>	<b>14.5 Uitleg geven aan de cliënt</b> A. de periode na de behandeling noemen waarin bij een cliënt een fehlreactie kan optreden
<b>15. Verklaringsmodellen massage</b>	<b>15. Verklaringsmodellen massage</b>
<b>15.1 Poorttheorie van Melzack en Wal</b>	<b>15.1 Poorttheorie van Melzack en Wal</b> A. de Poorttheorie van Melzack en Wal beschrijven
<b>15.2 Degranulatie van mestcellen</b>	<b>15.2 Degranulatie van mestcellen</b> A. degranulatie van mestcellen beschrijven en de oorzaak hiervan noemen
<b>15.3 Post-excitatoire depressie</b>	<b>15.3 Post-excitatoire depressie</b> A. Post-excitatoire depressie beschrijven en de oorzaak hiervan noemen
<b>15.4 Endorfines</b>	<b>15.4 Endorfines</b> A. de werking van endorfines beschrijven
<b>15.5 Placebo</b>	<b>15.5 Placebo</b> A. het placebo-effect beschrijven inclusief merkbare effecten

## DEEL II: Praktische vaardigheden

Het praktijkexamen bestaat uit een massage, waarbij zowel bindweefsel- als pincements technieken worden ingezet. Voor een beschrijving van de correcte uitvoeringswijze van de diverse technieken wordt verwezen naar bijlage 1.

### Algemene werkproces

1. Ontvangt de cliënt
2. Voert een anamnese en onderzoek uit
3. Stelt een behandelplan op (in overleg met de cliënt) en bereidt de behandeling voor
4. Voert de behandeling gestructureerd en cliëntgericht uit
5. Bewaakt de kwaliteit, veiligheid en hygiëne tijdens de behandeling (Code van de Schoonheidsspecialist)
6. Voorkomt complicaties / grijpt zo nodig adequaat in
7. Evalueert de behandeling en rondt deze af
8. Adviseert de cliënt over thuisgebruik
9. Verkoopt producten en diensten
10. Reageert correct op wensen, vragen en klachten

### Huidverbeteringsmassage

#### 1. Onderzoek, anamnese en analyse

- Verricht onderzoek op de rug en voert een anamnese uit en maakt een analyse.

#### 2. Massage

De verhouding tussen bindweefseltechnieken en pincements dient bij uitvoering van de massage 2/3 respectievelijk 1/3 te zijn.

##### 2.1 Rug

- Masseert de rug in het geheel, met de nadruk op de bovenrug.
- Maakt bij de rugmassage gebruik van zowel huidtechnieken, overgangstechnieken als bindweefselgrepen.

##### 2.2 Decolleté

- Huidtechnieken of palperen
- Maakt bij weinig bindweefsel gebruik van middeldiepe of oppervlakkige pincements
- Maakt bij meer bindweefsel gebruik van overgangstechnieken en Gewebswäsche
- Haal- en/of haaktechniek onder het sleutelbeen

##### 2.3 Hals: keuze uit twee varianten

###### 2.3.1 Pincements

- Huidtechnieken
- Middeldiepe pincements, tweehandig, aan één kant, om en om of gelijktijdig aan beide zijden
- Oppervlakkige pincements, tweehandig, aan één kant, om en om of gelijktijdig aan beide zijden
- Omlopen en herhaling aan de andere kant

###### 2.3.2 Bindweefsel

- Huidtechnieken
- Pluk- en plooitechniek
- Harmonicagriff (de schildklier dient ontzien te worden)
- Haal- en haak techniek onder de kin

##### 2.4 Gezicht: keuze uit vier varianten

###### 2.4.1 Huidtechniek

- Huidtechniek gezicht

###### 2.4.2 Pincements

- Diepe pincements op wangen of boven de kaakrand

- Oppervlakkige pincements op de neus
- Middeldiepe en oppervlakkige pincements op de neus-lippenplooi
- Oppervlakkige pincements op de bovenlip
- Oppervlakkige pincements op de onderlip
- Middeldiepe of oppervlakkige pincements op de wangen

