

## Wat kan acupunctuur bieden bij vermoeidheid?

De acupuncturist is zeer degelijk opgeleid om met zijn specifieke onderzoeksmethoden de oorzaak van uw vermoeidheid op te sporen en adequaat te behandelen, zodat uw energetisch evenwicht en uw energetische circulatie weer op gang komen en de leegtes bijgevuld worden.

Dit zal zeker ten goede komen aan uw vitaliteit.



## Wordt acupunctuur terugbetaald?

Behandelingen door acupuncturisten, die aangesloten zijn bij de BAF (Belgian Acupunctors Federation) worden door een aantal mutualiteiten gedeeltelijk terugbetaald. Informatie hierover kan u bekomen bij uw mutualiteit of BAF-acupuncturist.

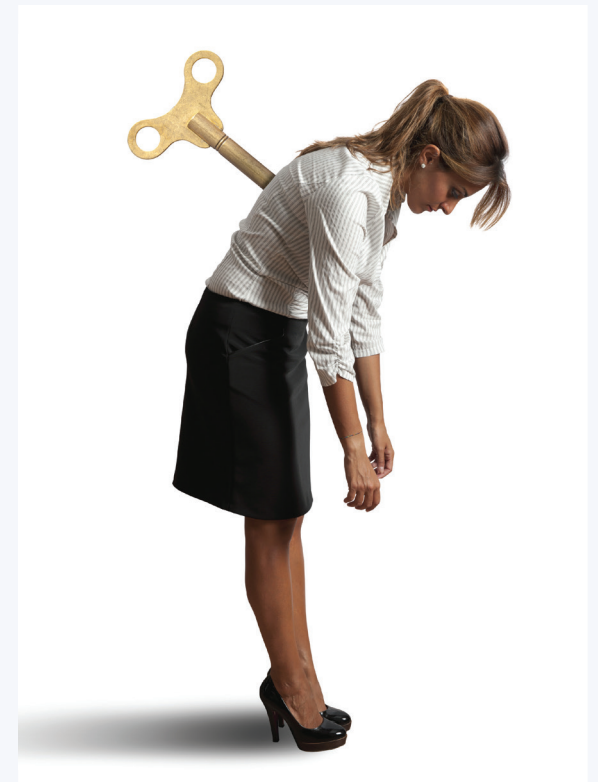
Ook zijn er met een aantal verzekeringsmaatschappijen terugbetalingsakkoorden afgesloten met BAF in het kader van (sport)ongevallen en hospitalisatieverzekering. Raadpleeg hiervoor uw polisvoorwaarden bij uw makelaar of uw BAF-acupuncturist.

## Erkende acupuncturisten

De adressenlijst van de acupuncturisten, die erkend zijn door BAF, kan u raadplegen op de website: "[www.acupunctuur-baf.be](http://www.acupunctuur-baf.be)"



## Vermoeidheid Acupunctuur kan helpen



## Voorkomen

Vermoeidheid is een klacht waar veel mensen in min-of meerdere mate last van hebben.

Vaak vindt men in de westerse Geneeskunde geen duidelijke oorzaak.

## Is iedere vermoeidheid gelijk?

Neen er is bv vermoeidheid na zware inspanning. Deze is vrij normaal en zal spontaan verdwijnen na rust.

Vermoeidheid na kleine inspanning is dan weer minder normaal.

Ook kan vermoeidheid constant aanwezig blijven zelfs in rust.



## Lichamelijke oorzaken

Wanneer duidelijke lichamelijke oorzaken aan de basis liggen van de vermoeidheid, zoals chronische ziekten, kanker, ontstekings-of infectieziekten en bloedarmoede, is vaak een westerse diagnose en behandeling noodzakelijk.

Bijkomend aan de westerse behandeling kunnen de Chinese Geneeswijzen een waardevolle aanvulling zijn om de vitaliteit te herwinnen.

## Functionele oorzaken

De meeste mensen beschrijven vermoeidheid als een **gebrek aan energie** of een **lege batterij**.

In de Chinese Geneeskunde beschrijft men vermoeidheid ook als een **leegte**. Dit kan zich manifesteren in een tekort aan één of meerdere substanties, zoals **energie = qi, bloed = xue, yin of yang**.

Die leegte kan zowel fysisch als psychisch zijn. In het laatste geval kan men geen enthousiasme meer opbrengen en zelfs in depressie vervallen.

## Hoe ontstaat die leegte?

Door bloedverlies of voedseltekort kan een gebrek aan bloed of energie ontstaan.

Meestal gaat een **slechte doorstroming of stagnatie** van energie vooraf aan leegte patronen.

Er kan oorspronkelijk misschien wel energie voorradig zijn, doch ze stagneert en wordt dus niet vervoerd.

Hierop volgt onvermijdelijk een **leegte**. Stagnatie en leegte kunnen elkaar in stand houden en als het ware een vicieuze cirkel vormen en zo vermoeidheid bestendigen.

Lichamelijk kan stagnatie spierspanningen veroorzaken, onrustige slaap, oppervlakkige ademhaling, enz...

Emoties liggen ook vaak aan de oorsprong van stagnaties.

Gezien ieder persoon uniek is, zal vermoeidheid ook verschillen van persoon tot persoon.