



HG & ACUPUNCTUUR

EVEN VOORSTELLEN

“Mijn naam is Juul Vaessen-Visser (1971) en ben sinds 2006 werkzaam als acupuncturist. In 2009 heb ik mijn eigen praktijk gestart in mijn woonplaats, het Zeeuwse dorp Serooskerke op Walcheren.

Ik ben gediplomeerd acupuncturist en herbalist. Ook heb ik de opleiding Westerse Medische Basis gevolgd en ben als praktiserend lid geregistreerd bij beroepsvereniging Zhong te Wageningen. Voortdurend volg ik bijscholing om mijn deskundigheid te blijven verbeteren. Ik verzorg ook regelmatig lezingen over onderwerpen binnen mijn vakgebied.

Ik behandel klachten van zeer uiteenlopende aard, maar meer specifiek heb ik me toegelegd op de behandeling van klachten tijdens en na de zwangerschap. Ik sta in goed contact met de diverse verloskundigenpraktijken in Zeeland, van waaruit wekelijks cliënten naar mij worden doorverwezen. Ik houd ook spreekuur in de verloskundigenpraktijk in Heinkenszand.



**Acupuncturist
Juul Vaessen-Visser**

“Ziekte of klachten zie ik als een verstoring van het bio-energetische evenwicht”

Een goede gezondheid beschouw ik als een groot goed. Je hebt daar niet altijd de volledige regie over. Zo kun je met aangeboren kwalen of ziektes te maken hebben, of met de gevolgen van een ongeluk, of een zware fysieke en/of mentale belasting. Ook een zwangerschap verloopt niet altijd probleemloos.

Mensen houden er heel verschillende levensstijlen op na. Dit is altijd van invloed, in zowel positieve als negatieve zin, op de gezondheid. Ziekte of klachten zie ik als een verstoring van het bio-energetische evenwicht. Een behandeling met behulp van acupunctuur en/of met Chinese of Westerse kruiden, zal dan ook primair gericht zijn op herstel van deze disbalans. Ook aanpassing van de levensstijl, waaronder beweging en sport, voedingspatroon, ritme en regelmaat, kan echter noodzakelijk zijn.

Ik geloof bij de aanpak van ziekten/klachten in het principe van complementaire geneeswijzen. Ik vind het belangrijk dat de Oosterse geneeswijze nauw aansluit en van meerwaarde is de Westerse, zoals we die kennen en stel me dan ook bij voorkeur open voor samenwerking en afstemming met huisarts, fysiotherapeut,

gynaecoloog, osteopaat, verloskundige en andere behandelaars.”

Wat houdt acupunctuur precies in?

“Dat is nog niet zo makkelijk in enkele woorden te beschrijven. De geneeswijze bestaat al duizenden jaren en wordt nog steeds toegepast op een groot deel van de wereldbevolking. Daarnaast is het een manier van kijken die sterk afwijkt van onze bekende Westerse geneeskunde en daardoor niet zo makkelijk te bevatten. Je moet er echt anders voor gaan denken. De traditionele Chinese geneeswijze kent heel andere begrippen en principes. We spreken onder meer over Qi (Chi), Meridianen, Yin en Yang, de 5 elementenleer (Wu Xing), de 6 Divisies, Hitte en Koude beelden, Volte en Leegte beelden en nog veel meer. In feite is het ook een studie die enorm omvangrijk is en nooit klaar is.

Holistisch

De basisgedachte laat zich misschien best omschrijven als een holistische mensvisie. Dit betekent dat de mens als geheel wordt benaderd en dat lichaam en geest dus onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. De overtuiging is dat een klacht of symptoom nooit op zichzelf staat, maar altijd in relatie tot andere klachten of factoren.

Yin en Yang

De Chinese geneeswijze heeft als voornaamste uitgangspunt het taoïsme, met als belangrijkste theorie het Yin/Yang principe. Volgens de traditionele Chinese wereldbeschouwing, die naast het taoïsme, ook op het boeddhisme en confucianisme is gebaseerd, bestaat het universum uit een kringloop van (levens-) energie, Qi of Chi genaamd.