#### 2.4.3 Bindweefsel

- Overgangstechnieken
- Gewebswäsche
  - Kaaklijn
  - Neus
  - Neus-lippenplooi (haak en haaltechniek)
  - Bovenlip
  - Onderlip

#### 2.4.4 Combinatie

- Een combinatie van pincements en bindweefsel

### 2.5 Wangen: keuze uit twee varianten

#### 2.5.1 Pincements

- Diepe pincements op wangen of boven de kaakrand
- Oppervlakkige pincements op de neus
- Middeldiepe en oppervlakkige pincements op de neus-lippenplooi
- Oppervlakkige pincements op de bovenlip
- Oppervlakkige pincements op de onderlip
- Middeldiepe of oppervlakkige pincements op de wangen

#### 2.5.2 Bindweefsel

- Alle handelingen in het gezicht in het verloop van de slijtlijnen uitvoeren
- Wang voor wang
- Huidtechnieken
- Tenminste twee overgangstechnieken
- Gewebswäsche
- Haal- en/of haaktechniek

### 2.6 Ogen: keuze uit drie varianten

#### 2.6.1 Pincements

- Oppervlakkig, op het verloop van de kraaienpootjes

#### 2.6.2 Bindweefsel

- Haaltechniek, tweehandig symmetrisch met de duimen om het oog, uitlopend in een Gewebswäsche naar de haargrens

#### 2.6.3 Combinatie

- Een combinatie van bindweefsel en pincements

### 2.7 Wenkbrauwen

- Middeldiepe pincements
- Oppervlakkige pincements
- Gewebswäsche van boven naar beneden, van mediaal naar lateraal en weer terug
- Haal- en haaktechniek onder de wenkbrauwen
- Ogen inclusief wenkbrauwen in één keer, vervolgens omlopen voor het andere oog

### 2.8 Glabella, tussen de wenkbrauwen

- Om en om pincements
- Overgangstechniek
- Gewebswäsche



**2.9 Voorhoofd**

- Huidtechnieken
- Pincements of bindweefseltechnieken

**2.10 Afsluitende greep**

### DEEL III: Attitude / beroepshouding

- Nauwkeurig
- Bewust hygiënisch werkend
- Zorgvuldig
- Cliëntgericht
- Risico-mijdend
- Geconcentreerd
- Houdt relevante ontwikkelingen in het vakgebied bij

## BIJLAGE 1: TECHNIEKEN

### 1. Huidtechniek

- Houdt de vingers ontspannen en iets gespreid
- Zorgt dat geen scherpe hoeken in de buiging van de gewrichten te zien zijn
- Maakt contact door een ontspannen aanzet van de vingertoppen
- Werkt in een ononderbroken beweging, hand over hand, over het weefsel
- Zorgt voor een ontspannen verbreking van het contact met het weefsel
- Werkt hand over hand, vanaf de plaats van inzet, over de volle omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Behandelt het gebied een dusdanige tijd dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt
- Houdt bij de terugkeer naar de plaats van inzet de handen op een afstand van maximaal 12 centimeter van het weefsel
- Zorgt ervoor dat de uitgeoefende druk centraalwaarts is en niet sterker dan het gewicht van de hand
- De tijd tussen inzet en einde van de beweging is, afhankelijk van het te behandelen gebied, circa 2 seconden per greep
- Voert opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

