

Toetstermen wellnessmasseur

Vakkennis en Vaardigheden

© december 2015, NGS
Nederlands Genootschap voor Sportmassage

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Eventuele reacties, aanvullingen en voorstellen tot verbetering kunt u zenden aan:
Nederlands Genootschap voor Sportmassage

Postbus 421

3720 AK Bilthoven

info@ngsmassage.nl

088 7308500

Inleiding

Werkstructuur van documenten	3
Verklaringen	4
1. Anatomie	5
2. Fysiologie	15
3. Massage - theorie	29
4. Massage - praktijk	30
A. Onderzoek	34
B. Procedure stappenplan	35
C. Palpatie	37
D. Massage	37
E. Massageproces	42
5. Sociale vaardigheden	43
A. Communicatievaardigheden	43
B. Voorlichting, advies en instructie	44
C. Omgangsvormen en gedrag	44
6. Kwaliteitszorg	45
A. Registratie vaardigheden	45
B. Gedrag- en tuchtreglement	45
C. Hoofdpijnen wet- en regelgeving privacy cliënten	46
D. Hoofdpijnen wet- en regelgeving cliëntenrechten	46
E. Verbeterprocedé	47
F. Documentatiebeheer & archivering	48
G. Richtlijnen inrichting praktijk/behandelruimte	48
7. Reanimatie	49

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op enige andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Eventuele reacties, aanvullingen en voorstellen tot verbetering kunt u zenden aan:

Nederlands Genootschap voor Sportmassage

Postbus 421

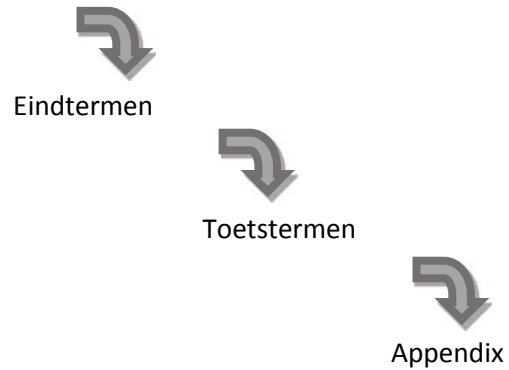
3720 AK Bilthoven

info@ngsmassage.nl

088 7308500

Werkstructuur van documenten

Servicedocument



Abstract —————> Detail

Verklaringen

Taxonomie algemeen

- De kandidaat geeft blijk van ...': professioneel gedrag/attitude

<i>Stof ter kennis name, geen aparte toetsing:</i>	<i>t.k.n.</i>
---	----------------------

- De kandidaat is in staat ...': vaardigheden

<i>Stof wordt praktisch getoetst:</i>	<i>Proeve van Bekwaamheid. (PvB)</i>
--	---

- De kandidaat beschikt over kennis (en / of inzicht) met betrekking tot ...': kennis

<i>Stof wordt theoretisch getoetst:</i>	<i>Theorie</i>
--	-----------------------

Taxonomie specifiek. Anatomie

Origo

O1 = bot(ten) waaraan de origo is bevestigd;

Insertie

I1 = bot(ten) waaraan de insertie is bevestigd;

Functie

F1 = functie vanuit de anatomische stand, tenzij anders vermeld, als agonist en eventueel als synergist.

1. Anatomie

NO.	Toetsterm	Taxonomie
1.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie, de bouw, de structuur en de vorm van</p> <ul style="list-style-type: none"> Ñ skelet 1 Ñ algemene kennis van vaste en beweeglijke skeletverbindingen¹ Ñ spieren¹ 	Theorie
1.1.1.	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de indeling van het skelet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • schedel • romp • schoudergordel • bovenste extremiteiten • bekkengordel • onderste extremiteiten 	
1.1.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van het skelet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • vorm/steun/groei • bescherming organen • aanhechtingmogelijkheden spieren en banden • beenmerg 	
1.1.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot skeletverbindingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • synarthrosen • syndesmose • synchondrose • synostose • diarthrosen (articulationes synoviales) • caput – cavum • congruentie en incongruentie • capsula articularis, synovia en ligamenten • hyalien kraakbeen • hulpstructuren • disci • menisci • labra-articularia • bursae <p>Indeling diarthrosen naar: Samenstelling:</p> <ul style="list-style-type: none"> • enkelvoudig • meervoudig 	

	<p> Functie <ul style="list-style-type: none"> • één-assig • twee-assig • drie-assig Vorm: <ul style="list-style-type: none"> • scharniergewricht • draaigewricht • ei- of ellipsoidgewricht • zadelgewricht • kogel- en nootgewricht </p>
1.1.4	<p> De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de skeletspieren: </p> <p> Bouw: <ul style="list-style-type: none"> • spierfascie • spierbundel • spiercel/vezel • myofibril • sarcomeer • myofilamenten <ul style="list-style-type: none"> ○ actine ○ myosine Indeling naar spiervormen: <ul style="list-style-type: none"> • parallelvezelig • spoelvormig • enkel- dubbelgevederd • enkel- meerhoofdig • meerbuikig • getand Indeling naar functie spier: <ul style="list-style-type: none"> • agonist • antagonist • synergist Indeling naar aantal gewrichten waarover spier loopt: <ul style="list-style-type: none"> • mono-articulair • bi-articulair • poly-articulair Globale werking: <ul style="list-style-type: none"> • contractiecyclus • innervatie (motorische eindplaat en motorunit) </p>

NO.	Toetsterm	Taxonomie
1.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de beschrijvende terminologie en bewegingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • plaatsbepaling en nomenclatuur van het menselijk lichaam • actieve stabiliteit ten opzichte van bewegen • passieve stabiliteit ten opzichte van bewegen • soorten spiercontracties 	Theorie
1.2.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot:</p> <ul style="list-style-type: none"> • anatomische houding • plaatsbepaling en nomenclatuur • bewegingen • actieve en passieve stabiliteit • de soorten spier contracties <ul style="list-style-type: none"> ○ statisch ○ dynamisch <ul style="list-style-type: none"> ▪ concentrisch ▪ excentrisch 	

NO.	Toetsterm	Taxonomie
1.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot hoofd en romp</p> <ul style="list-style-type: none"> • het beenderstelsel • skeletverbindingen • het spierstelsel • bewegingen • vorm van spieractie 	Theorie
1.3.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de delen van de schedel /cranium</p> <ul style="list-style-type: none"> • Os frontale/voorhoofdbeen <ul style="list-style-type: none"> • Os frontale/voorhoofdbeen • Ossa parietalia/wandbeenderen • Os occipitale/achterhoofdbeen <ul style="list-style-type: none"> ○ linea nuchea ○ protuberantia occipitalis externa • Ossa zygomatica/jukbeen • Os nasale/neusbeen • Os maxillare/ bovenkaak • Os mandibula/ onderkaak • Ossa temporalia/slaapbeenderen <ul style="list-style-type: none"> ○ processus mastoideus ○ linea nuchea 	

o protuberantia occipitalis externa

1.3.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw van de wervelkolom</p> <ul style="list-style-type: none"> • de verschillende delen • het aantal wervels • de krommingen van de wervelkolom • de belangrijkste verschillen van de verschillende groepen wervels • verschillen tussen 1^{ste} en 2^{de} halswervel
1.3.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis om de bouw van de borstkas te omschrijven</p> <ul style="list-style-type: none"> • thoracale wervels/borstwervels • sternum/borstbeen • costae/ribben • de meest plaats bepalende aanhechtingspunten voor spieren
1.3.4	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de spieren of spiergroepen van de het hoofd(niet gedetailleerd)</p> <ul style="list-style-type: none"> • musculatuur van het schedeldak • oppervlakkige musculatuur in het gebied van de oogleden • oppervlakkige musculatuur in het gebied van de neus • oppervlakkige musculatuur in het gebied van de mond
1.3.5	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de origo, insertie en functie van de spieren of spiergroepen van de romp, conform de aangegeven code.</p> <ul style="list-style-type: none"> • m. erector spinae/de grote rugstrekker (O1 – I1 – F1); het bestaan van recht – en schuinsysteem (NIET gedetailleerd) • m. quadratus lumborum/vierkante lendespier (O1 – I1 – F1); • m. rectus abdominis/rechte buikspier (O1 – I1 – F1); • m. obliquus externus abdominis/buitenste schuine buikspier (O1 – I1 – F1); • m. obliquus internus abdominis/binnenste schuine buikspier (O1 – I1 – F1); • m. transversus abdominis/dwarse buikspier (O1 – I1 – F1); • mm. intercostalis interni, NIET detailleren wel vezelverloop (O1 – I1 – F1); • mm. intercostalis externi, NIET detailleren wel vezelverloop (O1 – I1 – F1). <p>NB. wijzen op het bestaan van middenrif en bekkenbodem.</p>
1.3.6	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bewegingen in het gelaat</p> <ul style="list-style-type: none"> • de mimische musculatuur(niet in detail)
1.3.7	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bewegingen in de romp (wervelkolom)</p> <ul style="list-style-type: none"> • gedeelte van de wervelkolom waar deze bewegingen hoofdzakelijk plaatsvinden; • spieren die bovengenoemde bewegingen uitvoeren; • functie van spieren of spiergroepen in relatie tot actieve stabiliteit.

