

Thomas D'havé is een voetbalosteopaat die onder meer al West Ham, Anzji, Ajax, Twente en de Rode Duivels diensten bewees. Hij pleit ervoor om geen letsels maar mensen te behandelen.

DOOR CHRISTIAN VANDENABEELE

Thomas D'havé: "Osteopaten bekijken niet alleen de klacht maar het hele lichaam. Zo kan een kanteling van het bekken de oorzaak zijn van een verhoogde spanning op de hamstrings. Maar we gaan nog een stap verder: waar? m zit dat bekken vast? Misschien komt het wel door een valpartij van jaren geleden. Zelf vergelijken we ons vak graag met het weer uitlijnen van een wagen die na een aanrijding helemaal uit balans is geraakt.

Verbanden leggen

"Als jeugdspeler stond ik eens weken aan de kant tot ik na één bezoek aan de osteopaat plots klachtenvrij was. Die ervaring liet mij nooit meer los. Dát beroep wou ik als voetbalfanaat uitoefenen. Elke studie die ik daarna deed, bekeek en beleefde ik door de voetbalbril. Dat doe ik nog altijd. Mijn passie is verbanden leggen tussen de onderliggende systemen in het lichaam. Zo zijn er in het hooikoortsseizoen veel spierletsels omdat spieren en slijmvliezen dezelfde bouwstof hebben, het eiwit L-glutamine. Ik leg de speler ook graag heel grondig uit wat er scheelt. Als hij begrijpt wat er aan de hand is, geeft hem dat rust. Jongens als **Tim Smolders** en **Gertjan De Mets** willen uit zichzelf weten wat er precies allemaal speelt.

"Bij elke voetballer controleer ik ook de schouders en het hoofd op traumatische letsels. Daar ben ik in 2007 mee begonnen. **Stijn Vandenbroucke**, de Belgische fysiotherapeut van West Ham, kwam toen naar mij met de toenmalige Congolese international **Héríta Ilunga**, een linksback die al driemaal na een volledige revalidatie hervallen was in hetzelfde hamstringletsel en ontmoedigd over stoppen sprak. Uit mijn screening kwam naar voren dat hij ooit een ernstig hoofdletsel moest hebben

gehad en een traumatische val op de schouder moest hebben gedaan. Dat bleek te kloppen. Bij **Stijn De Smet** vond ik ongeveer gelijktijdig twee hamstringletsels na een schouderontwrichting. Op dat moment is mijn visie op het menselijk lichaam volledig veranderd.

"In die tijd ben ik in de pers de traumatische letsels aan de schedel beginnen op te volgen en ben ik vervolgens de blessures

"De belangrijkste factor in de geschiedenis van een speler is de geschiedenis van zijn trauma's."

die erop volgden gaan registreren. Door van al die spelers een tijdslijn samen te stellen, kon ik een patroon blootleggen: na een contacttrauma treden heel wat non-contacttrauma's aan de onderste ledematen op. Al jaren zet ik mij nu in om dit patroon in de kijker te brengen. In maart gaf ik in Nederland voor een volle zaal aan dat PSV-speler **Memphis Depay**, die voorheen nooit geblesseerd was geweest, door zijn hoofdtrauma een verhoogd risico liep op een hamstringletsel. Een maand later was het zover. Zo verzamelde ik tientallen voorbeelden. **Giorgio Chiellini** van Juventus liep een neusbreuk op, trainde twee dagen later weer met een masker, maar

verzamelde in het daaropvolgende halfjaar vier hamstringletsels. **Cesc Fàbregas** werd jarenlang geteisterd door hamstringletsels. **Arsène Wenger** vroeg zich in de pers luidop af of het niet mentaal was. Research leert dat Fàbregas een hoofd- en een schouderletsel heeft gehad, driemaal zwaar is aangetrapt geweest en op krukken heeft moeten lopen. De restanten van deze letsels zijn met de nodige kennis van zaken allemaal terug te vinden en te *resetten*. **Kenny Thompson** brak bij AA Gent ooit zijn neus en blesseerde zich binnen de week aan de meniscus. Ik ben er zeker van dat veel van al deze letsels konden, *moesten* vermeden worden. Ik wil het kostenplaatje van de hierdoor gemiste wedstrijden niet berekenen. (*lacht*)