### 2. Huidverschuivingstechniek ('S'-je)

- Streckt de duimen of de vingers en plaatst deze oppositieel in verticale richting van elkaar
- Zorgt dat de ruimte tussen duim en vingers maximaal 5 centimeter is
- Plaatst de duimtoppen ontspannen op het weefsel
- Beweegt de duimen zo naar elkaar toe te, dat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt
- Laat de duimen of de vingers de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden
- Voert de techniek tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied uit
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Verbreekt het contact met de huid niet
- Geeft op de plaats van inzet een aanzwellende loodrechte druk
- Optimaliseert de druk optimaliseren houdt deze aan gedurende de gehele greep
- Heft de druk aan het einde van de greep geleidelijk op
- Maakt een heen en weergaande beweging van de duimtoppen of vingertoppen gedurende 2 tot 3 seconden, afhankelijk van het te behandelen gebied
- Voert opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

### 3. Huidverschuivingstechniek ('U'-tje)

- Plaatst één hand zoveel mogelijk aangesloten op het weefsel
- Houdt de vingers van deze hand gesloten tot iets gespreid
- Zorgt dat de ruimte tussen duim en wijsvinger maximaal 10 centimeter is
- Plaatst de duim- of vingertop van de andere hand tegenover de hoek tussen de duim en wijsvinger van de

aangesloten hand

- Zorgt voor ontspannen plaatsing van de aangesloten inactieve hand en de duimtop of vingertop van de actieve hand
- Beweegt de duim of vinger zo naar de inactieve hand, dat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt
- Laat de duim eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden
  
- Voert de techniek tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied uit
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Zorgt dat de hand bij verplaatsing in de nabijheid van het weefsel blijft
  
- Geeft met de duim of een vinger van de actieve hand een aanzwellende druk
- Optimaliseert de druk en houdt deze aan gedurende de gehele greep
- Heft de druk aan het einde van de greep geleidelijk op en ondersteunt met de inactieve hand het weefsel
  
- Maakt de beweging van de duim of vinger per separaat punt in 2 tot 3 seconden, afhankelijk van het te behandelen gebied
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

#### **4. Harmonicagriff**

- Houdt de vingers recht en aangesloten
- Zorgt dat er geen hoeken in de gewrichten te zien zijn
  
- Maakt een ontspannen inzet  
Heft het tussenliggend weefsel, aangepast aan de plaats
- Brengt de handen naar elkaar toe en van elkaar af, zodat het weefsel gerekt wordt
- Laat de handen de ingenomen plaats op het weefsel behouden
  
- Voert de greep tweehandig symmetrisch en aansluitend over de gehele omvang van het te masseren gebied uit
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Houdt bij de verplaatsing de handen contact met het weefsel of houdt de handen in de nabijheid van het weefsel
  
- Geeft op de plaats van inzet met de vingers een aanzwellende druk
- Optimaliseert de druk en houdt deze aan gedurende de gehele greep
- Heft de druk op
  
- Maakt de beweging van de vingers in circa 4 seconden
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

#### **5. Plooi- en pluktechniek**

- Buigt de vingers licht en plaatst de duimtoppen ontspannen tegenover de vingertop(pen)
  
- Neemt het tussenliggend weefsel op (plooi fase)
- Heft het weefsel van de onderlaag, zonder overrekking (pluk fase)
- Verbreekt het contact met het weefsel door duimtoppen en vingertoppen glijdend over de opgenomen plooi naar elkaar toe te bewegen tot ze elkaar raken, waarna het opgenomen weefsel weer in de oorspronkelijke stand terugveert

- Voert de techniek tweehandig gelijktijdig of tweehandig hand over hand uit, over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Houdt de handen bij verplaatsing in de nabijheid van het weefsel
- Zorgt dat de druk duidelijk waarneembaar is, aangepast aan plaats en weefsel
- Voert iedere greep in circa 2 seconden uit
- Voert opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

#### **6. Spintechniek**

- Buigt de vingers licht e plaatst duim- en vingertoppen ontspannen tegenover elkaar op het weefsel
- Geeft loodrechte druk in het bindweefsel
- Verplaatst duim- en vingertoppen met cirkelvormige bewegingen, zodat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt
- Laat duim- en vingertoppen op de ingenomen plaats staan
- Voert de techniek tweehandig gelijktijdig of tweehandig hand over hand uit, over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Houdt de handen bij verplaatsing in de nabijheid van het weefsel
- Maakt loodrechte cirkelvormige bewegingen en houdt de druk circa 3 seconden aan
- Heft de druk geleidelijk weer op
- Voert opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