NO.	Toetsterm	Taxonomie
1.4	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de schoudergordel en de bovenste extremiteit</p> <ul style="list-style-type: none"> • het beenderstelsel • skeletverbindingen • het spierstelsel • bewegingen • vorm van spieractie 	Theorie
1.4.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de specifieke kenmerken, onderdelen en aanhechtingspunten van de beenderen van de schoudergordel en bovenste extremiteit;</p> <ul style="list-style-type: none"> • scapula/schouderblad • clavicula/sleutelbeen • humerus/opperarmbeen • radius/spaakbeen • ulna/ellepijp • ossa carpi/handwortelbeentjes <ul style="list-style-type: none"> • aantal en rangschikking, • ossa metacarpi/middenhandsbeentjes • ossa digitorum manus/vingerkootjes <ul style="list-style-type: none"> • phalanx proximalis • phalanx media • phalanx distalis • aantallen 	

1.4.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de specifieke kenmerken van de skeletverbindingen van de schoudergordel en de bovenste extremiteit</p> <ul style="list-style-type: none"> • articulatio sternoclavicularis (gewricht tussen borstbeen en sleutelbeen) samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden • articulatio acromioclavicularis. (gewricht tussen schouderdak en sleutelbeen) samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden. • articulatio humeri/schoudergewricht samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden • articulatio cubiti/ellebooggewricht <ul style="list-style-type: none"> • articulatio humeroradialis/gewricht tussen opperarmbeen en spaakbeen • articulatio humeroulnaris/gewricht tussen opperarmbeen en ellepijp • articulatio radioulnaris proximalis/bovenste spaakbeen-ellepijggewricht samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden • articulatio radioulnaris distalis/onderste spaakbeen-ellepijpwricht • articulatio radiocarpea en articulatio mediocarpea/ polsgewricht samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden <ul style="list-style-type: none"> • articulatio carpometacarpea pollicis (duimgewricht) samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden • articulatio carpometacarpea (gewrichtjes tussen handwortelbeentjes en middenhandsbeentjes) • articulatio metacarpofalangeae (gewrichtjes tussen middenhandsbeentjes en vingers) bewegingsmogelijkheden • articulatio falangeae / vingergewrichten bewegingsmogelijkheden
-------	--

1.4.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de origo, insertie en functie van de spieren of spiergroepen van de schoudergordel en bovenste extremiteit, conform de aangegeven code,</p> <ul style="list-style-type: none"> • m. supraspinatus/bovengraatsspier (O1 – I1 – F1); • m. infraspinatus/ondergraatsspier (O1 – I1 – F1); • m. teres minor/kleine ronde armspier (O1 – I1 – F1); • m. teres major/grote ronde armspier (O1 – I1 – F1); • m. deltoideus/deltaspier (O1 – I1 – F1); • m. subscapularis/onderschouderbladspier (O1 – I1 – F1); • m. latissimus dorsi/brede rugspier (O1 – I1 – F1); • m. coracobrachialis/ravenbekarmspier (O1 – I1 – F1); • m. pectoralis minor/kleine borstspier (O1 – I1 – F1). • m. pectoralis major/grote borstspier (O1 – I1 – F1); • m. rhomboideus minor/kleine ruitvormige spier(O1 – I1 – F1); • m. rhomboideus major/grote ruitvormige spier (O1- I1 – F1); • m. levator scapulae/schouderbladheffer (O1 – I1 – F1); • m. serratus anterior/voorste zaagspier (O1 – I1 – F1); • m. trapezius/monnikskapspier (O1 – I1 – F1); • m. sternocleidomastoideus/borstbeen-sleutelbeen-tepelspier (O1 – I1 – F1); • m. brachialis/bovenarmspier (O1 – I1 – F1); • m. biceps brachii/tweehoofdige bovenarmspier (O1 – I1 – F1); • m. triceps brachii/driehoofdige armspier (O1 – I1 – F1); • oppervlakkige laag ventrale onderarmspieren (O1 – I1 – F1); • diepliggende laag ventrale onderarmspieren (O1 – I1 – F1); • radiale onderarmspieren (O1 – I1 – F1); • oppervlakkige laag dorsale onderarmspieren (O1 – I1 – F1) • diepliggende laag dorsale onderarmspieren (O1 – I1 – F1). <p>N.B. wijzen op het bestaan van de handmusculatuur (duim- en pinkmuis)</p>
-------	---

NO.	Toetsterm	Taxonomie
1.5	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de onderste extremiteit</p> <ul style="list-style-type: none"> • het beenderstelsel • skeletverbindingen • het spierstelsel • bewegingen • vorm van spieractie 	Theorie
1.5.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de specifieke kenmerken, onderdelen en aanhechtingspunten van de beenderen van de bekkengordel en onderste extremiteit</p> <ul style="list-style-type: none"> • pelvis/bekken <ul style="list-style-type: none"> • os coxae/heupbeen <ul style="list-style-type: none"> • os pubis/schaambeen • os ilium/darmbeen • os ischii/zitbeen • os sacrum/heiligbeen • os coccygis/staartbeen • femur/dijbeen • tibia/scheenbeen • fibula/kuitbeen • patella/knieschijf • tarsus/voetwortel <ul style="list-style-type: none"> • talus/sprongbeen • calcaneus/hielbeen • os naviculare/scheepsvormig been • os cuboideum/teerlingbeen • ossa cuneiformia/wigvormige beenderen • ossa metatarsi /middenvoetsbeentjes • ossa digitorum pedes/teenkootjes <ul style="list-style-type: none"> • phalanx proximalis • phalanx media • phalanx distalis • aantallen • falangen/teenkootjes (geen details) alleen in relatie met de voetgewelven. 	

1.5.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de specifieke kenmerken van de skeletverbindingen van de onderste extremiteit</p> <ul style="list-style-type: none">• articulatio sacroiliaca (gewricht tussen heiligbeen en darmbeen)<ul style="list-style-type: none">• samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden• articulatio coxae /heupgewricht<ul style="list-style-type: none">• samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden• articulatio genus/kniegewricht<ul style="list-style-type: none">• samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden• bestaan van ligamenten collateralia, ligamenten cruciata en menisci• articulatio talocruralis/bovenste spronggewricht<ul style="list-style-type: none">• samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden• bestaan van ligamenten lateraal en mediaal (NIET verder detailleren).• articulatio subtalaris en articulatio talocalcaneonavicularis/onderste spronggewricht (achterste en voorste deel)<ul style="list-style-type: none">• samenstelling, vorm en bewegingsmogelijkheden• bestaan van ligamenten lateraal en mediaal (NIET verder detailleren).
-------	--