"Wat ik doe, is een heel gedetailleerd neurologisch onderzoek van elk betrokken

gewricht van het getraumatiseerde lichaamsdeel. Ik geloof trouwens niet in dé oorzaak, ik geloof in risicofactoren die samen de oorzaak vormen. Daarom blijf ik ook studeren en ontwikkelde ik mijn eigen systeem om verborgen zwaktes op te sporen. Zo volgde ik een coachopleiding om beter op het mentale aspect te kunnen inspelen. We behandelen immers geen letsels maar mensen. 'Wie ben jij, die dit letsel opliep?' Dat is mijn vak. Als iemand een letsel aan de kruisband oploopt of zijn hamstring scheurt, beginnen we meteen aan de revalidatie, maar slechts weinigen schijnen zich te interesseren in waar? m het gebeurde. De belangrijkste factor in de

geschiedenis van een speler is de geschiedenis van zijn trauma's. Wist je dat **Siem de Jong** van Ajax na een klaplong drie hamstringblessures opliep? Dát vind ik interessant. Maar ook andere aspecten zoals ziektegeschiedenis en voeding blijken cruciaal. Het 'waarom' elke dag beter begrijpen, is mijn levenswerk.

Kennis delen

"Ik wil trainers, andere stafleden en spelers er bewuster van maken dat de oorzaken van een letsel zich nooit in de toekomst bevinden maar altijd in het verleden. In toeval geloof ik niet. Als je de film van een voetballer zijn leven maakt, van dag één tot de dag van het letsel, zul je daarin altijd de oorzaken terugvinden. Misschien liep hij een hersenschudding of een beenbreuk op, of onderging hij een appendixoperatie. Misschien is zijn voedingspa-

FICHE

THOMAS D'HAVÉ

- geboren in Gent op 17 augustus 1979
- gewezen jeugdspeler van KMSK Deinze
- licentiaat Kinesitherapie (2001), BSc Osteopathy (2005), Orthomoleculaire Therapeut volgens de klinische Psycho-Neuro-Immunologie (2014), Master Coach NLP (2014)
- medeoprichter opleiding 'Osteopathie in de Sport' aan de International Academy of Osteopathy
- docent International Academy of Osteopathy (2005) en gastdocent Universiteit Gent
- gastdocent World Football Academy, o.a. op het congres in Zuid-Afrika in juni 2014
- lezingen: 11 Hidden Mechanisms of Hamstring Injuries, Impact of an Impact: The Role of Trauma in Football



troon verstoord of is hij voor het eerst in zijn carrière op de bank terechtgekomen. Alles is belangrijk. Daarom gaat mijn job niet alleen over osteopathie. Mijn job gaat over het leven. Dat is waar ik goed in ben: samen met de speler en de staf de film reconstrueren om de toekomst van de speler te veranderen.

"Bij FC Twente zie ik veertien spelers op één dag. Clubdokter **Bas Peijs**, die ik leerde kennen in zijn tijd bij Ajax, ondersteunt mij volledig, regelt de agenda en introduceert me bij de spelers.

Als extern consultant ben je steeds afhankelijk van de steun van de medische staf en aanvankelijk bleven de deuren van de clubs potdicht, maar de laatste jaren merk ik een gunstige evolutie.

Toppers in hun vak zoals **Lieven Maesschalck**, die me soms inschakelt bij de Rode Duivels, zijn *openminded* en herkennen de meerwaarde. Stijn Vandenbroucke zei het

zeven jaar geleden als volgt: 'Thomas maakt mijn werk als revalidatiefysio gemakkelijker.' Ik ben hem bijzonder dankbaar dat hij voor mij de deur van de Premier League opende. Stijn is enorm veeleisend en soms keihard, maar zo dwingen we elkaar continu tot groei. Zeker bij chronische of recidiverende blessures kan onze expertise de vicieuze cirkel doorbreken.

Wim Langenbick, *physical coach* van Cercle Brugge, is ook zo'n vakman. Hij ziet op het veld wat ik op de tafel vind en dat is uniek. Soms organiseer ik een etentje voor wat ik noem *professionals with a heart*. Dan delen we in alle openheid onze kennis. Ik vind dat fantastisch." ■

Thomas D'Havé: 'Mijn job gaat niet alleen over osteopathie. Mijn job gaat over het leven.'

De visie van Thomas D'havé