

Artrose?

Acupunctuur kan helpen

**Wat is artrose in de westerse
geneeskunde?**

Het zal niemand meer verbazen, dat klimatologische factoren invloed hebben op het menselijke lichaam. Dit wist men reeds toen de eerste barometers werden gefabriceerd met mensenharen.

We weten, dat vooral vochtigheid, gecombineerd met koude een negatieve invloed uitoefent op spieren en gewrichten. Dit kan gaan van stijfheid tot pijn en bewegingsbeperking.

In de westerse geneeskunde kent men deze klachten als reumatische aandoeningen. Wanneer het kraakbeen van de gewrichten lange tijd aan deze klimatologische factoren wordt blootgesteld, gaat het verdrogen, degenereren. Dit fenomeen noemt artrose. Als gevolg op deze toestand wil het lichaam ter bescherming reageren door rond de gewrichten kalk te laten aangroeien. Dit zijn de zogenaamde *osteofyten*, of aan de wervels *papegaaibekken*. Deze verkalkingen kunnen op hun beurt druk uitoefenen op weke structuren, zoals gewrichtskapsels, pezen, spieren, zenuwen.

Dit kan pijn, ontsteking en bewegingsbeperking veroorzaken en zo raakt de patiënt verzeild in een vicieuze cirkel, waar hij zonder behandeling niet uitraakt.

Wat is artrose in de traditionele Chinese geneeskunde?

Deze geneeswijze kent de term artrose niet als dusdanig, maar kent wel de aandoening onder een andere terminologie, namelijk *aandoening van vochtige koude*.

Zoals alle andere aandoeningen ligt ook bij artrose de oorzaak in ons energetisch patroon.

In de traditionele Chinese geneeskunde onderscheidt men verschillende soorten energie: energie, die we uit onze voeding of uit de lucht opnemen en de aangeboren energie, de *yuan qi*, die wordt opgeslagen in de niermeridiaan (energiekanaal van de nieren). In tegenstelling tot

de eerste soorten energie, kunnen we de *yuan qi* niet aanvullen gedurende ons leven. We kunnen ze enkel opgebruiken. Dit verbruik of soms misbruik ligt bij één persoon hoger dan bij de ander. Het verdwijnen van deze hoeveelheid energie is het verouderingsproces. Elke meridiaan staat in voor een bepaald soort weefsel. Gezien de energie van de niermeridiaan en meer specifiek van de *yuan qi* verantwoordelijk is voor de kwaliteit van de botstructuren en gewrichten, is het niet verwonderlijk, dat bij ouder worden en dus bij afname van de *yuan qi*, ook de kwaliteit van bot en gewricht verslechtert.

Wanneer dus iemand met verminderde nierenergie (*yuan qi*), zich niet adequaat kleedt bij koude (*xie qi*) en vochtigheid, dringen deze klimaatsfactoren door in de meridianen tot zelfs in het bot toe. In eerste instantie geeft dit aanleiding tot een stase of obstructie van de energiecirculatie. Blijft deze toestand lange tijd bestaan, dan kunnen er degeneratieve veranderingen optreden in het gebeente of in de gewrichten. Dit is de toestand, die de westerse geneeskunde als artrose catalogeert. De Chinezen noemen het een *bi-syndroom*.

Behandeling van artrose met westerse geneeskunde

In een eerste fase manifesteert de aandoening zich als een acute of subacute ontstekingsreactie met pijn en warmteontwikkeling in de gewrichten. Hiervoor gaat men ontstekingsremmers, al dan niet op basis van cortisone en eventueel pijnstillers toedienen.

Wanneer de toestand meer gestabiliseerd raakt, verdwijnt de warmteontwikkeling en primeren meer de bewegingsbeperking en de pijn.

In dit stadium kan de patiënt buiten de medicatie ook nog baat vinden bij fysio- of kinesitherapie.

Indien deze evolutie verder gezet wordt, zal het lichaam zelf reageren door een volledige blokkade

en vastverkalken van de gewrichten. Op dit ogenblik is de pijn grotendeels verdwenen, maar tevens ook de beweeglijkheid. Wanneer in deze fase bepaalde structuren, zoals bloedvaten en zenuwen geklemd raken, geeft dit aanleiding tot onomkeerbare functionele en organische klachten.

Behandeling met acupunctuur

Zoals steeds zal men in de behandeling met acupunctuur het energetisch substraat trachten in evenwicht te brengen. Zoals al vermeld kan de *yuan qi* niet aangevuld worden, doch ze kan wel optimaal aangewend worden. Alle andere energiebanen (meridianen) moeten ook harmonisch functioneren om een evenwichtig globaal netwerk van energie in stand te houden.

Buiten de vochtigheid en de koude is ook de wind een belangrijke oorzakelijke factor. Hij zal namelijk alle negatieve klimaatsinvloeden sneller doen doordringen in de meridianen en de anatomische structuren. Concreet is bij voorbeeld hiervoor de leverenergie de bescherming.

Nadat alle meridianen zo goed mogelijk harmonieus in evenwicht zijn gebracht, zal de acupuncturist ook aandacht besteden aan de plaatselijke symptomen.

Dit kan gaan in de acute fase van het afvoeren van ontsteking en hitte tot het verdrijven van de pijn en het terug beweeglijk maken van de gewrichten in de tweede fase. Hiervoor wordt ook nog warmte toegediend al of niet op de naalden. Dit noemt men moxibustie: d.i. opbranden van het *bijvoetkruid* of *artemesia vulgaris*.

De eigenlijke acupunctuurbehandeling bestaat uit het aanprikken van welbepaalde punten (acupunctuurpunten), gelegen op de energiebanen.

Er worden punten aangeprikt, zowel plaatselijk als op enige afstand van het letsel.

Hoe verder de artrose geëvolueerd is hoe moeilijker ze te behandelen is. Het langdurig toedienen van Chinese kruidetherapie in combinatie met de acupunctuur kan alsnog verbetering brengen.

De acupunctuur kan op verantwoorde wijze, zonder nevenverschijnselen een alternatief bieden om patiënten met artrose te behandelen.

Best bespreekt u uw klachten met uw acupuncturist, die uw symptomen dan in de juiste patronen zal plaatsen en u de details over de duur van de behandeling en de prognose zal kunnen geven. Artrose kan in elk stadium met acupunctuur behandeld worden.

Neem contact op met de door BAF-erkende acupuncturist uit Uw buurt. Hij zal U buiten de therapie zelf nog nuttige informatie verstrekken over de levenswijze en voedingsgewoonten, die U kunnen helpen bij artrose.

Wordt acupunctuur terugbetaald?

Behandeling door een acupuncturist die aangesloten is bij de BAF wordt door enkele mutualiteiten gedeeltelijk terugbetaald. Informatie hierover is te verkrijgen bij uw ziekenfonds of bij de BAF-acupuncturist.

Ook hebben een aantal verzekeringsmaatschappijen terugbetalingakkoorden afgesloten met BAF in het kader van hun (sport)ongevallen- en hospitalisatieverzekering. U kunt hierover informatie vinden in uw polisvoorwaarden, bij uw makelaar of bij de BAF-acupuncturist.

Erkende acupuncturisten

De adressenlijst van acupuncturisten, erkend door de wettige beroepsvereniging Belgian Acupunctors Federation BAF, kan geraadpleegd worden op de website www.acupunctuur-baf.be,

of is verkrijgbaar door een aan uzelf geadresseerde en voldoende gefrankeerde omslag te sturen naar:

BAF, Postbus 82, 2900 Schoten.