1.5.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de origo, insertie en functie van de spieren of spiergroepen van de onderste extremiteit, conform de aangegeven code</p> <ul style="list-style-type: none"> • m. psoas major/grote lendespier (O1 – I1 – F1); • m. iliacus/heupbeenspier (O1 – I1 – F1); • m. tensor fasciae latae/spanner van peesblad van bovenbeen) (O1 – I1 – F1); • m. gluteus maximus /groete bilspier(O1 – I1 – F1); • m. gluteus medius/middelste bilspier(O1 – I1 – F1); • m. gluteus minimus/kleine bilspier (O1 – I1 – F1); • m. gracilis/slanke dijspier (O1 – I1 – F1). • m. pectineus/schaambeenkamspier (O1 – I1 – F1); • m. adductor brevis/korte aanvoeder van dijbeen(O1 – I1 – F1); • m. adductor longus/lange aanvoeder van dijbeen (O1 – I1 – F1); • m. adductor magnus/grote aanvoeder van dijbeen (O1 – I1 – F1); • m. quadriceps femoris/vierhoofdige dijspier (O1 – I1 – F1); • m. sartorius/kleermakersspier (O1 – I1 – F1); • ischiocrurale groep: <ul style="list-style-type: none"> • m. biceps femoris/tweehoofdige dijbeenspier (O1 – I1 – F1); • m. semitendinosus/halfpezige spier (O1 – I1 – F1); • m. semimembranosus/halfvliezige spier (O1 – I1 – F1); • strekgroep: <ul style="list-style-type: none"> • m. tibialis anterior/voorste scheenbeenspier (O1 – I1 – F1); • m. extensor digitorum longus/lange tenenstrekker (O1 – I1 – F1); • m. extensor hallucis longus/lange strekker van de grote teen (O1 – I1 – F1); • peroneusgroep: <ul style="list-style-type: none"> • m. peroneus longus/lange kuitbeenspier (O1 – I1 – F1); • m. peroneus brevis/korte kuitbeenspier (O1 – I1 – F1); • achterste spieren van het onderbeen dorsale oppervlakkige laag; <ul style="list-style-type: none"> • m. triceps surae/driehoofdige kuitspier <ul style="list-style-type: none"> ▪ m. gastrocnemius/kuitspier (O1 – I1 – F1); ▪ m. soleus/scholspier (O1 – I1 – F1); • achterste spieren van het onderbeen dorsale diepliggende laag; <ul style="list-style-type: none"> • m. tibialis posterior/achterste scheenbeenspier (O1 – I1 – F1); • m. flexor hallucis longus/lange buiger van de grote teen (O1 – I1 – F1); • m. flexor digitorum longus/lange tenenbuiger (O1 – I1 – F1). <p>N.B. wijzen op het bestaan van de korte voetmusculatuur.</p>
-------	--

2. Fysiologie

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw en de functie van de cellen	Theorie
2.1.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van de cellen <ul style="list-style-type: none"> • celmembraan • celkern • cytoplasma • organellen <ul style="list-style-type: none"> • endoplasmatisch reticulum • mitochondriën • golgi apparaat (veld) • centriool • vacuolen 	
2.1.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van de cellen <ul style="list-style-type: none"> • animale levensverrichtingen <ul style="list-style-type: none"> ○ beweging <ul style="list-style-type: none"> • prikkelbaarheid • vegetatieve levensverrichtingen <ul style="list-style-type: none"> ○ groei ○ stofwisseling ○ voortplanting 	

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de functie van weefselsoorten	Theorie
2.2.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van de weefsels <ul style="list-style-type: none"> • epitheel- dekweefsel • bind- en steunweefsel • spierweefsel • zenuwweefsel • zintuigweefsel 	

2.2.2	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van het epitheelweefsel <ul style="list-style-type: none"> • plaat- of plaveiselepitheel • isoprismatisch (kubisch) epitheel • hoogprismatisch (cilindrisch) epitheel • trilhaar epitheel
2.2.3.	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de lagen van het epitheelweefsel <ul style="list-style-type: none"> • eenlagig epitheel • meerlagig epitheel
2.2.4	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van het epitheelweefsel <ul style="list-style-type: none"> • bescherming • absorptie • secretie <ul style="list-style-type: none"> • exocriene klieren • endocriene klieren • zintuig
2.2.5	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de verschillende soorten bindweefsel <ul style="list-style-type: none"> • losmazig bindweefsel • dicht bindweefsel • vast bindweefsel
2.2.6	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de verschillende vezels van het bindweefsel <ul style="list-style-type: none"> • collage vezels • elastische vezels • reticuline vezels
2.2.7	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van het kraakbeenweefsel <ul style="list-style-type: none"> • elastisch kraakbeen • hyaline kraakbeen • vezelig kraakbeen
2.2.8	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van het kraakbeenweefsel <ul style="list-style-type: none"> • ondersteunend • verbindend • bekleedend
2.2.9	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van het botweefsel <ul style="list-style-type: none"> • sponsachtig been (substantia spongiosa) • compact been (substantia compacta)

2.2.10	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van het botweefsel <ul style="list-style-type: none"> • steun • bescherming • bloedcelvorming • aanhechtingsplaats voor spieren en banden • lengtegroei/epifysairschijven • diktegroei/periost
2.2.11	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot verschillende soorten spierweefsel <ul style="list-style-type: none"> • dwarsgestreept spierweefsel • glad spierweefsel • hartspierweefsel

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.3	De kandidaat beschikt over algemene kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de algemene functie van het zenuwstelsel	Theorie
2.3.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van het zenuwweefsel <ul style="list-style-type: none"> • zenuwcel/neuron <ul style="list-style-type: none"> • cellichaam • dendrieten • neurieten • neurofibrillen • myelineschede/schede van Schwann • motorische eindboompje/plaatje 	
2.3.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie en werking van het zenuwstelsel <ul style="list-style-type: none"> • animale zenuwstelsel <ul style="list-style-type: none"> • motorische baan • sensibele baan • vegetatieve zenuwstelsel <ul style="list-style-type: none"> • orgaanfunctie • parasympatisch • (ortho)sympatisch • nervus vagus (10^e hersenzenuw) 	

2.3.3	De kandidaat beschikt over algemene kennis van de bouw en ligging en de functie van het centrale zenuwstelsel <ul style="list-style-type: none"> • grote hersenen (cerebrum) • kleine hersenen (cerebellum) • hersenschors • hersenstam • verlengde merg • ruggenmerg • piramide banen (algemeen) • extra piramidale banen (algemeen)
2.3.4	De kandidaat beschikt over algemene kennis met betrekking tot de ligging van het perifere zenuwstelsel <ul style="list-style-type: none"> • hersenzenuwen • ruggenmergzenuwen
2.3.5	De kandidaat beschikt over algemene kennis met betrekking tot de verschillende soorten zenuwen <ul style="list-style-type: none"> • motorische zenuwen • sensibele zenuwen • gemengde zenuwen

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.4	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de stofwisseling	Theorie
2.4.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de stofwisseling op het niveau van uitwendig en inwendige milieu <ul style="list-style-type: none"> • basaal metabolisme • arbeidsstofwisseling • belang van de kwantiteit en kwaliteit van de voeding • samenwerken van de orgaanstelsels in dienst van de stofwisseling 	
2.4.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de begrippen <ul style="list-style-type: none"> • osmose • diffusie • filtratie 	
2.4.3	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het doel van de stofwisseling <ul style="list-style-type: none"> • anabolisme/assimilatie • katabolisme/dissimilatie 	

2.4.4	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de werking van de stofwisseling</p> <ul style="list-style-type: none"> • opname <ul style="list-style-type: none"> • spijsvertering • ademhaling • distributie <ul style="list-style-type: none"> • bloedsomloop • brandstoffen • bouwstoffen • afvalstoffen • verwerking <ul style="list-style-type: none"> • cellen gereguleerd door enzymen • afgifte <ul style="list-style-type: none"> • eindproducten
2.4.5	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de voedingstoffen en hun eindproducten</p> <ul style="list-style-type: none"> • koolhydraten • glucose • vetten • vetzuren • eiwitten • aminozuren

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.5	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de functie van de spijsverteringsorganen en van de spijsvertering	Theorie
2.5.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw en ligging van het spijsverteringskanaal</p> <ul style="list-style-type: none"> • mond <ul style="list-style-type: none"> • tong • gebit • speekselklieren • keelholte <ul style="list-style-type: none"> • huid • strottenklep • slokdarm • maag <ul style="list-style-type: none"> • maagsapklieren • dunne darm <ul style="list-style-type: none"> • darmsapklieren • darmvlokken • chylvaten • dikke darm • endeldarm • anus 	
2.5.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw en de ligging van het orgaan</p> <ul style="list-style-type: none"> • lever 	

