



IMC Gimborn

Integraal Medisch Centrum

Een gezond perspectief

Guido Gezellestraat 56
6901 KZ Zevenaar

Babborgaplein 3a
6909 DW Babberich

telefoon 0316 33 17 76
www.imc-gimborn.nl
info@imc-gimborn.nl



Acupunctuur

Acupunctuur is een van de populairste alternatieve geneeswijzen en zeker het bekendste onderdeel van de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG).



Wat is acupunctuur

De geneeswijze **Zhen Jiu** (letterlijk: 'prikken', van naaldjes en 'branden', van kruiden) ontwikkelde zich duizenden jaren geleden in China en bereikte van daaruit ook Japan. In de zeventiende eeuw maakten de Nederlanders er kennis mee via hun handelspost op het Japanse eilandje Deshima. De Nederlandse arts Willem ten Rhijne bedacht toen het woord 'acupunctuur', een samenstelling van het Latijn **acus** (naald) en **pungere** (prikken, steken). Vanaf de twintigste eeuw ontwikkelden artsen in het oosten én in het westen de acupunctuur verder. Er kwamen steeds meer wetenschappelijke studies naar de effecten en naar de manier waarop het werkt. Zo ontstond een moderne westerse verklaring voor acupunctuur naast de traditionele Chinese, die nog altijd probleemloos naast elkaar bestaan.

Chinese verklaring

TCG ziet het lichaam als één systeem, waarin de energie (**qi**) die we bij onze geboorte hebben meegekregen, in gezonde toestand vrijelijk kan stromen. Dat gebeurt via een netwerk van 'meridianen', energiebanen. Ontstaan onderweg blokkades, dan raakt het evenwicht verstoord en ontstaan fysieke of mentale klachten. Met naaldjes of druk van de vingers (acupressuur) stimuleert de acupuncturist de acupunctuurpunten, de 'knooppunten' op de meridianen, en herstelt zo de balans in de energiecirculatie. Acupunctuur doet niet alleen goed op de plek van de pijn, ontsteking of andere klacht, maar op jouw hele gesteldheid.

Westerse verklaring

De werking van acupunctuur wordt in de westerse wetenschap anders verklaard. Gezien vanuit de fysiologie en biochemie stimuleren de acupunctuurnaaldjes je zenuwuiteinden en bindweefsel. Dat zet allerlei mechanismen in gang, onder meer de aanmaak van lichaamseigen stoffen

in de hersenen en het zenuwstelsel, vooral neurotransmitters zoals endorfinen en dynorfinen. Deze stoffen werken onder meer pijnstillend en ontstekingsremmend en ze dragen bij aan je herstel. Ook bevordert acupunctuur de bloeddorstrooming, waardoor voedingsstoffen en zuurstof de cellen beter bereiken en afvalstoffen worden afgevoerd, en het lichaam zichzelf kan gaan herstellen.

Wat kan acupunctuur voor mij betekenen?

Langdurige klachten, waarvoor de westerse reguliere geneeskunde geen oplossing kan vinden, zijn vaak wel te verhelpen met behulp van acupunctuur. Denk aan: afvallen, vermoeidheid, chronische pijn, depressie, burn-out, griep en verkoudheid, overspannenheid, RSI, hoofdpijn en migraine, rug-, gewrichts- en spierpijn, fibromyalgie, slapeloosheid, ongewenste kinderloosheid, eetstoornissen, sportblessures, zware overgangsklachten, darmklachten of als ondersteuning bij kanker. Ook bij klachten van kinderen is acupunctuur mogelijk.

Hoe ziet een acupunctuurbehandeling eruit?

De meest kenmerkende techniek is het prikken met dunne, **steriele naaldjes**. Er bestaat ook **laseracupunctuur**. Soms wordt bij het prikken warmte gebruikt, opgewekt door een smeulend kruid (**moxa**) of door een speciale lamp. De therapeut stelt de diagnose onder meer door je polsslag te voelen, je tong te bekijken en je huid te bekloppen (**palperen**). Afhankelijk van de diagnose combineert de therapeut de acupunctuurbehandeling met andere geneeswijzen.

Kosten

Voorwaarde voor vergoeding van de behandeling door een Zhong-therapeut is dat je een aanvullend pakket hebt waarin Chinese geneeswijzen zijn opgenomen. Veel, maar zeker niet alle verzekeraars vergoeden Chinese geneeswijzen.



Integraal Medisch Centrum
Een gezond perspectief