Het Yin-Yang principe heeft niets met religie te maken, maar meer met een astrologisch gegeven. Het beschrijft en verklaart de dynamische aspecten van de kosmos en alles wat leeft op aarde. Yin en Yang verwijzen naar twee tegengestelde principes of krachten, maar tevens aanvullende waarden.

Het symbool is voortdurend in beweging (de Qi stroming), zoals de natuur altijd in beweging is en zoals er in ons lichaam altijd een dergelijke cyclus plaatsvindt. Als Yin en Yang langdurig uit balans zijn, kan een ziekte ontstaan. De balans kan verstoord worden door bijvoorbeeld veranderingen in de omgeving, emotionele druk of een ongezonde levensstijl.

In de behandeling wordt geprobeerd weer een balans te creëren, met behulp van acupunctuur en/of kruiden. Dat kan curatief, maar ook preventief werken. Het herstellen van het verstoorde evenwicht is het basisprincipe van de traditionele Chinese geneeswijze.

Kan elke acupuncturist in Nederland/België deze handelingen uitvoeren?

“In principe kan je bij elke gediplomeerde acupuncturist terecht, maar niet elke acupuncturist zal even bekend zijn met de behandeling van zwangerschapsklachten en er zijn er ook die liever geen zwangerschapsklachten behandelen. Het is dan ook belangrijk om, voorafgaand aan het maken van een afspraak, goed na te gaan of de betreffende praktijk ook zwangeren behandelt.

Acupunctuur wordt door vrijwel alle zorgverzekeraars gedeeltelijk vergoed. Het is raadzaam bij uw eigen verzekeraar navraag te doen.”

Let op! Alleen de behandelingen van een geregistreerd acupuncturist komen in aanmerking voor vergoeding. Dit vanwege de kwaliteitseisen die het register stelt en waar verzekeraars zich achter hebben geschaard.

Kijk daarom ook even of een acupuncturist aangesloten is bij:

ZHONG – Nederlandse Vereniging voor Traditionele Chinese Geneeskunde

NVA – Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur

BAF – Belgian Acupunctors Federation

Acupunctuur

Acupunctuur is een van de bekendste behandeltechnieken binnen de traditionele Chinese geneeswijze. Een paar duizend jaar geleden ontstond de tekst die binnen de Chinese geneeswijze ook nu nog als verplichte studiekost geldt, de 'Yellow Emperor's Inner Classic'. Het geeft een interessant beeld van hoe groot de 'medische' kennis aan het Keizerlijke hof van de gele Keizer HuangTi, toen feitelijk al was. Met de ontwikkeling van deze kennis en ervaringen ontstond onder meer de toepassing van vele kruiden, warmte en koude en het gebruik van voorwerpen zoals naalden, voor de behandeling van ziekten en verwondingen.

Bij acupunctuur worden uiterst dunne, gesteriliseerde naalden voor eenmalig gebruik, doorgaans pijnloos, op nauwkeurig omschreven punten ingebracht. Hiermee wordt beoogd de gestagneerde of op een andere wijze verstoorde energiestroom te herstellen en daarmee klachten te verhelpen.

De lichaamsenergie circuleert via energiebanen, de zogenaamde meridianen, door het lichaam. Elk orgaan heeft zijn eigen meridiaan. Deze meridianen vormen samen een complex netwerk waarin energie naar elk deel van het lichaam wordt doorgegeven. De acupunctuurpunten liggen op de meridianen.

Erkend en veilig

De laatste eeuw is acupunctuur ook in het Westen uitgebreid bestudeerd en verder ontwikkeld tot een erkende, effectieve en veilige behandeltechniek. Doordat ook wetenschappelijk onderzoek regelmatig de positieve effecten van acupunctuur aantoonde, neemt de acceptatie van deze Oosterse behandelwijze toe. Ook binnen de reguliere medische wetenschap en bij de zorgverzekeraars.

