

Stichting Geschiedenis Fysiotherapie

Fysiotherapie in perspectief, 50 jaar verleden - heden.

Zanderinstituten in Nederland, de nieuwste rage in 1900!

Tekst: Huub Vossen PT, MMT, Dr. Anton de Wijer.



STICHTING GESCHIEDENIS FYSIOTHERAPIE
www.sgfinfo.nl

Inleiding

Het woord Zanderinstituut is afgeleid van de Zweedse arts dr. J. Zander (1835-1920), die de ontwerper was van het 'medico-

mechanische Zanderinstituut'.^{1,2} Deze instituten kunnen worden beschouwd als de voorloper van de huidige medische fitness centra.²



Zanderinstituut uit Stockholm in 1900

Rond 1900 waaide deze instituten uit Zweden over naar Nederland en werd deze heil- gymnastische oefenmethode een rage in de grote steden in Nederland.¹ Ooit was het Zanderinstituut een onmiskenbaar begrip voor de medici alsook voor de heilgymnasten die daaraan

verbonden waren.¹ Omdat het woord 'Zanderen' bij de meeste fysiotherapeuten en artsen tegenwoordig een onbekend begrip is, wat niet vreemd is na een tijdspanne van 100 jaar, willen wij de voorloper van de huidige medische fitness graag eens onder de aandacht brengen.¹⁻⁵

De Stichting Geschiedenis Fysiotherapie (SGF) beschikt over interessante documentatie over deze 'medische-mechanico methode', beschreven door Dr. Thom Terlouw en gepresenteerd in

Oorsprong Zanderinstituten

Gustav Zander gaf medische gymnastiek volgens de methode van de wereld beroemde gymnast P. Ling (1776-1839).¹ Het concept wat hierachter zat was afgeleid van de toenmalige heilgymnastiek waarin het bewegen zowel actief als passief een steeds prominere plek



Dr. Gustav Zander, Zweedse arts en wereld beroemde grondlegger de 'Zanderinstituten' ofwel nu de medische fitness.

Hij vond namelijk dat het manueel bewegen tegen weerstand te inspannend was voor de heilgymnast om dit langdurig vol te kunnen houden. Zo ontwikkelde hij de 'medico-gymnastische-apparaten' die vorm kregen in de Zanderinstituten in overleg met een ingenieur.¹ Volgens hem

2014, bij het 25-jarig bestaan van de SGF, door Dhr. Aad Graafland.^{1,2}

Ook willen wij u wijzen op een interessante video van het Boerhaave Museum. Zie [VIDEO Zanderinstituut](#)

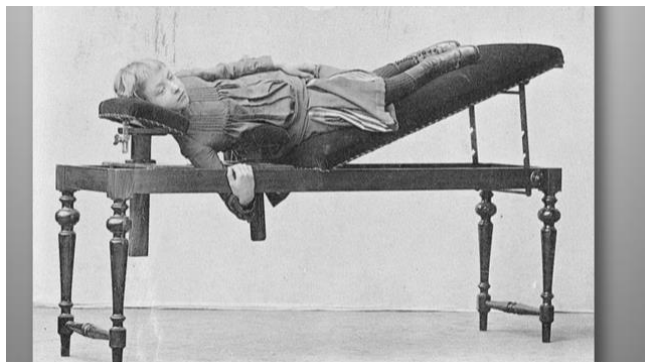
begon te krijgen in de geneeskunde.¹ Hij borduurde verder op Ling's methode die bestond uit actief bewegen/oefenen, passief bewegen/oefenen en tevens repeterend bewegen tegen weerstand (concentrisch en excentrisch). Zander speelde op deze laatste techniek in (het bewegen tegen weerstand).¹



Pehr Ling (1776-1839), Zweedse dichter, schrijver en wereld beroemde grondlegger van de Zweedse gymnastiek.

was het onmogelijk dat de heilgymnast bij vermoeidheid nog goed kon doseren met weerstand geven bij oefenen wat een vereiste was om de methode van Ling goed uit te kunnen voeren. Daarom moest er medische apparatuur komen die de therapeut kon vervangen.¹ De basis

voor oefenapparatuur was hiermee gelegd maar daar bleef het niet bij. Er werd ook meetapparatuur ontwikkeld en allerlei andere fraaie toestellen om bijv.



