

Deze invloed werkt volgens de Oosterse filosofie ook in op het lichaam van de mens. Denk bijvoorbeeld aan de manier waarop weersomstandigheden zoals regen en koude op het lichaam van de mens inwerken en het evenwicht verstoren. Het gevolg is een disbalans, waardoor ziekte kan ontstaan. Dit besef vormt de basis van het Chinese denken en de acupunctuur.

Wat is acupunctuur?

De naam is afgeleid van de woorden: "acus" wat naald en "punctura" wat steek betekent. In de acupunctuur wordt namelijk met een naald gestoken in een huidgebied. Een verkeerd werken van een orgaan geeft een reactie in een bepaald huidgebied waardoor dit pijnlijk is (zoals bij een hartinfarct met uitstraling in de arm). Algemeen bekend is dat verlichting van pijn optreedt door wrijven over de pijnlijke plek of er een warm kompres op te leggen. Ook door in deze plekken te prikken met een naald gaat de pijn weg. Omgekeerd is het zo dat het orgaan via dit huidgebied te beïnvloeden is en weer beter kan gaan functioneren. Niet alleen de inwendige organen zijn op deze wijze te beïnvloeden maar ook de zogenaamde 'levenskracht'; de Qi. Deze levenskracht Qi, oftewel energie, circuleert in banen, ook wel meridianen geheten (u kunt het vergelijken met het stromen van bloed door de slagaderen). Er zijn vele meridianen, die een netwerk vormen op romp, armen, benen en hoofd. Ze staan onderling in verbinding met elkaar. Door de onderlinge verbinding ontstaat een energie kringloop met een stabiele evenwichtige verdeling. Zodoende functioneert het lichaam als eenheid.

Er is een bepaald ritme aanwezig in de energiebanen. Dit komt door twee elkaar tegengestelde en elkaar aanvullende krachten, het Yin en Yang. Activiteit wordt afgewisseld door broodnodige rust. Yin, het passieve en donkere kan niet bestaan zonder het Yang, het actieve, lichte en vice versa. De hele natuur wordt door deze twee tegenpolen doordrenkt. Zij wisselen elkaar voortdurend af in dag en nacht, eb en vloed enzovoorts. Tussen beide bestaat een evenwicht dat harmonie betekent, weergegeven in de zogenaamde Monade: ☯. U heeft dit Yin/Yang teken vast wel eens eerder gezien.

Voor wie is acupunctuur geschikt?

Acupunctuur is geschikt voor iedereen die klachten heeft over zijn of haar gezondheid. Zowel klachten van de 'buitenkant' van het lichaam (het bewegen van armen, benen, nek of rug), als de 'binnenkant' van het lichaam (de organen, hart, longen, maag, darmen, nieren en blaas, geslachtsorganen). Ook het geestelijk functioneren kan positief beïnvloed worden.

Wat houdt een acupunctuurbehandeling eigenlijk in?

Uw gezondheidsklacht wordt verder uitgevraagd door de behandelend arts. Daarna volgt de vertaling van deze klacht. Er kan bijvoorbeeld een blokkade van de energiestroom ontstaan zijn. Deze blokkade is op te vatten als een dam in een rivier waardoor de energie niet meer vrij kan doorstromen. Er treedt dan een tekort aan energie op. Er kan ook een teveel aan energie aanwezig zijn waardoor de rivier buiten zijn oevers treedt.

De uitdrukking overdaad schaadt is dan van toepassing. Overactiviteit is het gevolg. Het teveel of tekort aan energie in de desbetreffende meridiaan wordt opgespoord. Vaak zijn bepaalde punten in het verloop van de meridiaan op het lichaam drukpijnlijk. In deze pijnlijke plekken worden naaldjes gestoken. Soms lijkt de plek waar de acupunctuurnaalden in geprikt worden wat vreemd. Een voorbeeld: iemand met depressieve gevoelens wordt niet alleen op het hoofd geprikt, wat je in eerste instantie zou denken, maar ook op de binnenkant van de onderarm.

Wat voel je tijdens een acupunctuurbehandeling?

Acupunctuur is niet geheel en al pijnloos. Het geeft een zogenaamd "Tae Qi gevoel". Het is een zwaar, doof, prikkelend gevoel soms uitstralend tot over een grote afstand. De drukpijnlijke plekken die geprikt worden heten Ah Qi-punten. Vrij vertaald in onze Westerse cultuur mag je wel spreken van "Auw Shit" in plaats van "Ah Qi-punten". Dat is een goede omschrijving van het gevoel wat u dan zult ervaren.

