

voldoende zijn. Een reeks van 5 tot 10 behandelingen kan vele klachten verlichten. Sommige degeneratieve en chronische aandoeningen vragen om meer behandelingen. Het is altijd in uw voordeel om zo goed als mogelijk de raad van uw acupuncturist op te volgen. Dit kan een aanpassing van uw dieet zijn, specifieke oefeningen, relaxatietechnieken, Chinese kruiden nemen... Meestal verhogen ze de efficiëntie van de acupunctuurbehandeling.

Is er iets wat ik moet weten over de behandeling?

Ik zal u steeds uitleggen hoe de Chinese geneeskunde uw aandoening verklaart. Ik zal ook mijn vooropgestelde behandeling aan u uitleggen. Ik zal zeggen wat u mag verwachten van de therapie, en tips geven om zelf wat aan de situatie te doen (bv. dieet.) Indien nodig verwijst ik u naar een dokter of naar een andere therapeut.

Moet ik iets doen vóór de behandeling?

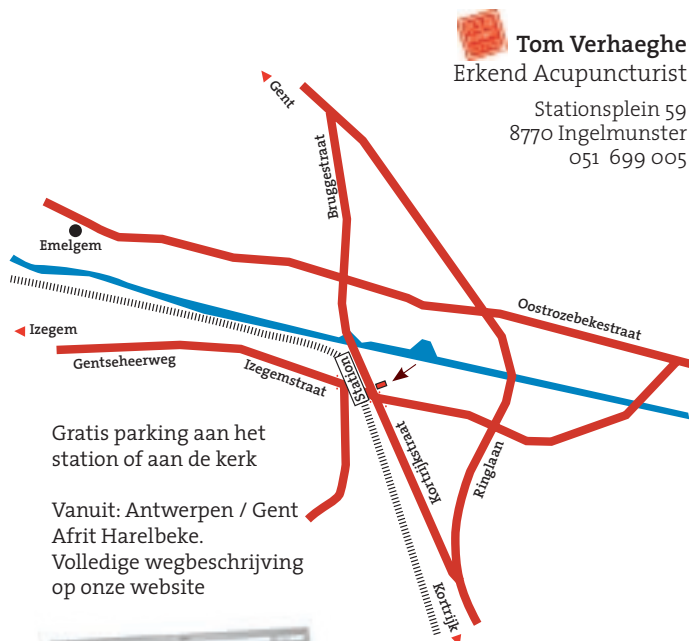
- Draag losse kledij. Een losse broek is altijd gemakkelijk. Vrouwen dragen beter geen kousebanden.
- Probeer te vermijden dat u te vermoeid op behandeling komt. Met grote honger, opgewondenheid, of kort na het vrijen op therapie komen is ook af te raden.
- Best niet eten of snoepen vlak voor de consultatie, omdat dit de kleur en de aard van uw tongbeslag kan beïnvloeden. Tongdiagnose is een belangrijk element in de Chinese diagnostiek.

Moet ik iets doen tijdens de behandeling?

- Ontspan u. Geniet van de behandeling. Tijdens de behandeling kan u vragen stellen zodat u zoveel mogelijk uit de behandeling kan bekomen.
- Probeer niet te veranderen van positie (om geen pijn te krijgen.)

Wat kan ik verwachten na een behandeling?

Soms is er al een significante verandering na één behandeling. Sommige mensen voelen onmiddellijk een totale of gedeeltelijke opheffing van hun pijn of andere klachten. Dit kan blijvend zijn, of de pijn kan terugkeren. Soms laat het effect van een behandeling een paar dagen op zich wachten. Bij chronische klachten kunnen er meer behandelingen nodig zijn vooraleer u significante verbetering voelt. Ik zal u steeds zeggen wat ik denk dat u mag verwachten bij uw specifieke klacht en de behandeling ervan.



Tom Verhaeghe
Erkend Acupuncturist

Stationsplein 59
8770 Ingelmunster
051 699 005

Gratis parking aan het station of aan de kerk

Vanuit: Antwerpen / Gent
Afrit Harelbeke.
Volledige wegbeschrijving op onze website



Bezoek ook onze website www.chinese-geneeskunde.be & schrijf je in op onze online nieuwsbrief. Zo blijft je steeds op de hoogte van de laatste nieuwigheden.

create: www.pixel.be

1. bv. Investigating Acupuncture Using Brain Imaging Techniques: The Current State of Play, eCAM 2005;2(3)315-319; Microwave resonance therapy and acupuncture: New prospects for traditional medicine, Acupuncture & Electro-Therapeutics Research. Vol. 23, no. 3-4, pp. 271. 1998; Skin Resistance vs. Body Conductivity, HBI Deutschland, 04/12/2003.
2. Acupuncture: review and analysis of controlled clinical trials, zie www.who.int/medicines/library/trm/acupuncture/acupuncture_trials.pdf
3. bv. Study of Propagation of Light along an Acupuncture Meridian, Journal of the Optical Society of Korea, Vol. 7, No. 4, December 2003, pp. 244-247; Biophotonics in the Infrared Spectral Range Reveal Acupuncture Meridian Structure of the Body, The Journal of Alternative and Complementary Medicine, Vol. 11, No. 1, 2005, pp. 171-173; Feulgen Reaction Study of Novel Threadlike Structures (Bonghan Ducts) on the Surfaces of Mammalian Organs, The Anatomical Record (Part B: New Anat.) 284B: 35-40, 2005; Development of Researches on the Connective Tissues and Acupuncture, <<Zhen Ci Yan Jiu>> Acup. Research, 29, 2004-3, 1, p.77.
4. The York acupuncture safety study: prospective survey of 34 000 treatments by traditional acupuncturists, British Medicine Journal 2001, 323: 486-7.