Acupunctuur bij kinderen

Ook voor klachten bij kinderen, kan gebruik gemaakt worden van acupunctuur. Vaak vinden kinderen acupunctuur eng, omdat ze bang zijn dat het prikken pijn zal doen. Men moet echter niet vergeten dat het hier niet om injectienaalden gaat (holle, dikke naalden, waar bijvoorbeeld iets doorheen gespoten moet worden), maar om hele dunne, buigzame naaldjes, die heel oppervlakkig worden ingebracht. Veel mensen zijn verbaasd dat het vaak juist helemaal geen pijn doet. Kinderen reageren doorgaans snel en gunstig op acupunctuur, zodat het zeker raadzaam kan zijn voor deze behandeling te kiezen. Als een kind het zelf echter niet wil, zal ik ook niet behandelen met acupunctuur. Het is bij mij in de praktijk, naast acupunctuur, ook mogelijk te behandelen met een laserpen. In dit geval maak ik dan geen gebruik van naalden."

Je krijgt in de praktijken waar je werkt ook te maken met zwangere vrouwen, met wat voor klachten komen zij in de praktijk?

"Met acupunctuur kan je heel veel klachten tijdens de zwangerschap behandelen. Juist omdat er geen medicamenteuze middelen nodig zijn om klachten te behandelen en herstellen, vinden veel mensen dit een prettige vorm van behandelen tijdens de zwangerschap. Een voorbeeld van de klachten die ik in de praktijk zoal behandel: zwangerschapsmisselijkheid, vermoeidheid, lage of hoge bloeddruk, hoofdpijn, insomnie, restless legs, kramp, bekkenklachten, dreigende miskraam, hooikoorts, stuitligging, aambeien, maagzuur, stemmingswisselingen en rugpijn.

"Je ziet dat een bevalling na deze voorbereiding vaak soepel verloopt, niet te lang op zich laat wachten en het herstel erna ook goed gaat"

Daarnaast zie ik ook regelmatig mensen die graag ondersteund willen worden bij de voorbereiding op de bevalling. Dit is geen klacht, maar preventief bedoeld, wat ook een van de uitgangspunten is binnen de traditionele Chinese geneeswijze. Het gaat dan om vier behandelingen, in de drie weken voorafgaand aan, plus de veertigste week van de zwangerschap. Tijdens deze vier behandelingen begeleid je met acupunctuur het lichaam naar het bevallingsmoment toe. Zo start ik in de eerste behandeling met versterken van de energie en ontspannen van de pezen en aanhechtingen. Daarna wordt er wekelijks extra ondersteuning toegevoegd, zodat het lichaam als het ware steeds een duwtje in de richting van de bevalling krijgt en snapt wat het moet gaan doen. Je ziet dat een bevalling na deze voorbereiding vaak soepel verloopt, niet te lang op zich laat wachten en het herstel erna ook goed gaat.

Hooikoorts

Wanneer een zwangere vrouw geen hooikoortsmedicatie wil gebruiken tijdens de zwangerschap, kan acupunctuur een uitkomst bieden. Je kunt zodoende de hooikoortsklachten behandelen, zonder medicijngebruik. Wanneer er ook sprake is van zwangerschapsmisselijkheid, is hooikoorts zeker niet wenselijk. In energie heb je dan al een achterstand door de aanhoudende misselijkheid en de hooikoorts maakt het zwaarder."

Acupunctuur en Hyperemesis Gravidarum

In onze besloten praatgroep krijgen wij vaak de vraag of er ook alternatieve geneeswijze zijn. De afgelopen jaren heb jij een aantal vrouwen behandeld die last hebben (gehad) van extreme zwangerschapsmisselijkheid/ Hyperemesis Gravidarum. Wat voor handelingen voer jij uit met zwangeren die hier last van hebben?