2.5.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van het spijsverteringskanaal</p> <ul style="list-style-type: none"> • mond <ul style="list-style-type: none"> • opslag • gedeeltelijke vertering • keelholte • slokdarm <ul style="list-style-type: none"> • peristaltiek • maag <ul style="list-style-type: none"> • mengen • kneden • bactericide werking maagzuur • inwerking van de maagsappen • dunne darm <ul style="list-style-type: none"> • werking spijsverteringsenzymen • opname in bloed en lymfe van voedingsstoffen • dikke darm <ul style="list-style-type: none"> • resorptie van water • colibacteriën • endeldarm • anus
2.5.4	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van de</p> <ul style="list-style-type: none"> • lever <ul style="list-style-type: none"> • reguleren plasmaconcentraties <ul style="list-style-type: none"> • glucose • aminozuren • vetzuren • filter gifstoffen • galproductie • vorming trombine • opslag vitaminen
2.5.5.	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de algemene functie van vitaminen</p> <ul style="list-style-type: none"> • vitamine A,B,C, D, E en K • in vet oplosbaar • in water oplosbaar • onderdeel van enzymen • werking als katalysator stofwisselingsproces
2.5.6	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de functie van mineralen en sporelementen</p> <ul style="list-style-type: none"> • opbouw weefsels en cellen • bestanddeel enzymen en vitaminen • contant houden osmotische druk en zuurgraad bloed

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.6	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de functie van de bloedsomloop	Theorie
2.6.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw van het hart <ul style="list-style-type: none"> • hartwand <ul style="list-style-type: none"> • endocard • myocard • epicard • pericard • linker en rechter atrium • linker en rechter ventrikel • anulus fibrosus • septum • kleppen 	
2.6.2.	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de werking van het hart <ul style="list-style-type: none"> • systole • diastole • hartminuutvolume <ul style="list-style-type: none"> • hartfrequentie • slagvolume • prikkeling en prikkelgeleiding <ul style="list-style-type: none"> • sinusknoop • bundel van His • vezels van Purkinje • invloed autonome zenuwstelsel 	
2.6.3	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van de bloedsomloop <ul style="list-style-type: none"> • gesloten transportsysteem • warmteregulatie • afweer • bescherming 	
2.6.4	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw en de functie van de <ul style="list-style-type: none"> • slagaders/arteriën • aders/venen • haarvaten/capillairen <ul style="list-style-type: none"> ○ slagaderlijke haarvaten ○ aderlijke haarvaten 	

2.6.5	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de coronaircirculatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • bloedvoorziening hart • kransslagaders • kransaders
2.6.6	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de grote circulatie / lichaamscirculatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • linker ventrikel • grote lichaamsslagader/aorta • aortaboog • arteriën • onderste holle ader • bovenste holle ader • rechter atrium
2.6.7	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw en de functie van de kleine circulatie/longcirculatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • rechter ventrikel • longslagaders • longaders • linker atrium
2.6.8	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de uitwisseling van stoffen tussen bloedvaten en interstitiële ruimte</p> <ul style="list-style-type: none"> • homeostase • bloeddruk als filtratiedruk • diffusie • osmose
2.6.9	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bloeddruk/tensie</p> <ul style="list-style-type: none"> • bovendruk/systolische druk • onderdruk/diastolische druk
2.6.10	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de factoren die de terugstroom van het bloed beïnvloeden</p> <ul style="list-style-type: none"> • De spierpomp. • Het klepmechanisme in de aderen. • De aanzuigende werking van het hart. • De kracht (persdruk) van het hart op de arteriën. • De negatieve druk in de thorax tijdens inademing.

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.7	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de samenstelling en de functie van het bloed, de lymfe en het lymfesysteem	Theorie
2.7.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functies van het bloed</p> <ul style="list-style-type: none"> • transport <ul style="list-style-type: none"> • aanvoer van zuurstof, voedingsmiddelen, hormonen • afvoer van afvalstoffen • warmte • afweer • bloedstolling 	
2.7.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de samenstelling van het bloed</p> <ul style="list-style-type: none"> • verhouding bloedplasma en bloedcellen • bloedplasma <ul style="list-style-type: none"> • bloedeiwitten • zouten <ul style="list-style-type: none"> ▪ water • vitaminen • voedingsstoffen • afvalstoffen • hormonen • bloedcellen <ul style="list-style-type: none"> • erythrocyten (rode bloedcellen) <ul style="list-style-type: none"> • zuurstoftransport • hemoglobine • aanmaak • afbraak • leukocyten (witte bloedcellen) <ul style="list-style-type: none"> • afweer bij infecties • fagocytose • diapedese • trombocyten(bloedplaatjes) <ul style="list-style-type: none"> • bloedstolling 	
2.7.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw en de ligging van het lymfatische systeem</p> <ul style="list-style-type: none"> • lymfecapillairen • lymfevaten • lymfeknopen • milt • borstbuis • rechter lymfebuis/lymfestam 	

2.7.4	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van lymfe <ul style="list-style-type: none"> • afvoer van eiwitten uit de weefsels • transport van vetten • productie witte bloedlichaampjes (lymfocyten) • afweermechanisme tegen infecties
2.7.5	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de samenstelling van lymfe <ul style="list-style-type: none"> • weefselvocht • lymfe • chylus

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.8	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw en de ligging van de ademhalingsorganen	Theorie
2.8.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw, functie en ligging van de luchtwegen <ul style="list-style-type: none"> • neus • neus-keelholte • mond-keelholte • strottenhoofd • luchtpijp • grote luchtpijptakken (bronchiën) • kleine luchtpijptakken (bronchioli) • longen <ul style="list-style-type: none"> ○ longvliezen ○ longkwabben ○ longblaasjes (alveoli) 	
2.8.2	De kandidaat beschikt over de kennis en werking van de ademhaling <ul style="list-style-type: none"> • inademing (inspiratie) • uitademing (expiratie) 	
2.8.3	De kandidaat beschikt over kennis van de luchtsamenstelling <ul style="list-style-type: none"> • inademingslucht • uitademingslucht 	

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.9	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de functie van de uitscheidingsorganen	Theorie
2.9.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de bouw en ligging van de nieren <ul style="list-style-type: none"> • nefronen • nierschors • niermerg • nierbekken • urinewegen <ul style="list-style-type: none"> • ureter • blaas • urethra 	
2.9.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van nieren als onderdeel van stofwisselingsproces <ul style="list-style-type: none"> • regulatie totale vochtvolume • afvoer overbodige stoffen uit bloed • constant houden van inwendig milieu • in stand houden zoutgehalte 	

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.10	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de functie van de huid	Theorie
2.10.1	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de indeling van de huid/cutis <ul style="list-style-type: none"> • opperhuid/epidermis <ul style="list-style-type: none"> • hoornlaag dode cellen • onderste 3 lagen levende cellen • vervanging cellen door afschilfering • lederhuid/corium <ul style="list-style-type: none"> • capillairen • zenuwen • receptoren • talgklieren • zweetklieren • onderhuids bindweefsel/subcutis <ul style="list-style-type: none"> • losmazig bindweefsel • vetweefsel 	

2.10.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functies van de huid</p> <ul style="list-style-type: none"> • sensoriek, • zweetregulatie (warmtehuishouding) • emotionele uitingen (blozen) • bescherming <ul style="list-style-type: none"> • mastcellen met histamine • afweercellen als lymfocyten • stootopvang • buffer tegen binnendringen van bacteriën en chemische stoffen • pijnregistratie • huidademhaling • vorming vitamine D • vormgeving lichaam (onderhuids vetweefsel)
2.10.3	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de algemene aanpassing van de waterhuishouding en warmteregulatie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • straling • stroming • geleiding • verdamping

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.11	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de bouw, de ligging en de functie van het hormoonstelsel	Theorie
2.11.1	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de ligging van het hormoonstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • hypofyse • schildklier <ul style="list-style-type: none"> • bijschildklier • alveesklier/pancreas <ul style="list-style-type: none"> • eilandjes van Langerhans • bijnieren <ul style="list-style-type: none"> • bijnierschors • bijniermerg 	

