

regelsystemen van onze hartslag, bloeddruk, energieniveau en emoties.

Verder heeft acupunctuur een invloed op ontstekingsparameters, longherstel, circulatie van lichaamsvochten en pijn.

Hoe kan acupunctuur helpen ?

- Preventief direct na Covid infectie om de pathogene factor (virus) versneld uit het lichaam te halen en om eventuele ontstekingsreacties te voorkomen zodat het Post Covid syndroom zich niet kan doorzetten;
- Preventief de immuniteit versterken om surinfecties (pericarditis, myocarditis) te voorkomen;
- Directe invloed op een ontregeld autonoom zenuwstelsel dat vaak de oorzaak is van veel klachten van Post Covid syndroom;
- Longen ondersteunen en longfunctie verbeteren;
- Concentratie en hersenmist verbeteren;
- Energie in beweging brengen;
- Energie voeden bij vermoeidheid;
- Pijn verminderen;
- Emoties tot rust brengen;
- Chronische ontstekingen remmen bij pericarditis en myocarditis;
- Vochtophoping verminderen.

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.



Post Covid Acupunctuur kan helpen



In 2020 werd de hele wereld opgeschrikt door een nieuw virus: Covid-19 genaamd. Het effect van dit virus werd in eerste instantie afgedaan als een "griepje". Al gauw werd duidelijk dat het virus talrijke verschillende symptomen kon verwekken, variërend van een lichte verkoudheid tot een levensbedreigende situatie.

Vooralsouderen en mensen met onderliggende aandoeningen zijn gevoelig aan het Covid-19 virus en kunnen er soms aan sterven. We zien in bepaalde gevallen zelfs gezonde mensen erg ziek worden met soms blijvende letsels of een erg lange herstelperiode. Naast mogelijke schade aan de longen zijn een scala van andere klachten gerapporteerd.

Post Covid syndroom ook wel Long Covid genoemd

20 tot 35 percent van de mensen die de diagnose Covid-19 hebben gekregen, zouden Long Covid symptomen of lang-aanhoudende symptomen hebben. De meeste klachten zijn daarbij te wijten aan een ontregeld autonoom zenuwstelsel. Verder kan een gevecht tussen het virus en het immuunsysteem ontstekingsreacties veroorzaken. Zelfs bij milde symptomen gedurende de Covid infectie kunnen sommige mensen nadien Post Covid ontwikkelen.

Bij het Post Covid syndroom zien we dat het fysieke lichaam, de immuniteit, de energie, de geest en de emoties (of één ervan) langdurig van slag zijn. Doordat Post Covid een nieuwe aandoening is, worden veel mensen niet altijd serieus genomen. Gelukkig wordt er steeds meer onderzoek uitgevoerd om deze mensen op een multidisciplinaire manier te kunnen helpen. Acupunctuur is een onderdeel van deze aanpak.

Klachten die bij het Post Covid syndroom kunnen voorkomen zijn oa.:

- Aanhoudende extreme vermoeidheid
- Spierpijnen
- Spierzwakte
- Gewrichtsklachten
- Hartkloppingen in rust
- Koorts na inspanning
- Kortademigheid en benauwd gevoel "tekort aan adem"
- Droge hoest
- Keelpijn
- Hoofdpijn
- Hersenmist
- Slaapstoornissen
- Concentratiestoornissen
- Vocht vasthouden
- Emotioneel uit balans
- Angst en depressie

Pericarditis en myocarditis

Een voorkomende complicatie na Covid en ook na vaccinatie tegen Covid-19 is pericarditis en myocarditis. Dit is een ontsteking van het hartzakje of van de hartspier. Bij acute pericarditis kunnen de volgende klachten voorkomen:

- Felle pijn in de borststreek
- Pijn neemt toe bij bewegen, inademen en platliggen
- Koorts of gevoel van griep
- Kortademigheid
- Hartritmestoornissen

De klachten bij myocarditis zijn:

- Plotseling optredende koorts
- Griepachtige verschijnselen
- Pijn in hartstreek
- Zweten

- Hartritmestoornissen
- Extreme vermoeidheid
- Kortademigheid
- Vocht vasthouden

Behandeling van het Post Covid syndroom

Mensen met Post Covid worden vaak doorverwezen naar een longarts, cardioloog en/of internist. Ondanks dat de orgaanspecialisten de klachten niet altijd kunnen verklaren, is het toch aangewezen om orgaanschade uit te sluiten. Bij orgaanschade is een medische behandeling noodzakelijk.

Mensen met Post Covid moeten worden begeleid in hun revalidatie. Allereerst moeten zij op hun basisniveau komen om de dagelijkse basisactiviteiten te kunnen uitvoeren. Nadien kunnen bijkomende activiteiten met kleine stapjes worden toegevoegd op goede dagen.

Aanvullend is gezonde voeding van groot belang, gecombineerd met voedingssupplementen om de immuniteit te versterken en toxines te elimineren. Acupunctuurbehandelingen hebben een positieve invloed op de immuniteit en kunnen zeker bijdragen aan balans en een sneller herstel bij Post Covid op verschillende niveaus.

Rol van de acupunctuur

In de laatste 2 jaar is er wereldwijd veel wetenschappelijk onderzoek gedaan naar de gunstige effecten van acupunctuur bij Post Covid syndroom.

Daaruit is gebleken dat acupunctuur werkt op het in balans brengen van onze energie en ook een rechtstreekse invloed heeft op ons autonoom zenuwstelsel. Hierdoor beïnvloedt acupunctuur de