De acupunctuurnaalden

De acupunctuurnaalden (in de volksmond vaak speltjes genoemd) zijn heel dun en variëren in lengte afhankelijk van de insteekplek: op het hoofd korte naaldjes, op de arm en het been vaak iets langere. De naaldjes moeten om hun werking goed te kunnen doen minstens 15-20 minuten blijven zitten. Vanwege de hygiëne worden de naalden eenmalig gebruikt.

Bij kinderen worden geen naaldjes gebruikt maar worden de acupunctuurpunten gemasseerd of met gekleurd licht behandeld, de zogenaamde "kleurenacupunctuur".

Hoe vergaat het u na de acupunctuur behandeling?

U heeft aan den lijve ervaren hoe uw energie aanvoelt. Daar waar de naaldjes gezeten hebben kan nog enige tijd het gevoel aanwezig blijven dat ze er nog inzitten. Ook kan een kleine bloeditstorting ontstaan. Dat is allemaal heel normaal. Bijwerkingen van acupunctuur zijn niet bekend. Het is een heel veilige en effectieve manier van geneeskunst. Wel is het verstandig om het lichaam rust te geven om aan de 'nieuwe energiebalans' te wennen. Ook is het goed om veel water te drinken op de behandeldag om eventuele vrijgekomen afvalstoffen door de nier te laten uitscheiden. Over het algemeen zult u zeer ontspannen van de behandeling thuiskomen.

De behandelduur en het aantal behandelingen

Een behandeling duurt ongeveer 60 minuten. Het aantal behandelingen dat u nodig heeft is afhankelijk van de ernst van uw klacht en de snelheid waarmee uw lichaam reageert op de behandeling. De klacht is vaak niet van de ene op de andere dag ontstaan. Zodoende zijn vaak 5 tot 10 behandelingen nodig om de balans te herstellen.

Kosten per behandeling

€ 90 per consult of € 60 voor een half uur. Gaarne contant betalen (geen Pin mogelijkheid aanwezig). De behandelkosten worden over het algemeen vergoed door de Verzekering. Op aanvraag is een folder beschikbaar van de overige behandelingen, waaronder de eerder genoemde kleurenacupunctuur.

Openingstijden Beleefbalans

Voor het maken van een afspraak voor een acupunctuur behandeling kunt u terecht op:
Maandag t/m vrijdag : 09.00 - 17.00 uur
donderdagavond : 19.00 - 21.00 uur



Voor verdere informatie en het maken van een afspraak kunt u contact opnemen met:

*Rita de Ruijter, arts-acupuncturist
Beleefbalans, praktijk voor acupunctuur
Bastion 14
3823 BP Amersfoort
Tel. 033-4557651/06-30079761
E-mail: info@beleefbalans.nl
Rabono: 38.76.00.833*



Acupunctuur

Acupunctuur is een geneesmethode die al duizenden jaren oud is en een onderdeel vormt van de traditionele Chinese geneeskunst. Dit is een Oosterse benadering van gezondheid en ziekte. In de Oosterse filosofie wordt de zieke behandeld, niet de ziekte. Deze geneesmethode beoogt een nieuwe balans op te bouwen waar deze verstoord is. De praktijk Beleefbalans behandelt u middels deze geneeskunst. In deze informatiefolder kunt u lezen wat acupunctuur precies inhoudt.

De geschiedenis van de acupunctuur

Volgens de oudste gegevens gaat de geschiedenis van de acupunctuur terug tot in de prehistorie. Uit die tijd zijn opgravingen gedaan van eenvoudige stenen naalden. Daarmee werd geprikt, adergelaten en kleine operaties verricht. In het bronzen tijdperk werden de stenen naalden vervangen door metalen naalden. De oude Chinezen hadden een opzienbarende geneesmethode uitgedokterd. Ze merkten dat pijnlijke plekken op het lichaam altijd een verband hadden met een orgaan wat in dat gebied gelegen is. Als deze pijnlijke plekken behandeld werden door er een naald in te prikken verdween de aandoening. De mens leefde toen nog in nauw contact met de natuur. Zij waren zich veel meer bewust van het hemelgebeuren: de invloed van de zon, maan en sterren, de vier jaargetijden, wind, water, warmte en koude, dag en nacht.