2.11.2	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de functie van het hormoonstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • hormonen <ul style="list-style-type: none"> • regeling van de voortplantingsprocessen • integratie van groei en ontwikkeling • handhaven van de homeostasis • verdediging van het lichaam • relatie met zenuwstelsel • hersenaanhangsel/hypofyse <ul style="list-style-type: none"> • groeihormoon • bijniermerg <ul style="list-style-type: none"> • adrenaline • noradrenaline • pancreas/eilandjes van Langerhans <ul style="list-style-type: none"> • insuline • glucagon • schildklier <ul style="list-style-type: none"> • thyroxine • bijnierschors <ul style="list-style-type: none"> • corticosteroiden • geslachtshormonen <ul style="list-style-type: none"> • androgeen • oestrogeen
--------	--

NO.	Toetsterm	Taxonomie
2.12	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de effecten van een saunagang op het lichaam	Theorie
	<ul style="list-style-type: none"> • effecten op warmte (invloed hart, huid, vaten, spieren, vochtregulatie), • effecten van koude <ul style="list-style-type: none"> • combinaties van effecten van warmte en koude 	

3. Massage - theorie

NO.	Toetsterm	Taxonomie
3.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de theorie van de wellnessmassage en de verschillende massagetechnieken	Theorie
3.1.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot <ul style="list-style-type: none"> • het begrip wellnessmassage • wanneer en waaruit de wellnessmassage is ontstaan • meest voorkomende wellnessmassage varianten (hotstone massage, aroma massage, ayurvedische massage) 	
3.1.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het onderscheid tussen <ul style="list-style-type: none"> • pathologische veranderingen • niet-pathologische veranderingen 	
3.1.3	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het behandelen van niet-pathologische veranderingen <ul style="list-style-type: none"> • ontstaan onder invloed van belasting • in de verschillende weefsels • in het bijzonder in het spierweefsel 	
3.1.4	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de lokale invloeden van de massagebehandeling <ul style="list-style-type: none"> • stimulering van de doorbloeding van de huid en van de spieren • verbetering van de stofwisseling • het beïnvloeden van de spiertonus zowel verhogen als verlagen, losmaken van vezels t.o.v. elkaar • het bestrijden van verhardingen in de spieren • het opwekken van desquamatie 	
3.1.5	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de lokale invloeden van hoofd-, gezichts- en buikmassage behandelingen <ul style="list-style-type: none"> • plaatsbepaling drukpunten gezicht en hoofd • invloed van drukpunten • invloed van buikmassage op darmstelsel 	

3.1.6	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de invloed van de verschillende massagehandgrepen</p> <ul style="list-style-type: none"> • mechanische verklaring: <ul style="list-style-type: none"> ○ desquamatief of ontschilfering ○ rekkende, rollende en schuivende bewegingen ○ ontwatering ○ losmaken van verklevingen ○ invloed op spieren en huid door wrijving, kneding, schuddingen ○ invloed op bloed en bloedvaten (druk-, zuigeffect) ○ invloed op lymfesysteem • reflectoire verklaring: <ul style="list-style-type: none"> ○ prikkeling van de sensibele zenuwen • chemisch-biologische verklaring: <ul style="list-style-type: none"> ○ vrijkomen van prikkelstoffen in het weefsel, acetylcholine en histamine • psychische verklaring: <ul style="list-style-type: none"> ○ invloed op de psyche • moderne verklaring: • combinatie van de voorgaande verklaringen
3.1.7	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot gebruik van soorten tussenstof</p> <ul style="list-style-type: none"> • poeders • crèmes • zalven • vetten • oliën
3.1.8	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot de criteria waaraan tussenstof moet voldoen</p> <ul style="list-style-type: none"> • de huid niet irriteren of een allergie opwekken • niet te snel in de huid dringen • de huid niet afkoelen • gemakkelijk te verwijderen • geen doordringende geur • neutrale kleur

3.1.9	<p>De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot aroma therapie en hotstone massage</p> <ul style="list-style-type: none"> • toepassing en dosering • wijze van toedienen • contra-indicaties <p>Aroma therapie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • samenstelling van gebruikte oliën (etherische- en basis olie) • gevolgen en risico's van het verkeerd gebruik van etherische oliën • effecten van de meest gebruikte aroma therapeutische oliën, met name lavendel, eucalyptus, rosemarijn, citroen, bergamon <p>Hotstone:</p> <ul style="list-style-type: none"> • materiaalkennis en –verzorging • gevolgen en risico's van het verkeerd gebruik van de stenen • effecten op korte en lange termijn
3.1.10	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de criteria voor de uitgangshouding van de cliënt</p> <ul style="list-style-type: none"> • optimale ontspanning voor cliënt • optimale spieren ontspannen • optimale ondersteuning • goede bereikbaarheid van de te masseren spier(groepen) • houding zo min mogelijk wijzigen
3.1.11	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de uitgangshoudingen voor de massage van de verschillende lichaamsdelen</p> <ul style="list-style-type: none"> • rug: lumbaal + thoracaal – buiklig en armen langs lichaam • rug: thoracaal + cervicaal – buiklig en armen omhoog (bv handen onder hoofd) • achterzijde onderste extremiteit – buiklig • voorzijde onderste extremiteit – ruglig(30 graden) • bovenste extremiteit- ruglig, buiklig of zijlig • borst- en buikmassage – ruglig(30°) • hoofd- en gezichtsmassage - ruglig(30°) <p>Note:</p> <p>Ruglig: met kussen onder het hoofd en ondersteuning onder de knieën</p> <p>Buiklig: rol onder de enkels, ontlasting druk op patella</p>

3.1.12	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de nomenclatuur en de uitvoeringswijze van de verschillende massagehandgrepen</p> <ul style="list-style-type: none"> • intermitterend drukken • effleurages • huidtechnieken • petrissages • fricties • tapotements • vibraties • schuddingen
3.1.13	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de lokale invloeden van de massagebehandeling</p> <ul style="list-style-type: none"> • de stimulering van de doorbloeding van de huid en de spieren • een betere stofwisseling, het beïnvloeden van de tonus, zowel verhogend als verlagend • losmaken van weefsels t.o.v. elkaar • het bestrijden van verhardingen in de spieren • het opwekken van desquamatie
3.1.14	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de invloed van de diverse massagehandgrepen rekening houdend met</p> <ul style="list-style-type: none"> • de algehele lichamelijke conditie • de omstandigheden en gesteldheid van de cliënt • de beschikbare tijd • het tijdstip t.o.v. de inspanning en saunagang
3.1.15	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot de opbouw van een massagebehandeling, rekening houdend met</p> <ul style="list-style-type: none"> • de intensiteit in samenhang met het doel • de mogelijkheid om de dosering van de handgrepen aan te passen aan het weefsel er van uitgaande dat de dosering wordt bepaald door de factoren <ul style="list-style-type: none"> • tijd, tempo, richting en druk
3.1.16	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het doel van een stimulerende massage</p> <ul style="list-style-type: none"> • verbeteren van de doorbloeding van weefsel • verbeteren van de stofwisseling • verhogen van de tonus van de spier

3.1.17	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het doel van een sederende massage</p> <ul style="list-style-type: none"> • ontspanning • algemeen welbevinden cliënt (beleving) • afvoeren afvalstoffen • verbeteren van de stofwisseling en doorbloeding van weefsel • ontwateren • verlaging van de tonus van de spier • bestrijden van verhardingen van de spieren
3.1.18	<p>De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot</p> <ul style="list-style-type: none"> • het vaststellen van indicatie en contra-indicaties • het opstellen van een stappenplan en dit met de cliënt te bespreken • het zelfstandig uitvoeren van een volledige massagebehandeling

4. Massage - praktijk

A. Onderzoek

NO.	Toetsterm	Taxonomie
4.1	De kandidaat is in staat een beroepsspecifiek onderzoek voorafgaande aan een behandeling ¹ uit te voeren	PvB
4.1.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het beroepsspecifiek onderzoek, voorafgaande aan de behandeling <ul style="list-style-type: none"> • afnemen van een anamnese • inspectie van het lichaam • palpatieonderzoek 	
4.1.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het doel van de anamnese <ul style="list-style-type: none"> • door middel van vraagstelling te weten te komen of er een behandeling gegeven mag worden • de wijze waarop de behandeling uitgevoerd kan worden (indicatie) 	
4.1.3	De kandidaat is in staat een anamnese op te nemen <ul style="list-style-type: none"> • persoonlijke gegevens • leefomstandigheden (ADL) • gezondheidshistorie (doorgemaakte ziekten) • huidige fysieke klachten/risicofactoren • arts en medicijngebruik • sport en trainingsbelasting • blessures in het verleden en nu • indicaties • contra-indicaties <ul style="list-style-type: none"> ○ algeheel / lokaal en absoluut / relatief • samenvatting 	
4.1.4	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot het doel van <u>inspectie</u> van het lichaam <ul style="list-style-type: none"> • het visueel kunnen herkennen van de normale zichtbare structuren van het lichaam, <ul style="list-style-type: none"> ○ huid, spieren, pezen, botten en gewrichten • het kunnen vaststellen van verschillen door links en rechts te vergelijken, • het verkrijgen van een indicatie of de belasting van invloed is op de statiek. 	

