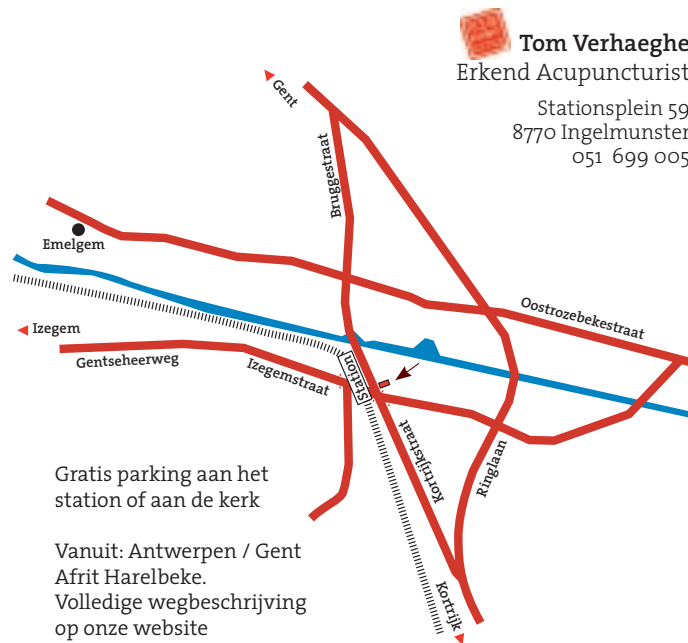




galsap-reflux etc.  
Acupunctuur kan ook op de wortel van het probleem inwerken. Wanneer die wordt behandeld kan genezing op een dieper niveau plaatsvinden, dwz. meer dan alleen symptoombehandeling.

Voor meer informatie gelieve zich te wenden tot:

**Acupunctuurpraktijk Tom Verhaeghe**  
Stationsplein 59  
8770 Ingelmunster  
tom.verhaeghe@acupunctuur.org



Bezoek ook onze website  
[www.chinese-geneeskunde.be](http://www.chinese-geneeskunde.be)  
& schrijf je in op onze online nieuwsbrief.  
Zo blijf je steeds op de hoogte van de laatste nieuwigheden.

1 bv. Berman BM, Lao L, Langenberg P, et al: Effectiveness of acupuncture as adjunctive therapy in osteoarthritis of the knee: a randomized, controlled trial. Annals of Internal Medicine Dec. 21, 2004;141(12):901-910; Roisin Haslam: A Comparison of Acupuncture with Advice and Exercises on the Symptomatic Treatment of Osteoarthritis of the Hip - A Randomised Controlled Trial. Acupuncture in Medicine 2001;19(1):19-26.

## Acupunctuur bij Pijnklachten

世俗流轉苦病除  
唯求醫者父母心  
慈悲助挽眾生苦  
祈愿世人樂無愁

3



**Tom Verhaeghe**  
Erkend Acupuncturist  
Stationsplein 59  
8770 Ingelmunster  
051 699 005



## Acupunctuur bij Pijnklachten

Pijn is een signaal. We hebben geen pijn als er niets verkeerd is. Pijn is een signaal dat er iets niet klopt.

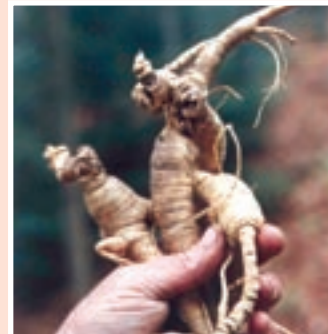
### Wat doet u wanneer u pijn lijdt?

- Rusten of juist bewegen. Beide kunnen effectief zijn.
- Negeren. Dit kan even werken, maar kan ook nefast zijn voor het verdere verloop van uw aandoening. Pijn kan chronisch en erger worden.
- Pijnstillers nemen. Deze zijn vaak effectief voor een tijdje maar ze hebben allen neveneffecten. Vaak dient men te overwegen of er meer baat dan schade is bij het nemen van pijnstillers. Bovendien lossen zij het probleem ook niet op: de oorzaak wordt niet aangepakt.