“Binnen de Chinese geneeswijze kunnen er verschillende vormen van zwangerschapsmisselijkheid worden gediagnosticeerd. Daarom zal ik bij een eerste afspraak, met een korte intake bepalen van welke vorm sprake is. Wanneer er sprake is van Hyperemesis Gravidarum (HG) dan maakt het voor mij nog verschil of dit een droge of natte vorm is. Het blijkt toch nog regelmatig dat HG in de droge vorm niet als HG herkend wordt. Beide vormen zijn zeer invaliderend.

Met acupunctuur neem ik de HG niet altijd helemaal weg, maar ik constateer wel duidelijk een verbetering. Soms is de zwangere tot niet meer in staat dan op bed liggen, met zo nu en dan een toiletbezoek. Na behandeling met acupunctuur is het soms weer mogelijk om deel te nemen aan het gezinsleven.

Met de behandeling tracht ik de disbalans te herstellen. Bijvoorbeeld: overgeven is een gevolg van opwaartse maagenergie. Ik stuur met behulp van acupunctuur de energie weer neerwaarts. Ik corrigeer dus de richting van de maagenergie.

Bij misselijkheid zonder overgeven, kan het versterken van de maagenergie de misselijkheid doen afnemen. Vaak zijn er echter nog andere orgaansystemen in het lichaam bij de klachten betrokken. Deze neem ik dan ook mee in de behandeling.

In de praktijk werk ik met een Acugraph®. Dit is een meetsysteem wat een beeld geeft van de energie in de meridianen (energiebanen). Met deze meting kan je goed zien waar de disbalans(en) zich bevinden en waar we de behandeling aldus op kunnen richten. Opeenvolgende metingen worden vergeleken en tonen de effecten en het verloop van de behandeling.

Zonder deze metingen kan ik ook prima bepalen welke behandeling geïndiceerd is, maar ik heb ervaren dat het door mijn cliënten erg gewaardeerd wordt dat zij aan de hand van de metingen en de grafische weergaven, meer inzicht verkrijgen op hun eigen behandelproces. Ik geef sowieso veel uitleg bij wat ik doe en wat er precies gebeurt vanuit de traditionele Chinese geneeswijze. De Acugraph® is hierbij een extra hulpmiddel.”

“Na behandeling met acupunctuur is het soms weer mogelijk om deel te nemen aan het gezinsleven”

Kun je na een zwangerschap met extreme zwangerschapsmisselijkheid of HG ook bij een acupuncturist terecht en wat kan een acupuncturist doen voor het herstel?

“Jazeker, ik behandel ook klachten na de bevalling. Postpartum kan er nog van alles spelen, waardoor het herstel minder goed verloopt. De mogelijke tekorten die tijdens een zwangerschap (al dan niet met HG) en/of de bevalling zijn ontstaan, kunnen nadien goed met acupunctuur of met Chinese kruiden worden behandeld. Chinese kruiden en acupunctuur kunnen ook prima gecombineerd worden.

Wanneer er sprake is geweest van een moeilijke zwangerschap zoals bijvoorbeeld met HG, bekkeninstabiliteit of andere ongemakken, dan is acupunctuur zeker van belang om het herstel te bevorderen. Ondersteuning bij het herstel na een zwangerschapsperiode en bevalling, is in

feite altijd zinvol. Vergeet niet dat een zwangerschap een lange en zeer spannende periode is voor lichaam en geest, met de bevalling als meest intensieve moment van die periode. Het is niet vanzelfsprekend dat iedere moeder daarna zonder meer de draad weer op kan pakken. Na een zwangerschap is het goed mogelijk dat er tekorten zijn in energie en andere processen in het lichaam. Dit kan bijvoorbeeld een effect hebben op de borstvoeding, zoals een tekort aan voeding en/of kwaliteit van de voeding. Acupunctuur kan heel goed worden ingezet om dit te verbeteren.

Andere voorbeelden van goed behandelbare postpartum klachten, m.b.v. acupunctuur, zijn: nachtzweeten, overmatig transpireren, insomnia, vermoeidheid, stoelgangklachten, borstontsteking, aambeien, postpartum depressiviteit.”