#### **7. Gewebswäsche/roltechniek**

- Houdt de handen met ontspannen aaneengesloten vingers in een V-vorm
- Zorgt dat de toppen van de wijsvingers elkaar raken
- Plaatst de duimen gestrekt oppositioneel ten opzichte van elkaar
- Laat de duimtoppen elkaar raken of houdt ze licht gebogen evenwijdig aan de wijsvingers
- Houdt de handen aangesloten aan het weefsel houden
- Heft het onderliggend weefsel
- Beweegt met de duimen het weefsel in tegenovergestelde richting
- Zorgt dat de handen de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel houden
- Voert de techniek tweehandig uit over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Behandelt zolang, dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt
- Houdt bij verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel
- Geeft met de vingers druk, zodat het onderliggende weefsel kan worden geheven
- Geeft met de duimen een aanzwellende loodrechte druk
- Houdt de druk tijdens de gehele beweging van de duimen aan
- Heft aan het einde van de greep de totale druk geleidelijk op
- Voert de totale beweging uit in circa 2 tot 4 seconden, afhankelijk van het te behandelen gebied

- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

#### 8. Gewebswäsche/duimtechniek

- Houdt de handen met ontspannen aaneengesloten vingers in een V-vorm
- Zorgt dat de toppen van de wijsvingers elkaar raken
- Plaatst de duimen gestrekt oppositioneel ten opzichte van elkaar
- Laat de duimtoppen elkaar raken of houdt ze licht gebogen evenwijdig aan de wijsvingers
- Houdt de handen aangesloten aan het weefsel houden
- Heft het onderliggend weefsel
- Zorgt dat de handen de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel houden
- Voert de techniek tweehandig uit over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Behandelt zolang, dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt
- Houdt bij verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel
- Geeft met de vingers druk, zodat het onderliggende weefsel kan worden geheven
- Geeft met de duimen een aanzwellende druk dieper in het bindweefsel
- Houdt ieder separaat drukmoment circa 3 seconden aan
- Heft de druk op

#### 9. Haaltechniek

- Plaatst de top van de wijsvinger of middelvinger op het weefsel (gestrekt of gebogen)
- Plaatst afhankelijk van de plaats op het weefsel de middelvinger op de wijsvinger
- Beweegt de vingertop in het weefsel
- Ondersteunt het weefsel zo nodig met de niet-actieve hand
- Maakt een ononderbroken beweging in het weefsel tot het einde van de greep
- Voert de techniek éénhandig uit over het gehele te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Voert iedere greep maximaal 3 maal op één plaats uit
- Geeft met de vingertop een aanzwellende druk in het onderhuids bindweefsel
- Optimaliseert de druk en houdt deze gedurende de gehele beweging aan
- Verschuift de werkende vinger pas over de huid als de subcutis optimaal gerekt is ten opzichte van de cutis
- Beweegt de vingers in circa 2 seconden per 10 centimeter
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

#### 10. Haaktechniek / periosttechniek

- Plaatst de top van de wijsvinger of middelvinger op het weefsel (gestrekt of gebogen)
- Plaatst afhankelijk van de plaats op het weefsel de middelvinger op de wijsvinger
- Houdt de vingertop na plaatsing op dezelfde plek en beweegt deze in het weefsel
- Ondersteunt het weefsel zo nodig met de niet-actieve hand
- Voert de techniek éénhandig uit over het gehele te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Voert iedere greep maximaal 3 maal op één plaats uit

