



in verbinding staan. Afhankelijk van de aard van de klachten wordt de energiestroom bevorderd of geremd. Acupunctuur maakt op deze manier gebruik van het zelfherstellend vermogen dat in ieder mens aanwezig is.

Waar kunt u naartoe?

De kwaliteit van een acupunctuurbehandeling valt of staat met de kwaliteit van de acupuncturist. Het is daarom raadzaam om bij het zoeken naar een acupuncturist, erop te letten of de behandelaar is aangesloten bij een beroepsorganisatie (Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur). Dit kan ook een eis voor vergoeding zijn van de ziektekostenverzekeraar. Informeer u daarom vooraf bij uw verzekeraar.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder vragen of wilt u meer informatie, dan zal uw behandelaar u graag te woord staan. Het kan handig zijn uw vragen van tevoren op papier te zetten.



Vividus
centrum voor gezondheid

Van Millenstraat 6
5913 VL Venlo

Tel. (077) 320 17 30
Fax (077) 320 17 31

www.vividus-venlo.nl

Vividus
centrum voor gezondheid



Informatiebrochure om mee te nemen

**Acupunctuur en
pijnbestrijding**

Acupunctuur en pijnbestrijding

Acupunctuur is een traditionele Chinese behandel­methode die zich richt op het herstellen van de harmonie in het lichaam, waardoor klachten en ziektes van binnenuit worden opgeheven. In de westerse medische praktijk wordt in toenemende mate gebruik gemaakt van acupunctuur. Ook in Nederland heeft de behandeling een steeds vastere plaats ingenomen. Werd acupunctuur aanvankelijk beschouwd als een alternatieve behandel­methode, inmiddels wordt de methode bijna als reguliere geneeswijze geaccepteerd. Bijna, want dat vraagt nader bewijs volgens de westerse medische standaard. En dat komt maar langzaam op gang. Maar dat acupunctuur in elk geval een effectief instrument is voor pijnbestrijding is inmiddels wel bewezen. En dat is voor veel artrose- en reumapatiënten goed nieuws.

Werkt het?

Ja, zullen de voorstanders zeggen die door acupunctuur geholpen zijn. Nee, zeggen tegenstanders en sceptici. Feit is dat acupunctuur in veel Aziatische landen door overheden erkend wordt en de status heeft van een volwaardige geneeskundige behandeling.

In de westere reguliere geneeskunde worden echter andere eisen gesteld. Een behandeling wordt bij ons pas erkend wanneer de effecten wetenschappelijk onderbouwd kunnen worden.

Toch heeft de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) acupunctuur recentelijk erkend als volwaardige therapie met toepassingen op veel gebieden, maar zeker op het gebied van pijnbestrijding.

Pijnbestrijding

Volgens een WHO-rapport* is inmiddels wetenschappelijk en onweerlegbaar bewezen dat acupunctuur een vergelijkbaar of zelfs beter resultaat geeft dan de meeste pijnstillers.

Zo geeft acupunctuur in 55 tot 85% van de gevallen verlichting bij chronische pijn en helpt een pijnstillers als morfine in gemiddeld 70% van de gevallen. Volgens de meest gangbare opvattingen is de pijnbestrijding door acupunctuur te danken aan het feit dat de aanmaak van endorfinen (in de hersenen wordt gestimuleerd. Dit zijn lichaamseigen stoffen die een pijnstillende en ontspannende werking hebben.

(* *Acupuncture: review and analysis of reports on controlled clinical trials, WHO, Genève, 2002*

Bij artrose en reuma

Zoals we zagen kan acupunctuur worden gebruikt bij het bestrijden van pijn. Omdat artrose en reuma meestal gepaard gaan met chronische pijnklachten, is natuurlijk de vraag of acupunctuur ook bij gewrichtsziekten werkzaam is. Het antwoord is ja. In het WHO-rapport is de werkzaamheid van acupunctuur voor diverse aandoeningen onderzocht. Daaruit komt naar voren dat acupunctuur heel goed gebruikt kan worden bij de behandeling van diverse gewrichts­klachten, waaronder artrose en reumatoïde artritis.

Afgezien van pijnbestrijding kan acupunctuur bij reuma een gunstig effect hebben op ontstekingsreacties én op de werking van het immuunsysteem.

Eenmaal ontstane schade aan gewrichten kan niet ongedaan worden gemaakt, maar dat geldt ook voor reguliere behandel­methoden.

Mensen die last hebben van fibromyalgie, jicht en het syndroom van Sjögren zouden ook baat kunnen hebben bij acupunctuur. Maar de effectiviteit op deze syndromen is nog niet voldoende uitgebreid onderzocht.

Geen bijwerkingen

Het voordeel van acupunctuur boven de behandeling van

pijnklachten met medicijnen, is dat het een veilige behandel­methode is, zonder schadelijke gevolgen of bijwerkingen. Daarbij komt dat er geen risico van gewenning of verslaving is. Tevens ervaren veel patiënten een verbetering van het algemeen welzijn. Acupunctuur is daarom bij uitstek een aantrekkelijke manier om chronische klachten zoals bij artrose en reuma te behandelen.

Aanvulling op medicijnen

Acupunctuur kan een waardevolle aanvulling zijn op de behandeling van artrose en reuma met medicijnen. Doordat de pijn door acupunctuur gereduceerd wordt, zouden lagere doses van een bepaald medicijn nodig zijn. Dit moet natuurlijk altijd met een arts overlegd worden. Wel moeten we hierbij de kanttekening maken dat langdurig cortisonen­gebruik (hormonen) acupunctuur ineffectief kan maken, omdat het reactiepatroon van de patiënt door de medicijnen geblokkeerd is. Dit is vooral van belang voor reumapatiënten die langdurig prednison gebruiken.

Contra-indicaties

Eigenlijk is er maar één contra-indicatie voor acupunctuur en dat is zwangerschap. Het stimuleren van bepaalde acupunctuurpunten kan namelijk een abortus teweegbrengen.

Hoe werkt het?

Acupunctuur is gebaseerd op het begrip levensenergie (de zogenaamde 'chi'). Verstoring van deze energie veroorzaakt klachten en ziektes. Acupunctuur richt zich op het herstellen van de harmonie in het lichaam waardoor de levensenergie weer vrij door het lichaam kan stromen. Dit gebeurt door bepaalde meridianen (energiebanen) te stimuleren via het drukken op bepaalde punten van het lichaam die met elkaar