- Inspuitingen, lokaal of epiduraal. Kunnen helpen voor een tijdje, maar er is geen garantie op succes. Bovendien kunnen lokale inspuitingen het probleem verdoezelen, waardoor men zich soms overschat en later meer pijn heeft.
- Chirurgie. Is volgens mij het laatste redmiddel. Het is niet goedkoop, en soms zijn er ook risico's aan verbonden. Soms zijn er ook geen garanties op een goed resultaat.

Chinese geneeskunde en acupunctuur behandelen al duizenden jaren allerhande pijnklachten. Deze methode heeft de tand des tijds doorstaan en is bewezen effectief en vrij van neveneffecten te zijn. Moderne wetenschappelijke tests hebben aangetoond dat in vele gevallen acupunctuur even of meer effectief is als de courante Westerse behandelingen<sup>1</sup>.



Een greep uit het hedendaagse wetenschappelijk onderzoek (zowel Westers als Chinees) toont aan dat acupunctuur effectief is bij:

- arthrose van de knie
- post-operatieve pijn
- Lage rugpijn en sciatica, incl. lumbago, degeneratieve wervelaandoeningen, hernias
- Alle schouderpijnen
- Rheumatische klachten
- Gezichtspijnen
- Nekklachten, incl. whiplash, uitstraling in de armen,...
- Peesontstekingen als tenniselleboog, carpal tunnel syndrome,...
- Migraine-aanvallen
- ...

Als voorbeeld haal ik een studie aan van Wang Wen-yuan et al, in Beijing Zhong Yi (Beijing Chinese Geneeskunde), #1, 1993, waarin werd aangetoond dat bij 5.461 patiënten met pijn 76.10% van de gevallen werd genezen, en maar liefst 97.20% van de gevallen

merkbaar verbeterden. Patiënten kregen in totaal slechts 10 behandelingen gespreid over twee weken. Noteer dat er quasi geen neveneffecten zijn bij deze behandeling!

Wegens plaatsgebrek kan ik de duizenden studies die de effectiviteit van acupunctuur bewijzen niet allemaal aanhalen, maar wie dat wil kan mij contacteren en mij om meer studies vragen.

Deze studies zijn gebaseerd op de werkelijke behandeling van echte patiënten met welbepaalde aandoeningen, en nagenoeg altijd is er significante verbetering merkbaar bij meer dan 90% van de patiënten.

Wetenschappers kunnen met de vinger wijzen en zeggen dat sommige van deze studies niet dubbel-blind gedaan zijn, maar strikt genomen zijn deze studies onmogelijk bij acupunctuur. Chinese onderzoekers omzeilen dit probleem door de effectiviteit van acupunctuur en kruiden te vergelijken met courante Westerse behandelmethodes voor een bepaalde aandoening. Er wordt bewezen dat acupunctuur even goed als, dan niet beter werkt dan de Westerse behandeling.

### Hoe werkt acupunctuur bij pijnbestrijding?

De theorieën van de Chinese geneeskunde stellen dat pijn ontstaat wanneer er stagnatie is. Wanneer er geen stagnatie meer is, is er geen pijn meer. Acupunctuur werkt dus door de circulatie van Qi te bevorderen.

Qi is de substantie die in de meridianen stroomt. Meridianen, een netwerk van vaten, lopen over het gehele lichaamsoppervlak. Specifieke punten openen welbepaalde zones.

Qi, wat meestal als energie of "vitale invloeden" wordt vertaald kan (nog) niet gemeten worden. Maar wetenschappelijke tests tonen wel aan dat stimulatie van een acupunctuurpunt duidelijke en reproduceerbare veranderingen teweegbrengt. Zoals betere circulatie, vermeerderd aantal witte bloedcellen, meer of juist minder maagsecretie, minder >