¹ Niet medisch

4.1.5	<p>De kandidaat is in staat inspectie van het lichaam te uitvoeren en de bevindingen te interpreteren en te evalueren toegespitst op de hulpvraag van de cliënt</p> <ul style="list-style-type: none"> • uitgangshouding <ul style="list-style-type: none"> ○ rechtop gerichte stand met de voeten recht naar voren² en het gewicht gelijkmatig verdeeld over beide voeten • voorzijde: <ul style="list-style-type: none"> ○ typologie (beperken tot atletisch, picnisch of leptosoom), huid (kleur, littekens en andere bijzonderheden), stand van het hoofd, spieromvang, spiercontouren, standsafwijkingen van de gewrichten, luchtfiguren, als mogelijk alles in rechts-links vergelijking • achterzijde: <ul style="list-style-type: none"> ○ huid (kleur, littekens en andere bijzonderheden), stand van het hoofd, spieromvang, spiercontouren, standsafwijkingen van de rug (wervelkolom), luchtfiguren, standsafwijkingen van de gewrichten, als mogelijk alles in rechts-links vergelijking • zijkanten: <ul style="list-style-type: none"> ○ huid (kleur, littekens en andere bijzonderheden), stand van het hoofd, lordose, kyfose, hyperextensie knie
-------	---

B. Procedure stappenplan

NO.	Toetsterm	Taxonomie
4.2	De kandidaat is in staat op basis van de verkregen onderzoeksgegevens een stappenplan op te stellen	PvB
4.2.1	<p>De kandidaat is in staat vast te stellen of hij/zij competent is om door te gaan in het behandelproces</p> <ul style="list-style-type: none"> • aan de hand van inzicht in eigen mogelijkheden en beperkingen, <ul style="list-style-type: none"> ○ zelf de problemen verder aan te pakken ○ dan wel te weten via welke andere weg deze benaderd kunnen worden <ul style="list-style-type: none"> • (sport)arts • (sport)fysiotherapeut • sportmasseur • andere deskundige • indien gekozen wordt voor behandeling, deze te kunnen uitvoeren naar de bestaande richtlijnen 	

² Correctie van de stand van de voeten mag doelgericht plaatsvinden
Toetstermen wellnessmassage – definitieve versie (december 2015)

4.2.2	<p>De kandidaat is in staat de klachten tegen de achtergrond van de cliënt te beschouwen, rekening houdend met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de patiënt als individu <ul style="list-style-type: none"> ○ leeftijd ○ sekseverschil ○ culturele achtergrond ○ sociale context ○ voorgeschiedenis • Indicaties en contra-indicaties • Match belasting – belastbaarheid, rekening houdend met <ul style="list-style-type: none"> ○ ADL gegevens ○ SDL³ gegeven
4.2.3	<p>De kandidaat is in staat te beoordelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • in hoeverre de hulpvraag van de cliënt wordt beantwoord • in hoeverre het beoogde effect kan worden bereikt • of er eventuele neveneffecten of complicaties zullen optreden
4.2.4	<p>De kandidaat is in staat uitleg te geven over:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de bevindingen van anamnese en lichamelijk onderzoek • de behandeling opties, met hun voor- en nadelen, uitvoering, risico's en eventuele bijeffecten • de behandelingsresultaten

³ Specifieke Dagelijkse Levensverrichtingen
Toetstermen wellnessmassage – definitieve versie (december 2015)

C. Palpatie

NO.	Toetsterm	Taxonomie
4.3	De kandidaat is in staat om een palpatie uit te voeren	PvB
4.3.1	De kandidaat is in staat tot (het doel van palpatie) <ul style="list-style-type: none"> • het herkennen van de voelbare structuren • het vaststellen van veranderingen in deze structuren door belasting • aan de hand van links en rechts vergelijking. 	
4.3.2	De kandidaat is in staat palpatie uit te voeren <ul style="list-style-type: none"> • temperatuur <ul style="list-style-type: none"> ○ met dezelfde hand • huidverschuifbaarheid <ul style="list-style-type: none"> ○ met één of twee handen • huidoppakbaarheid <ul style="list-style-type: none"> ○ met één of twee handen • spiertonus <ul style="list-style-type: none"> ○ met twee handen • spiermyogelosen <ul style="list-style-type: none"> ○ Informatie gedurende de behandeling • spierverklevingen <ul style="list-style-type: none"> ○ informatie gedurende de behandeling 	

D. Massage

NO.	Toetsterm	Taxonomie
4.4	De kandidaat is in staat op een verantwoorde wijze en zelfstandig een wellnessmassage uit te voeren	PvB
4.4.1	De kandidaat is in staat (vak)handelingen uit te voeren <ul style="list-style-type: none"> • volgens ergonomische richtlijnen • volgens regels Arbowetgeving 	
4.4.2	De kandidaat is in staat voor zichzelf hygiënemaatregelen te treffen <ul style="list-style-type: none"> • goed wasbare bedrijfskleding • handen verzorgd, geen lange nagels • geen sieraden • persoonlijke hygiëne 	

4.4.3	<p>De kandidaat is in staat hygiëne- en controlemaatregelen te treffen voor de cliënt</p> <ul style="list-style-type: none"> • voor de behandeling: <ul style="list-style-type: none"> ○ inruimen van de werkruimte/wachtruimte ○ inrichting en sfeer van de werkruimte/wachtruimte • voorafgaand aan de behandeling: <ul style="list-style-type: none"> ○ geeft informatie over het beoogde effect van de massage • tijdens de behandeling: <ul style="list-style-type: none"> ○ afkoelen cliënt voorkomen ○ afdekken niet te masseren lichaamsdelen en kleding ○ vraagt cliënt informatie te verstrekken omtrent pijn en eventueel anderen onaangename sensaties • afsluitend aan de behandeling: <ul style="list-style-type: none"> ○ hygiënisch omgaan met de materialen • na de behandeling: <ul style="list-style-type: none"> ○ opruimen van de werkruimte/wachtruimte
4.4.4	<p>De kandidaat is in staat de algemene regels bij praktijk massage toe te passen</p> <ul style="list-style-type: none"> • geen pijn veroorzaken in verband met afweerreacties • uitgangshouding van de cliënt moet ontspannen zijn alleen indien noodzakelijk gewijzigd worden • afkoelen van de cliënt voorkomen • neem de regels van hygiëne en ethiek in acht • ontwijk en voorkom weefselbeschadigingen • bij extremiteiten altijd beginnen met het meest proximale lichaamsdeel • de werkrichting van de handgrepen is van distaal naar proximaal • bij intermitterend drukken en handgrepen op de romp kan hiervan worden afgeweken • geen massage bij aanwezigheid van absolute contra-indicaties • handgrepen in de goede volgorde toepassen • afhankelijk van het doel de druk en snelheid doseren en meer of minder variatie toepassen

