

## Traditionele Chinese geneeskunst in een moderne samenleving

De westerse medische wetenschap heeft de laatste honderd jaar een geweldige ontwikkeling doorgemaakt. Ondanks dat is er nog maar weinig bekend over de complexe wisselwerking tussen lichamelijke en psychische genezingsprocessen.

De Traditionele Chinese geneeskunst daarentegen heeft een holistisch uitgangspunt, waarbij de mens als eenheid van lichaam en geest wordt gezien. Traditioneel opgeleide acupuncturisten gebruiken de ideeën en behandelingswijzen uit de Traditionele Chinese geneeskunde, als aanvulling op de klassieke geneeskunde; zoeken naar evenwicht, harmonie en natuurlijk herstel.



## Wordt acupunctuur terugbetaald?

### Mutualiteiten:

Behandelingen uitgevoerd door een acupuncturist, aangesloten bij de BAF, worden door enkele mutualiteiten gedeeltelijk terugbetaald. Informatie hierover is te verkrijgen bij uw mutualiteit of de BAF-acupuncturist.

### Verzekeringsmaatschappijen:

Een aantal verzekeringsmaatschappijen hebben met BAF terugbetalingsakkoorden afgesloten in het kader van (sport) ongevallen- en hospitalisatieverzekering. U kan 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](http://www.acupunctuur-baf.be).

## Hoofdpijn Acupunctuur kan helpen



## Voorkomen

Het is een van de meest voorkomende klachten in onze maatschappij. Weinig mensen hebben nog nooit hoofdpijn gehad in hun leven.

Hoofdpijn kan geïsoleerd voorkomen of deel uitmaken van een meer algemeen ziektebeeld.

## Oorzaken

- Constitutioneel: aangeboren aanleg
- Stressgebonden
- Emotionele toestanden zoals boosheid, overbezorgdheid, angst
- Bepaalde voedingsmiddelen zoals alcohol, pikante voeding, onregelmatige eetgewoontes
- Vermoeidheid of langdurig geconcentreerd werken
- Gekoppeld aan de menstruele cyclus
- Optreden na trauma's, soms jaren nadien
- Allerlei infecties of griep-toestanden, sinusitis
- Tandproblemen
- Hoge bloeddruk
- Hersenletsels zoals tumoren of bloedingen

## Nut van acupunctuur

In tegenstelling tot westerse medicatie, waarmee men meestal symptomen behandelt zonder de oorzaak weg te nemen, is het effect van acupunctuur tweevoudig:

Tijdens de acute fase: direct de pijn symptomatisch verlichten en zo het comfort van de patiënt verbeteren.

Het onderliggend mechanisme behandelen, zodat de pijnaanvallen (zoals zenuwpijnen, migraine of spanningshoofdpijn) naar de toekomst toe verminderen of wegblijven.

## Hoeveel behandelingen zijn er nodig?

Dit is afhankelijk van de duur, de ernst en de aard van de hoofdpijn:

- Acute hoofdpijn: één behandeling kan volstaan.
- Chronische of recidiverende hoofdpijn, zoals migraine: één of meer sessies van 10 behandelingen.

### Is het effect van de behandeling blijvend?

De werking van acupunctuur is cumulatief en wordt na meerdere behandelingen meer blijvend.

## Is acupunctuur pijnlijk?

Acupunctuurnaalden zijn zeer fijn en bij getrainde acupuncturisten, die bekwaam de naalden plaatsen, wordt de prik nauwelijks gevoeld. Discomfort is dan ook minimaal.

## Hoe werkt acupunctuur?

De Chinese geneeskunde, waarvan acupunctuur een belangrijk onderdeel vormt, is een holistische geneeskunde, waarbij het lichaam als meer beschouwd wordt dan louter de som van de onderdelen.

- Gezondheid is een evenwicht tussen het fysische en het emotionele en tussen het lichaam en zijn omgeving.

- Normaal stroomt de levensenergie, de Qi genoemd, gelijkmatig langs een netwerk van energiebanen of meridianen.

- Onevenwicht of blokkage van de energiestroom geeft klachten. Deze energiestroom kan door middel van acupunctuur hersteld worden.

- Bij chronische hoofdpijn is er vaak ook een energietekort. Door dit in evenwicht te brengen, voorkomt men aanvallen van hoofdpijn in de toekomst. In westerse termen komen lichaamseigen chemische stoffen vrij die pijnstillend werken.

## Wat zijn acupunctuurpunten?

Dit zijn punten, die op het verloop van de meridianen liggen en door die aan te prikken kan men de energiestroom beïnvloeden en de blokkages van energie opheffen en zo de pijn doen verdwijnen.

