

NEUROTHERAPIE CENTRUM HILVERSUM

NCH-nieuws versie 1:
april 2021
www.neurotherapie.nl

Het laatste nieuws over neurofeedback en het NCH



NCH nieuws

Het laatste nieuws over o.a.:

- Neurofeedback
- EEG's
- Gezondheid
- Het Neurotherapie Centrum Hilversum
- Boeken tips

Belangrijk: u kunt zich natuurlijk uitschrijven
zie onder aan de pagina

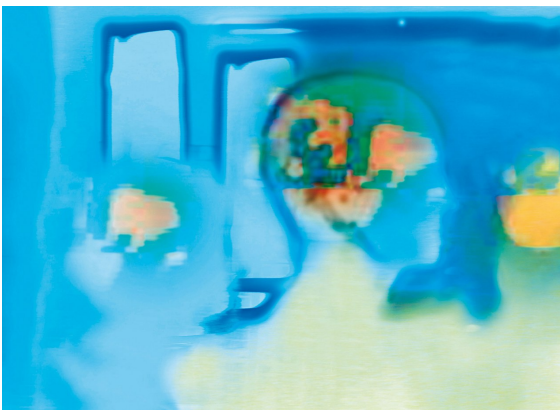
Neurofeedback en vallen

Het is bekend dat mensen vaker gaan vallen naarmate ze ouder worden. In een onderzoek van S. Shahrbanian uit 2019 werd gekeken of neurofeedback een positieve invloed kan hebben. Vijfenveertig dames van 65 jaar en ouder kregen óf neurofeedback óf fysieke training óf geen behandeling. Na 12 weken waren zowel de neurofeedback- en de fysiekgetrainde groep beter dan de controle groep. Bovendien scoorde de neurofeedbackgroep beter dan de fysiek getrainde groep.



Shahrbanian et. al. 2019. Physiotherapy Theory and Practice

Neurofeedback en Trauma



In 2020 is er een studie gepubliceerd waarin kinderen met ontwikkelingstrauma zijn behandeld met 24 sessies neurofeedback. Na afloop scoorden de behandelde kinderen een stuk beter dan de kinderen op de wachtlijst. Dit effect bleef echter niet hangen. De onderzoekers concludeerden dat neurofeedback erg effectief kan zijn **mits** er voldoende is getraind.

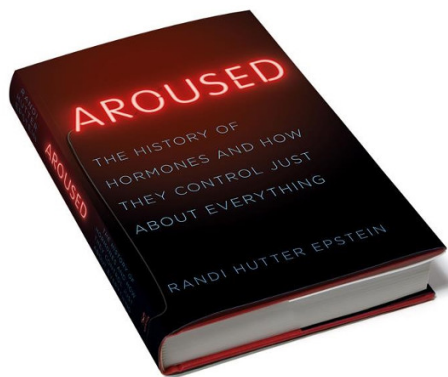
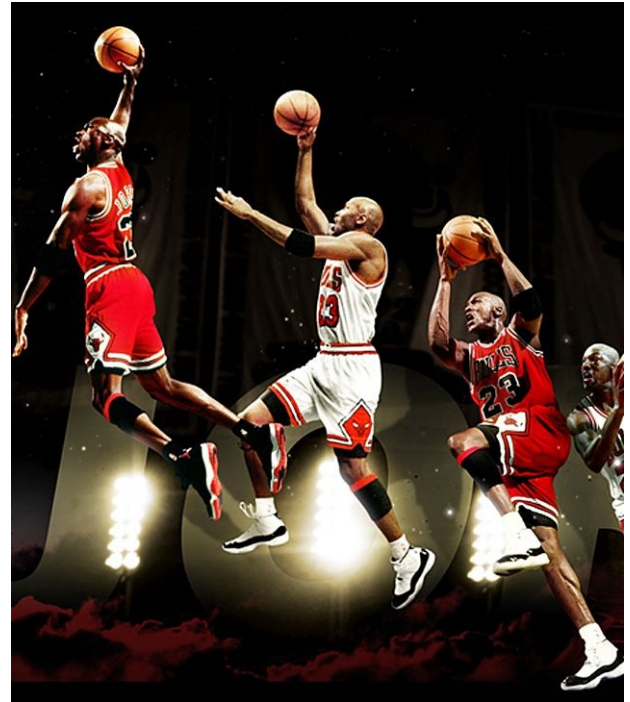
De hele studie is [hier](#) te lezen.

Rogel et. al. 2020, Trauma Psychology

Beter Basketballen!

Neurofeedback kan ook gebruikt worden voor prestatieverbetering op allerlei gebied. Een studie uit 2021 van Shokri laat dit zien. Beginnende basketbalspelers, 45 in totaal, werden verdeeld in 3 groepen: 1 groep kreeg neurofeedback, 1 groep kreeg neurofeedback en biofeedback (hartslag en huidgeleiding) de laatste groep kreeg geen extra training. Gekeken werd of de basketballers beter gingen dribbelen, schieten en 'lay-uppen'. De gecombineerde groep scoorde het beste, gevolgd door de neurofeedback groep. De controle groep liet geen verbeteringen zien.

Shokri & Nosratabadi, 2021: appl. psychophysiology and biofeedback

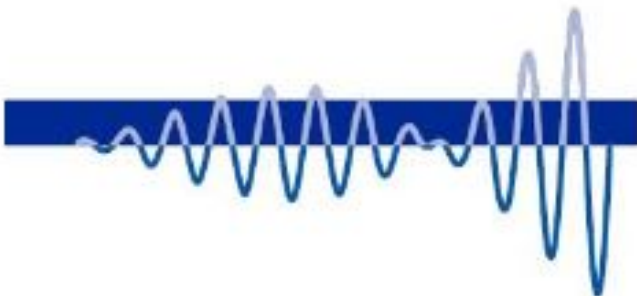


Gelezen!

Het boek Aroused, geschreven door de Amerikaanse arts Randi Hutter Epstein, gaat over hormonen. Het is echter geenszins een saaie opsomming. De hoofdstukken zijn zo geschreven dat ze leuk zijn om te lezen en door de persoonlijke verhalen van de 'ontdekkers' blijft het ook goed hangen. Het is zeker geen boek waarin alle hormonen aan bod komen maar genoeg om je kennis ervan op te krikken.

Zeer de moeite waard!

Aroused: The history of hormones and how they control just about everything. 2018.



Neurotherapie Centrum Hilversum
 Vaartweg 180 - 1 hoog
 1217 SZ Hilversum
 035-6286895
www.neurotherapie.nl
info@neurotherapie.nl