Apparatuur ter redressing van de wervelkolom (foto's collectie SGF)

de wervelkolom te redresseren. De meetapparatuur vond hij noodzakelijk om nauwkeurig de voor- of achteruitgang te kunnen bepalen.¹



Verspreiding Zanderinstituten

Om de verspreiding in Nederland te kunnen begrijpen van zo'n nieuwe oefenmethode dien je eerst iets te weten over de tijdgeest van de heilgymnastiek. De heilgymnasten dachten namelijk in Nederland indertijd na over een universitaire opleiding.¹ Zij waren rond 1900 erg bezig met de erkenning van hun beroepsgroep. Tevens waren zij verwickeld in een domeindiscussie met de artsen over de erkenning van hun vakgebied.¹ Dat zegt iets over de situatie van heilgymnasten enerzijds en hun ambitie anderzijds. Mogelijk speelden deze twee factoren een rol om deze nieuwe methode uit Zweden in huis te halen. De artsen in Nederland hadden namelijk ook interesse in de 'medische-

mechanico therapie' uit Zweden. In samenwerking met de artsen (i.p.v. wedijver over het domein) gingen de heilgymnasten destijds aan de slag om deze instituten van de grond te krijgen in Nederland.

Een andere katalysator, voor de snelle verspreiding van de Zanderinstituten over de hele wereld aan het einde 19^e eeuw, was een tentoonstelling in Philadelphia en Parijs.¹

Groningen had in Nederland de primeur waar de 'medico-mechanische methode' werd toegepast. Al snel verspreidden deze instituten zich verder over de grote steden in Nederland o.a. in Amsterdam, Rotterdam, Haarlem, Utrecht, Arnhem, Nijmegen etc.¹



Haarlem, Kleine Houtweg 31. Interieur van het Haarlemsch Medico-Mechanisch Zander-Instituut

(Beeldcollectie van de gemeente Haarlem in 1905).



Zanderinstituut anno 1900 in Utrecht



"Zander instituut " anno 2020 in Utrecht.
Nu particulier bewoond door fysiotherapeut.

Neergang Zanderinstituten

Zander ontwikkelde naast de orthopedische apparatuur steeds meer apparaten die ook op het menselijk lichaam konden inwerken zoals apparatuur voor kloppingen, vibraties, strijk-en wrijfbewegingen etc.¹ Dit allemaal ter vervanging van de praktiserende heilgymnast/masseur. Dat viel niet in goede aarde bij de medici. Er begon al kritiek uit de medische wereld te ontstaan over het feit dat apparaten geen mensen konden vervangen. En werd deze laatste ontwikkeling (massage vervangen door apparatuur) doelwit van spotternij, zelfs door de medici.¹

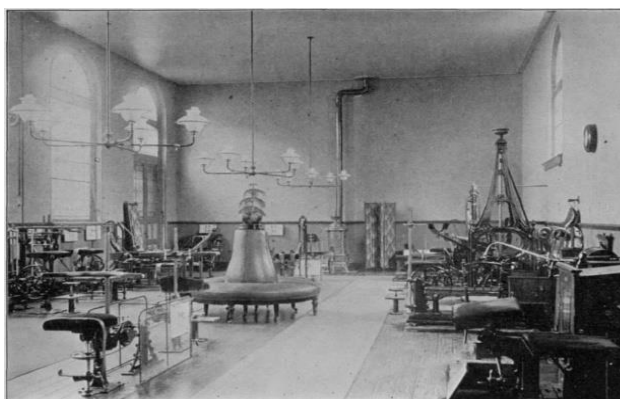
Een andere belangrijke ontwikkeling waardoor de apparatuur uit de belangstelling verdween was de opkomst van de chirurgie waardoor de conservatieve behandeling in de orthopedie, zoals de mechanotherapie, werd verdrongen.¹

Een derde tegenstroom was de belangstelling voor een meer

functiegerichte benadering in de orthopedie, die steeds meer opmars maakte. Er werd door de toenmalige orthopeden meer resultaat verwacht (met name op gebied van inzetbaarheid met arbeid) bij de functiegerichte benadering en minder op een pathologie gerichte aanpak zoals bij de 'medische mechanico methode'.¹

Nog een andere tegenwerking was het steeds meer verschijnen van 'reclamefolders' over deze instituten, terwijl reclame maken niet gangbaar was in die tijd. Mogelijk was dit weer een gevolg van het feit er steeds meer instituten in de problemen raakten door de hoge exploitatiekosten. De aanschaf van de apparatuur bleek erg duur namelijk.^{1,3} Zo maakt het Haarlems Dagblad melding dat het Zanderinstituut in Haarlem verdween in 1919 omdat het niet rendabel bleek ook al werden er goeie resultaten geboekt en de ziekenhuisopnames door de succesvolle behandelingen bekort.⁵

Aan de andere kant kunnen we in de prospectus lezen dat de Zanderinstituten gastvrij en sociaal waren.³ Zo boden zij hun patiënten een 'vrij pension' aan bij het volgen van een bewegingskuur en beweerden de instituten dat zij meer mensen tegelijk konden behandelen door deze apparatuur en daardoor goedkopere zorg konden leveren.³ Dat laatste ging vele heilgymnasten steeds meer tegen de



haren in strijken. Hoe herkenbaar is deze marktwerking in deze tijd? Al met al werd het na enkele decennia stil rond de flamboyante Zandermethode in Nederland en zien we eigenlijk geen verdere ontwikkeling van deze methode naar een ander concept. Eind jaren 90 verzezen de fitnesscentra uit de grond met gemoderniseerde oefenapparatuur met dezelfde mechanische benadering.