4.4.5	<p>De kandidaat is in staat massage handgrepen en in juiste volgorde uit te voeren</p> <ul style="list-style-type: none"> • intermitterend drukken <ul style="list-style-type: none"> ○ met één hand of met twee handen ○ de stand van de handen kan zowel parallel als dwars op de lengterichting van het te behandelen lichaamsdeel zijn ○ de druk over de hand(en) wordt gelijkmatig verdeeld ○ druk gelijkmatig opbouwen en laten afnemen ○ ritmisch en soepel in elkaar over gaan zodat stoten wordt vermeden ○ bij de rompmusculatuur dient rekening gehouden te worden met de het ademritme ○ op de extremiteiten van proximaal naar distaal ○ bij de romp is de richting vrij ○ bij de buikmusculatuur wordt rekening gehouden met het verloop van het colon • effleurages <ul style="list-style-type: none"> ○ de handen de contouren van het lichaam laten volgen ○ de druk dient gelijkmatig te worden verdeeld ○ dienen ritmisch en soepel te worden uitgevoerd ○ de handen zoveel mogelijk in contact blijven houden met het te behandelen lichaamsdeel. ○ druk van distaal naar proximaal ○ volgorde voor de rug en buik lengte - cirkelvormig - dwars ○ volgorde voor de extremiteiten lengte – (cirkelvormig) dwars ○ bij effleurage van de buikmusculatuur wordt rekening gehouden met het verloop van het colon ○ lengte <ul style="list-style-type: none"> • met één of twee handen of handdelen • de handen worden in de lengterichting van het te behandelen lichaamsdeel verplaatst ○ cirkelvormig (alleen bij de rug, de buik en eventueel extremiteiten) <ul style="list-style-type: none"> • met één of twee handen • de handen worden cirkelvormig op het te behandelen lichaamsdeel verplaatst ○ dwars <ul style="list-style-type: none"> • met één of twee handen of handdelen • de handen worden dwars op de lengterichting van het spierweefselverloop van de te behandelen spier(groep) verplaatst
-------	--

- petrissages
 - spieren die oppakbaar zijn zoveel als mogelijk met handen oppakken
 - spier uit bedding brengen
 - geleidelijk aan kracht opbouwen naar duidelijk kneedmoment
 - kracht geleidelijk weer af laten nemen
 - handen glijdend verplaatsen
 - tijdens het eigenlijke kneedmoment mogen de handen niet glijden
 - kneedmoment tegen een harde onderlaag (meestal het bot) of in de eigen hand
 - druk gelijkmatig verdeeld (niet knijpen)
 - gelijkmatig ritme
 - de hand(en) contact blijft(blijven) houden met het te behandelen lichaamsdeel
 - volgorde waarin de handgrepen dienen plaats te vinden is eerst lengte dan dwars
 - druk van distaal naar proximaal
 - lengte
 - met één of twee handen of handdelen
 - kneedmoment hoofdzakelijk in de lengterichting van het te behandelen lichaamsdeel
 - dwars
 - met één of twee handen of handdelen
 - kneedmoment hoofdzakelijk dwars op het te behandelen lichaamsdeel
 - cirkelvormig of halfcirkelvormig
 - kneedmoment in de lengte of dwarse richting van het te behandelen lichaamsdeel
 - bij de mimische musculatuur wordt gebruik gemaakt van de vinger-duimtop kneding
- fricties
 - met één of meer vingers, duim of delen van de hand
 - voldoende druk en diepte
 - kleine bewegingsuitslagen onder gelijkmatige druk
 - de huid verschuift t.o.v. de onderlaag
 - gelijkmatig ritme druk binnen de pijngrens
- schuddingen: direct, indirect
 - met één of twee handen
 - de handen rechtstreeks op de spier(groep) worden geplaatst (directe schudding)
 - de handen proximaal of distaal van de spier(groep) worden geplaatst (indirecte schudding)
 - de spier(groep) een zo groot mogelijke zijwaartse beweging laten maken
 - de spier(groep) goed ontspannen is en de gewrichten goed worden ondersteund
 - gelijkmatig ritme

	<ul style="list-style-type: none"> • tapotements <ul style="list-style-type: none"> ○ waaierslag, gespreide of gesloten vingers, vuist ulnair of palmair, battre a l'air comprimé ○ doorgaans met twee handen waarbij vooral de ulnaire en palmaire zijde van de handen worden gebruikt ○ dienen ritmisch en soepel, vanuit de losse pols, te worden uitgevoerd en mogen geen pijn veroorzaken ○ kort aanrakingsmoment • huidhandgrepen <ul style="list-style-type: none"> ○ rollen, verschuiven/rekken en plukken ○ met één of twee handen waarbij de huid t.o.v. de onderlaag wordt bewogen • eindeffleurage
4.4.6	<p>De kandidaat is in staat massage aan lichaamsdelen uit te voeren</p> <ul style="list-style-type: none"> • achterzijde onderste extremiteit <ul style="list-style-type: none"> • alle spieren vanaf de bekkenrand (inclusief de gluteaalmusculatuur) tot en met de achillespees (dus exclusief de voet) • voorzijde onderste extremiteit <ul style="list-style-type: none"> • alle spieren van de lies tot en met de voet inclusief de voetzool • rug: lumbaal + thoracaal <ul style="list-style-type: none"> • alle spieren vanaf bekken inclusief bekkenrand, tot cervicaal incl m. latissimus dorsi • rug: thoracaal + cervicaal <ul style="list-style-type: none"> • alle spieren vanaf thoracaal tot schedelrand. • bovenste extremiteit <ul style="list-style-type: none"> • de m. deltoideus plus alle spieren van bovenarm, onderarm en hand • borst-buikmassage <ul style="list-style-type: none"> • spieren aan de voorzijde van de romp zoals de mm. pectorali, de mm. intercostalis externi en interni en de mm. obliquus externus en internus abdominis en de m. rectus abdominis • het hoofd-gezicht <ul style="list-style-type: none"> • hals, gelaat en schedel
4.4.7	<p>De kandidaat is in staat om zelfstandig een hotstone massage uit te voeren rekening houdend met</p> <ul style="list-style-type: none"> • algemene regels uitvoering massage • juiste temperatuur stenen • effleurages met stenen • plaatsing van stenen • nazorg en advisering cliënt

4.4.8	<p>De kandidaat is in staat om zelfstandig een hoofdmassage uit te voeren rekening houdend met</p> <ul style="list-style-type: none"> • het hoofd-gezicht <ul style="list-style-type: none"> ○ hals, gelaat en schedel • algemene regels uitvoering massage • toepassing en dosering van de olie tijdens massage • wensen en behoeften cliënt • nazorg en advisering cliënt
4.4.9	<p>De kandidaat is in staat om zelfstandig een ontspanningsmassage inclusief aromatherapie uit te voeren rekening houdend met</p> <ul style="list-style-type: none"> • voorkant: <ul style="list-style-type: none"> • onderste extremiteiten • borst-buik <ul style="list-style-type: none"> ▪ spieren aan de voorzijde van de romp zoals de mm. pectorali, de mm. intercostalis externi en interni en de mm. obliquus externus en internus abdominis en de m. rectus abdominis • bovenste extremiteiten • achterkant <ul style="list-style-type: none"> • onderste extremiteiten • rug • nek • algemene regels uitvoering massage • toepassing en dosering van de olie tijdens massage • wensen en behoeften cliënt • nazorg en advisering cliënt

E. Massageproces

NO.	Toetsterm	Taxonomie
4.5	De kandidaat is in staat om het massageproces in de praktijk toe te passen	PvB
4.5.1	<p>De kandidaat is in staat om het proces toe te passen</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ intakeproces ○ uitvoering/behandelproces ○ nazorg proces 	

5. Sociale vaardigheden

A. Communicatievaardigheden

NO.	Toetsterm	Taxonomie
5.1	De kandidaat is in staat om communicatie vaardigheden binnen praktijksituaties (-simulaties) te hanteren	PvB
5.1.1	De kandidaat is in staat om in contacten kennis te maken, iets te vragen, een gesprek te beginnen, te luisteren en een gesprek te afronden <ul style="list-style-type: none"> • de kandidaat kan uitleggen wat dienstverlening of service inhoudt • de kandidaat is ten opzichte van de klant: <ul style="list-style-type: none"> ○ beleefd ○ hulpvaardig • de kandidaat kan <ul style="list-style-type: none"> ○ observeren ○ interpreteren ○ interesse tonen in de klant 	
5.1.2	De kandidaat is in staat om <ul style="list-style-type: none"> • 'neen' te zeggen • beleefdheidsvormen te hanteren • beslissingen te nemen • om te gaan met gevoelens • om te gaan met kritiek • om te gaan met waardering 	

