

Het laatste nieuws over neurofeedback en het NCH

NCH nieuws

Sinds de laatste nieuwsbrief van januari 2022 zijn er 53 nieuwe studies verschenen waar de zoekterm Neurofeedback of EEG biofeedback in voor komt.

Dit keer echter geen bespreking van wetenschappelijke artikelen maar, naar aanleiding van de vele vragen die wij in onze praktijk hier over krijgen, een korte uitleg over de verschillende vormen van neurofeedback zoals die op dit moment worden aangeboden.

Dit is een zeer korte beschrijving van de verschillende technieken. Als je meer wilt weten, neem dan gerust contact op!

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

Klassieke Neurofeedback

Deze vorm is ontdekt in de jaren 60 van de vorige eeuw door o.a. Dr. Barry Sterman, nog steeds actief in dit vakgebied. (De ontdekking was bij 'toeval' en bij katten; dit maakt een placebo verklaring voor de effectiviteit van Neurofeedback zeer onwaarschijnlijk!)

Het is de best onderzochte en meest gebruikte vorm van neurofeedback. Tijdens de neurofeedbacksessies krijgt de client een aantal losse sensoren op het hoofd en wordt er heel specifiek op bepaalde hersengolven getraind. Vooral het zogenaamde sensorisch-motorisch ritme (SMR), die zorgt voor rust, concentratie vermogen en stabiliteit is van oudsher een veel getrainde hersenfrequentie. Het advies bij deze vorm van Neurofeedback is wel om altijd eerst een zogenaamd QEEG te maken.

Na ongeveer 20 neurofeedbacktrainingen wordt er opnieuw een QEEG gemaakt zodat de verschillen met de eerste meting objectief in beeld kunnen worden gebracht.



Z-score neurofeedback

Een relatief nieuwe vorm waarbij de cliënt een elektrodecap op het hoofd krijgt en waarbij er op veel plekken (meestal 19) en op veel hersengolven tegelijkertijd getraind kan worden.

Deze methode heeft 2 varianten:

1. 'oppervlakte' training, waarbij corticale gebieden worden getraind (d.w.z de buitenste laag van de hersenen).
2. En lorteta trainingen waarbij geprobeerd wordt diepere lagen van het brein, de zogenaamde subcorticale gebieden, te trainen.

Bij deze trainingen heeft de cliënt dus altijd een elektrodecap op wat als voordeel heeft dat je dus ook veel (tussen)metingen kan doen.

Het grootste probleem met deze methode is dat er, zeker in vergelijking met klassieke neurofeedback, nog weinig wetenschappelijke publicaties zijn verschenen.

Brain Computer interface - Neurofeedback

Zoals de naam al min of meer aangeeft is deze vorm van neurofeedback vooral bedoeld om je brein, via de computer, een apparaat aan te laten sturen. Dit kan bijvoorbeeld een rolstoel zijn (bij mensen met een dwarsleesie of het locked-in syndroom), een bionische prothese of het laten vliegen van een drone met behulp van hersengolven (zie bijvoorbeeld [dit](#) youtube filmpje). Deze vorm van neurofeedback wordt momenteel vooral op universiteiten onderzocht en zal vooral bij neurologische aandoeningen een ingang vinden.

Het verschil met de eerste twee genoemde technieken zit hem dus vooral in het toepassingsgebied. Brain computer interface neurologisch, klassieke- en Z-score neurofeedback psychologisch en psychiatrisch. Het leermechanisme is echter hetzelfde.

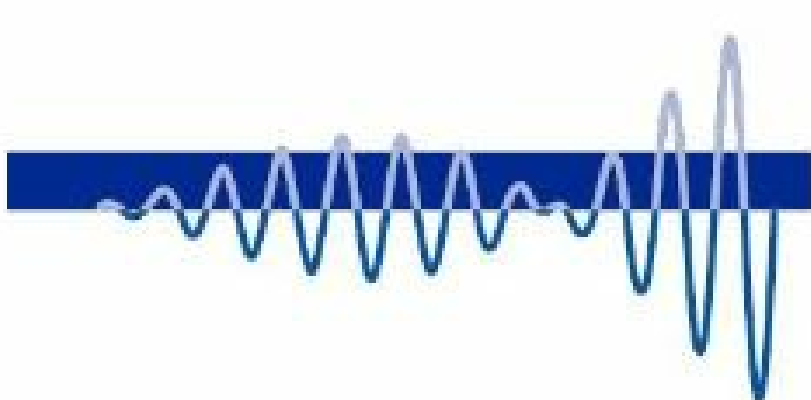


Entrainment



Bij deze manier van het verbeteren van de hersenen is het maar zeer de vraag of het Neurofeedback genoemd mag worden. Er is namelijk geen Feedback mechanisme bij betrokken. Het idee bij entrainment is dat door het middel van licht of geluid een bepaalde frequentie aan de hersenen wordt aangeboden in de hoop dat de hersenen in dat ritme gaan meebewegen.

Daar zijn allerlei apparaten voor op de markt (zie de afbeelding) maar het kan ook met geluidsbandjes. Als je een geluidsbandje opzet met veel rustige alfaritmes (die voor ontspanning zorgen) is het het idee dat het brein ook in dat ritme komt - en dus ontspant. Bij deze vorm is er dus geen Feedback en wordt er ook geen hersenactiviteit gemeten (en mag m.i. ook geen neurofeedback genoemd worden).



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



Website



LinkedIn



Facebook



Instagram

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier](#) afmelden. • U kunt ook uw [gegevens](#) inzien en [wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u nieuws@neurotherapie.nl toe aan uw adresboek.



Laposta