Oud en nieuw.....Zanderinstituut links versus medische fitness-ruimte nu in Revalidatie Centrum Heliomare rechts.

Wat kunnen we er van leren?

Als we de Zandeninstituten vergelijken met deze tijd dan zien we een opmerkelijke overeenkomst met de opkomst van fitness-apparaten in de fysiotherapie (afscheidsrede Prof. Rob Oostendorp 2004).² Eerst moet gezegd worden dat de Zanderinstituten er prachtig uitzagen met ruime zitmogelijkheden om uit te rusten van het oefenen met zeer veel ruimte om de apparaten heen....absoluut 'corona-proof'. Maar kunnen de huidige fitnesscentra de fysiotherapie vervangen? Volgens Prof. Dr. R. de Bie, hoogleraar fysiotherapie, niet. Een voorbeeld: de tentoongestelde fitness-apparaten bij 'fysio-stands' van het KNGF-congres in 2012 in Maastricht, hadden volgens Prof. de Bie niets met het vakgebied van de fysiotherapie te maken, mede omdat er bij de tentoongestelde

apparatuur in Maastricht geen goede rationale was ontwikkeld, volgens de Bie. Wat willen we hiermee in de fysiotherapie? Gaan we het oefenen weer vervangen door trainen op apparatuur? De Zanderinstituten dachten dat ook te kunnen en haalden zich de kritiek van de medici en collega's in 1900 op hun hals. Wat hebben we daar nu van geleerd? Wie zijn geschiedenis kent....

Er zaten natuurlijk ook heel positieve kanten aan de Zander-apparaten zoals de meetapparatuur van Zander die voor- en achteruitgang konden bepalen. Dat meten is zeker een voorloper geweest van het huidige evidence based denken en werken in de fysiotherapie. Dat heilgymnasten in 1990 vooruitgang van spierkracht met gebruikmaking van een meetinstrument gingen vast stellen werd door de artsen



Oud versus nieuw......Iedere willekeurige crosstrainer uit een huidig fitness centrum anno 2020 zou vergelijkbaar zijn met de Zandercrosstrainer uit 1900.

gewaardeerd. Ook in 2020 moet gebruikmaking van meetinstrumenten nog steeds prioriteit krijgen op de opleiding fysiotherapie. Anders lopen we het risico te vervallen we tot vermeende kwakzalverij (het niet kunnen objectiveren) en gaan we 100 jaar terug in de tijd.

Het vakgebied van de fysiotherapie kan er zijn voordeel mee doen als zij de kennis uit de geschiedenis laat mee wegen bij nieuwe ontwikkelingen. Zet oefenapparatuur (fitness) niet in ter vervanging maar als aanvulling op het paramedisch handelen. Voeg tevens een

meetapplicatie toe op de fitnessapparatuur om verbetering te evalueren (of gebruik vooral die optie). Dan hebben we echt iets geleerd uit het verleden, in dit geval van de verdwenen Zanderinstituten.

In de september en oktobernummer van FysioPraxis bespreken we de collectie oefen-apparatuur van de Stichting Geschiedenis Fysiotherapie in een drieluik waar we een aantal apparaten van onze eigen collectie zullen bespreken. We weten nu dat achter die al die oefenapparaten een verhaal zit.

Referenties

1. Terlouw TJA De opkomst en neergang van de Zanderinstituten rond 1900 in Nederland Gewina 27 (2004) 135-158
2. Graafland A. Powerpoint. 25 jarig bestaan SGF, Urk, 1989-2014.
3. Fysische therapie. Zanderinstituut Rotterdam, van Vollenhovenstraat 21. Prospectus
4. Daniels. Arnhemse medico-mechanisch-Zander-Instituut. Ned. Tijdschr. V Geneeskunde. Nieuws.18-2-1900.
5. "Zanderen". Een jonge afdeling van het St Elisabeth Gastziekenhuis. Haarlems Dagblad, 10 oktober 1922.

Bronnen

- Stichting Geschiedenis Fysiotherapie (SGF).
- Wim Schoemans, MSc, MA. Fysiotherapeut, filosoof. SGF, 2020.
- Boerhavemuseum Leiden. Video Zanderinstituut.
- Beeldcollectie Gemeente Haarlem.

De Stichting Geschiedenis Fysiotherapie (SGF) heeft een ANBI status en is geheel afhankelijk van ondersteuning. U kunt ons steunen als begunstiger (€ 25 p/j) of als mecenas (€ 100 p/j).

Info SGF: website: <http://www.sgfinfo.nl/>