B. Voorlichting, advies en instructie

NO.	Toetsterm	Taxonomie
5.2	De kandidaat is in staat om de klant voor te lichten, advies en instructie te geven	PvB
5.2.1	De kandidaat is in staat om <ul style="list-style-type: none"> • de relatie tussen product, prijs en kwaliteit aan de klant uit te leggen • advies te geven over producten • de volgende gespreksvormen toe te passen: <ul style="list-style-type: none"> ○ conclusie gesprek op basis van stappenplan ○ adviesgesprek ○ verkoopgesprek ○ informeel gesprek 	
5.2.2	De kandidaat is in staat om <ul style="list-style-type: none"> • de klant over de verzorging van het lichaam te adviseren • een stappenplan te interpreteren • naar aanleiding van een advies uit het stappenplan producten te adviseren • productinformatie te verstrekken 	

C. Omgangsvormen en gedrag

NO.	Toetsterm	Taxonomie
5.3	De kandidaat is in staat om zich op een bij een dienstverlenend beroep passende wijze te presenteren en in praktijksituaties (-simulaties) cliënten op correcte wijze tegemoet te treden	PvB
5.3.1	De kandidaat is in staat om cliënten te ontvangen en afscheid te nemen <ul style="list-style-type: none"> • ontvangen en begeleiden naar de plaats • op gemak stellen • naar wensen informeren • een gesprek beginnen, voeren en afsluiten • kleding aannemen en aanreiken • discreet behandelen • afscheid nemen 	

6. Kwaliteitszorg

A. Registratie vaardigheden

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.1	De kandidaat is in staat om de administratie rond de behandeling af te handelen	PvB
6.1.1	<p>De kandidaat is in staat om</p> <ul style="list-style-type: none"> • gegevens van de cliënt en de behandeling(en) in een cliëntendossier vast te leggen • de inhoud van de rapportage goed te structureren, waarbij hoofd- en bijzaken gescheiden worden • kernachtig en doelgericht te formuleren in rapportages • gegevens betreffende een thuisadvies vast te leggen en aan de klant mee te geven • Het doel en functie van het cliëntendossier in praktijk te brengen <ul style="list-style-type: none"> ○ transparantie ○ borging • gegevens op de (minimaal) benodigde formulieren vast te leggen <ul style="list-style-type: none"> ○ anamneseformulier ○ inspectieformulier ○ stappenplan 	

B. Gedrag- en tuchtreglement

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.2	De kandidaat is in staat om ethisch en professioneel gedrag ten toon te spreiden	PvB
6.2.2	<p>De kandidaat is in staat om op in een gegeven situatie ethisch te handelen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • de kandidaat herkent vertrouwelijke informatie • de kandidaat kan met vertrouwelijke informatie omgaan • de kandidaat kan (fundamentele) waarden en normen toepassen die in het beroepsmatig handelen een rol spelen 	

C. Hoofdpijnen wet- en regelgeving privacy cliënten

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.3	De kandidaat is in staat om de basisprincipes van de privacy wetgeving op eigen handelen en/of bedrijfsvoering toe te passen	PvB
6.3.1	<p>De kandidaat is in staat om</p> <ul style="list-style-type: none"> • al wat hem/haar in het kader van de beroepsuitoefening betreffende de cliënt en diens naaste betrekkingen ter ore is gekomen, te beschouwen als beroepsgeheim. • ter zake tegenover derden een zwijgplicht uit te oefenen • er zorg voor te dragen dat de geheimhouding van de gegevens van de cliënt en de bescherming van de diens persoonlijke levenssfeer verzekerd zijn • Voor het uitwisselen van behandelgegevens betreffende de cliënt, toestemming te vragen aan de cliënt • aan de cliënt aan te geven hoe met zijn/haar gegevens wordt omgegaan • de cliënt aan te laten geven (door een paraaf) op de volgende formulieren hoe met zijn/haar gegevens wordt omgegaan <ul style="list-style-type: none"> ○ op de onderzoek formulieren (anamnese, inspectie) ○ op het stappenplan 	

D. Hoofdpijnen wet- en regelgeving cliëntenrechten

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.4	De kandidaat is in staat om de cliënt invloed te geven op het behandelproces	PvB
6.4.1	<p>De kandidaat is in staat om de cliënt invloed te geven op het behandelproces door te realiseren dat de cliënt</p> <ul style="list-style-type: none"> • recht op een duidelijk behandelplan heeft • inzage heeft in zijn dossier • recht heeft op privacy • inspraak heeft 	

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.5	De kandidaat beschikt over basiskennis en inzicht met betrekking tot de meest relevante wetten die cliëntenrechten regelen	Theorie
6.5.1	De kandidaat beschikt over basiskennis en inzicht betreffende de meest relevante cliëntenrechten zoals omschreven in de <ul style="list-style-type: none"> • WKCZ • BIG • WGBO • Kwaliteitswet Zorginstellingen • WMG 	

E. Verbeterprocedé

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.6	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht om de kwaliteit van de eigen werkzaamheden te waarborgen	Theorie
6.6.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot <ul style="list-style-type: none"> • het begrip kwaliteit • waarom bij kwaliteitszorg de wensen van de klant centraal staan • omschrijving van: <ul style="list-style-type: none"> ○ productkwaliteit ○ proceskwaliteit 	
6.6.2	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot <ul style="list-style-type: none"> • het doel van evaluatie en nazorg • het belang van regelmatige evaluatie • de richtlijnen voor evaluatie van behandelingen 	
6.6.3	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot <ul style="list-style-type: none"> • het concept klachtenregeling • weet wat een klacht of incident is • weet hoe om te gaan met een klacht of incident, zoals: <ul style="list-style-type: none"> ○ minimale criteria voor ontvankelijkheid van een klacht of incident ○ minimale criteria voor vastleggen klacht of incident ○ minimale criteria voor afhandelen van een klacht of incident ○ kent algemene klachtenprocedure 	

F. Documentatiebeheer & archivering

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.7	De kandidaat beschikt over kennis met betrekking tot het waarborgen van de kwaliteit van de eigen administratie	Theorie
6.7.1	De kandidaat beschikt over kennis en inzicht met betrekking tot <ul style="list-style-type: none"> • het nut en het doel van documentatiebeheer • de minimale criteria voor documentatiebeheer • het nut en doel van archivering • verschillende vormen van archief • criteria voor wel/niet archiefwaardig 	

G. Richtlijnen inrichting praktijk/behandelruimte

NO.	Toetsterm	Taxonomie
6.8	De kandidaat geeft blijk van kennis van de richtlijnen waar een praktijk /behandelruimte minimaal aan moet voldoen	theorie
6.8.1	De kandidaat geeft blijk van kennis van richtlijnen over <ul style="list-style-type: none"> • hygiëne • veiligheid • privacy • algemeen 	

7. Reanimatie

Opmerking:

De kandidaat dient te beschikken over een door Nederlandse Reanimatieraad erkend certificaat reanimatie.

NO.	Toetsterm	Taxonomie
7.1	De kandidaat is in staat acute letsels te herkennen en adequaat te behandelen zoals bij bewustzijnsverlies, bedreigde ademhaling, belemmerde ademweg en bedreigde circulatie	PvB
7.1.1	De kandidaat is in staat stoornissen in de het bewustzijn te herkennen/vast te stellen en eerste hulp te verlenen <ul style="list-style-type: none"> • het bewustzijn en het bewustzijnsniveau • een bewustzijnsstoornis als gevolg van uitputting 	
7.1.2	De kandidaat is in staat stoornissen in de ademhaling te herkennen/vast te stellen en eerste hulp te verlenen <ul style="list-style-type: none"> • de ademhaling beoordelen • een vrije en (gedeeltelijk) afgesloten luchtweg • een normale, bedreigde, onvoldoende en afwezige ademhaling • de ademhaling veiligstellen en bewaken • bij stilstand van de ademhaling deze kunstmatig op gang brengen en houden • ademnood, hyperventilatie en een astma-aanval 	
7.1.3	De kandidaat is in staat stoornissen in de bloedsomloop te herkennen/vast te stellen en eerste hulp te verlenen <ul style="list-style-type: none"> • een stilstand van de bloedsomloop • bij stilstand van de bloedsomloop kunstmatig circulatie opwekken(reanimatie) • een ernstige uitwendige bloeding stelpen • (dreigende) shock • het ontstaan of verergering van shock voorkómen • plaatselijke doorbloedingsstoornissen (door afknellen) • bij afsluiten van bloedvaten in de benen en bij het optreden van een acuut loge-syndroom 	