- Geeft met de vingertop een aanzwellende druk in het onderhuids bindweefsel
- Optimaliseert de druk en heft deze op, zodat de subcutis optimaal gerekt wordt ten opzichte van de cutis.
- Verbreekt het contact met het weefsel
- Houdt de beweging van de vingers circa 3 seconden aan per separaat drukmoment
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

## 11. Pincements

- Begint de pincementsmassage op het decolleté
- Behandelt daarna hals en gezicht met uitzondering van de oogleden
- Eindigt de massage op het voorhoofd.
- Zorgt dat zowel de separate pincements als de banen waarin deze gegeven worden opeenvolgend aansluitend zijn.
- Past de pincementsgrepen waar mogelijk achtereenvolgend toe.
- Voert op plaatsen waar dat mogelijk is middeldiepe pincements uit, vóór de oppervlakkige pincements.
- Onderbreekt de pincements op gezette momenten en past effleurages, vibraties of drukzuiggrepen toe in het gebied dat behandeld wordt, zodat een ritmisch afwisselingspatroon ontstaat.
- Fixeert de hand vanuit de pols zodanig dat de pincementsbeweging alleen vanuit de vingers tot stand komt.
- Bij het opnemen van het weefsel staat de hand stil, de vingers worden niet in het weefsel geduwd en er wordt niet aan het weefsel getrokken.
- Houdt bij het opnemen van het weefsel de vinger(s) en de duim licht gebogen.
- Houdt gedurende het knijpmoment in het weefsel de duim zo tegenover de vinger(s) dat het weefsel kan worden opgenomen met de vingertop(pen) en de duimtop, zonder dat daarbij de nagels / het nagelbed het weefsel primair raken.
- Beweegt na een ontspannen inzet bij het opnemen van het weefsel de duim en de vinger(s) gelijkmatig naar elkaar toe zodat het weefsel wordt opgenomen zonder dat het verschuift.
- Laat nadat het knijpmoment heeft plaatsgevonden de vinger(s) en de duim gelijkmatig weer uit elkaar gaan voordat de hand wordt verplaatst.
- Gebruikt voor oppervlakkige en middeldiepe pincements de duim en de wijs- of middelvinger.
- Gebruikt voor diepe pincements de duim en drie of vier vingers.
- Geeft bij het uitvoeren van de pincements een duidelijk waarneembare knijpdruk zonder dat het weefsel wordt geplet.
- Zorgt dat bij de middeldiepe pincements de knijpdruk waarneembaar minder is dan bij de oppervlakkige- en diepe pincements.
- Voert de oppervlakkige pincements uit in een ritmische opeenvolging van circa drie pincements per seconde.
- Voert de middeldiepe pincements uit in een ritmische opeenvolging van circa één pincement per seconde.
- Voert de diepe pincements uit in een ritmische opeenvolging van circa twee pincements per seconde.
- Voert de oppervlakkige en middeldiepe pincements op het gezicht, de hals en het decolleté uit, dwars op de mimische plooi-richting van de huid.

- Behandelt bij de middeldiepe pincements wanneer die in een strook worden uitgevoerd de strook minimaal één keer
- Behandelt bij de oppervlakkige pincements wanneer die in een strook worden uitgevoerd de strook drie maal opeenvolgend.



## Literatuurbronnen

Dynamiek van het menselijk bindweefsel 2001

J. J. de Morree

Uitgeverij Bohn Stafleu van Loghum

ISBN 9789031351978

Bindweefselmassage

J.F.M Piet., J.J. Sachs

Uitgeverij Elsevier gezondheidszorg

ISBN 90 352 20609

Van segmentale verschijnselen

B. Cranenburgh

Uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghum

ISBN 90 313 4318 8

Fysiologie en anatomie

Drs. C.A. Bastiaanssen, drs. A.A.F. Jochems, dr. M.J. Tervoort

Uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghum

ISBN 978 90 313 4684 4

Toegepaste fysiologie 1 bindweefsel van het bewegingsapparaat

Frans van den Berg

Uitgeverij Lemma

ISBN90-5189-811-8