

Wil jij van jouw pijn af?

# Acupunctuur bij Pijnklachten

Kan helpen bij o.a.:

- Lage rugpijn
- Hoofdpijn
- Kniepijn
- Nek- & schouderklachten



## Acupunctuur voor jou

Sabina Rabbelier- van Tienen  
Colmarstraat 35, Nijmegen - Noord  
E: [info@acupunctuurvoorjou.nl](mailto:info@acupunctuurvoorjou.nl)  
T: 06 17 39 51 71  
[Facebook/Acupunctuurvoorjou.nl](https://www.facebook.com/Acupunctuurvoorjou.nl)

[www.acupunctuurvoorjou.nl](http://www.acupunctuurvoorjou.nl)

## Lees wat acupunctuur voor jou kan betekenen!

### Wil jij van jouw pijn af?

Iedereen ervaart weleens pijn. Zowel acute als chronische pijn en het mogelijke onbegrip hierover kunnen je leven aardig op zijn kop zetten. Vooral als de huisarts, de fysiotherapeut of een andere therapie je hier niet (meer) bij kunnen helpen. Mogelijk is acupunctuur iets voor jou?

### Acupunctuur helpt bij pijn

Al duizenden jaren behandelen Chinese geneeswijzen en acupunctuur met succes verschillende pijnklachten. In Nederland is een acupuncturist de meest bezochte alternatieve genezer, zo blijkt uit cijfers van het CBS. Vooral voor chronische pijnklachten raadplegen mensen vaak een acupuncturist. Dat is niet wonderlijk, want diverse wetenschappelijke onderzoeken tonen aan dat acupunctuur effectief kan zijn bij pijnbestrijding (meer informatie: [www.acupunctuurvoorjou.nl](http://www.acupunctuurvoorjou.nl)).

Wist je dat... vergoeding vanuit aanvullende zorgverzekeringen mogelijk is?

### Wanneer acupunctuur?

Acupunctuur kan verschillende soorten pijn verlichten, zonder bijwerkingen. Denk aan:

- **Gewrichten / spieren / pezen:** Rugpijn, spierpijn, bewegingsbeperkingen, verstuikingen, artrose, reumatische aandoeningen, gewrichtsontstekingen, slijmbeursontsteking, RSI, krampen (RSL), nek- en schouderklachten, whiplash, tenniselleboog, fibromyalgie (spierreuma), carpaal tunnel syndroom.
- **Gynaecologie:** Buikpijn, gespannen en pijnlijke borsten.
- **Hoofd:** Migraine, clusterhoofdpijn, aangezichtspijn, tandvlees-, tand- & kiespijn, oorpijn, keelpijn.
- **Maag en darm:** Buikpijn, pijn bij de ribben, zuurbranden, maagpijn, constipatie.
- **Mentale pijn:** Stress, burn-out, depressiviteit, overspannenheid.
- **Zwangerschapsklachten:** Bekkeninstabiliteit, hoofdpijn, rugpijn, bevalling.
- **Zenuwpijn:** Gordelroos, ischias, hernia.

*Consulteer bij langdurige en/of ernstigere klachten, of bij twijfel daarvan, altijd eerst de huisarts.*

Staat jouw pijnklacht er niet tussen? Neem contact op en ontdek wat acupunctuur voor jou kan betekenen.

## Hoe werkt acupunctuur bij pijnklachten?

Acupunctuur beïnvloedt bepaalde delen van de hersenen die bij de verwerking van pijn een belangrijke rol spelen. Dat heeft een pijnstillend effect, zo blijkt uit modern neurobiologisch onderzoek waarbij de PET-scan werd gebruikt.

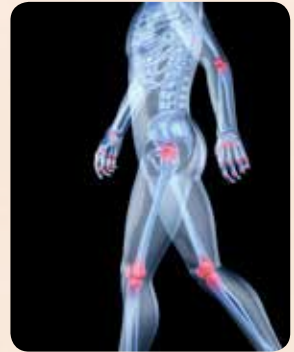
De Chinese geneeswijzen beschouwt pijn altijd als een teken van stagnatie. Als jij pijn ervaart, dan is de vrije stroom van bloed en levensenergie (*Qi*) in jouw lichaam verhinderd. Dit kan verschillende oorzaken hebben. Bijvoorbeeld een ophoping van afvalstoffen, een ontsteking, een verwonding of geen goede voeding van pezen of gewrichten als gevolg van ouderdom. Het plaatsen van kleine naaldjes in het lichaam stimuleert de doorstroming en verlicht daarmee de pijn.



Schouderpijn



Pijn bij zwangerschap en bevalling



Gewrichtspijn

## Pijnklachten verdwijnen of blijven langer weg

Chinese geneeswijzen kijkt naar de mens als geheel. Naast pijnbestrijding richt de behandeling zich daarom ook op het aanpakken van de onderliggende oorzaak. Dit zorgt ervoor dat pijnklachten (langer) wegblijven.

## Waarom acupunctuur?

- Veilig & geen bijwerkingen (zoals bijvoorbeeld medicatie).
- Meer dan symptoombestrijding: Pakt ook de oorzaak aan.
- Goed voor je lichamelijke én geestelijke balans.
- Vergoeding vanuit aanvullende verzekering mogelijk.

## Week van de Acupunctuur: Thema Pijn (3 t/m 9 okt 2016)

Tijdens de Week van Acupunctuur, een initiatief van de Nederlandse beroepsvereniging voor Chinese Geneeskunde 'Zhong', kun je voordelig kennismaken met acupunctuur en pijn. Nieuwsgierig? Bezoek één van de workshops en ga zelf aan de slag met pijn.



### Agenda

Meld je aan door te mailen naar [info@acupunctuurvoorjou.nl](mailto:info@acupunctuurvoorjou.nl). Kijk voor het uitgebreide programma op [www.acupunctuurvoorjou.nl](http://www.acupunctuurvoorjou.nl) of Facebook/acupunctuurvoorjou.

5 okt

#### Workshop: Menstratiepijn

*Woensdag 5 oktober, 20.00 – 22.00 uur, € 10,-*

Waarom heb je menstratiepijn en wat kun jij er zelf aan doen?

6 okt

#### Workshop Acupressuur: Hoofd-, nek-, rug- & buikpijn

*Donderdag 6 oktober, 20.00 – 22.00 uur, € 10,-*

Leer jezelf masseren tijdens deze praktische workshop.

8 okt

#### Workshop Acupressuur: Pijnbestrijding tijdens bevalling

*Zaterdag 8 oktober, 10.00 – 12.00 uur, € 25,- per koppel*

Leer samen met je partner de technieken van natuurlijke pijnbestrijding tijdens de bevalling.