世俗流轉苦病除
唯求醫者父母心
慈悲助挽眾生苦
祈愿世人樂無愁

Vragen & Antwoorden

Acupunctuur



Tom Verhaeghe
Erkend Acupuncturist

Stationsplein 59
8770 Ingelmunster
051 699 005



Vragen & Antwoorden

Acupunctuur

Wat is acupunctuur?

Acupunctuur is één van de therapeutische modaliteiten van de Chinese geneeskunde. Meer specifiek gaat het over de insertie van fijne naaldjes in welbepaalde punten van het lichaam, die bekend staan om hun vermogen om een specifieke gezondheidsklacht te verhelpen. Deze punten werden al zo'n 2500 jaar geleden in kaart gebracht door de Chinese dokters. Er zijn wel duizend acupunctuurpunten gekend.

Meer recent werd het bestaan en de locatie van deze punten ook bewezen door modern onderzoek¹. Naast het inbrengen van naalden kan men ook moxa verbranden, en cupping doen op deze punten. Moxa is een kruid dat een diepgaande warmte afgeeft bij verbranden, en cups zuigen zich vast op de gekozen punten door de creatie van een vacuüm. Uw acupuncturist zal bepalen welke techniek best werkt om uw specifieke gezondheidsklacht te verhelpen.



Welke problemen kan acupunctuur behandelen?

De Wereldgezondheidsorganisatie (WGO) erkent de effectiviteit van acupunctuur bij meer dan 40 vaak voorkomende klachten², zoals:

- 1) **Neus-, keel- en oorklachten**
Tandpijn, oorpijn, sinusitis, allergische rhinitis, keelontsteking
- 2) **Oogaandoeningen**
conjunctivitis, retinitis, myopie bij kinderen, cataract
- 3) **Aandoeningen van de luchtwegen**
Verkoudheid & griep, bronchitis, astma, allergieën, emfyseem
- 4) **Maag-, buik- en darmaandoeningen**
Voedselallergieën, misselijkheid, indigestie, hik, maagbreuk, diarree, constipatie, maagzweer, colitis, prikkelbare darm
- 5) **Circulatoire aandoeningen**
Hoge bloeddruk, hoge cholesterol, aderverkalking, angina pectoris
- 6) **Urogenitale aandoeningen**
Blaasontsteking, stress-incontinentie, ontsteking en vergroting prostaat
- 7) **Gynaecologische aandoeningen**
Menstruele stoornissen, endometriosis, premenstrueel syndroom (PMS), onvruchtbaarheid, menopauzaal syndroom
- 8) **Musculoskeletale aandoeningen**
Tenniselleboog, frozen shoulder, TMJ, sciatische en lage rugpijn, arthritis, carpal tunnelsyndroom, fibromyalgia
- 9) **Psycho-emotionele & neurologische aandoeningen**
Depressie, angststoornissen, slapeloosheid, hoofdpijn en migraine, trigeminus-neuralgie, intercostale neuralgie, hersenbloeding met verlamming, duizeligheid, oorsuizen
- 10) **Diverse aandoeningen**
Bij verslavingen en stoppen met roken, atletische prestaties, chronische vermoeidheid, immuniteitsstoornissen, stressreductie

Bovendien wordt acupunctuur al eeuwenlang gebruikt in China om honderden andere klachten te behandelen.

Hoe werkt acupunctuur eigenlijk?

De moderne Westerse geneeskunde kan nog niet uitleggen hoe acupunctuur werkt. Traditionele Aziatische acupunctuur is gebaseerd op klassieke Chinese theorieën zoals die van Qi, een essentiële substantie die het lichaam voedt en opbouwt, en die door waarneembare kanalen stroomt, vergelijkbaar met bloedvaten en zenuwen. Modern onderzoek³ bevestigt het bestaan van deze

kanalen. Deze kanalen noemt men meridianen. Acupunctuur beïnvloedt het stromen van Qi in deze meridianen. Het voert Qi aan waar dit nodig is, en draineert het waar de Qi vastzit of in overvloed aanwezig is. Zo kan acupunctuur zorgen voor harmonisatie en meer balans in het lichaam.

In het Chinees is er een gezegde: "Bij pijn stroomt het niet, stroomt het dan is er geen pijn." Acupunctuur zorgt voor de vrije doorstroming van Qi.

Is acupunctuur wel veilig?

Wanneer acupunctuur wordt gegeven door een onderrichte en Erkende Acupuncturist is acupunctuur zeer veilig. Ik ben een Erkend Acupuncturist bij de European Federation of Oriental Medicine, www.eufom.com. Wij gebruiken enkel steriele, wegwerpnaalden. Er is nagenoeg geen kans of infectie. Bij een grote studie⁴ van 34.407 behandelingen werden slechts 34 neveneffecten gemeld, en die waren alle van korte en voorbijgaande aard: flauwte, blauw plekje, vergeten naald... *Acupunctuur is een uiterst veilige techniek.*



Doet het pijn?

Acupunctuurnaalden zijn eigenlijk heel dun, zowat de dikte van een haar. Een acupunctuurnaald past in een injectienaald! Men kan deze twee niet met mekaar vergelijken; insertie van een acupunctuurnaald is vrijwel pijnloos. Soms voelt men tintelingen, warmte, zwaarte, of een gevoel van Qi die op en neer gaat in de meridianen. Soms kan dit zoeken naar de Qi wat gevoeliger liggen. Het is echter nodig om een goed resultaat te bereiken. Ik houd steeds rekening met uw gevoeligheid. Heel wat mensen vinden acupunctuur zeer relaxerend, en vallen in slaap op de behandelafel!

Hoeveel behandelingen heb ik nodig?

Dit is afhankelijk van de duur, ernst en aard van uw klacht. Voor sommige eenvoudige klachten kan één behandeling

