

Hooikoorts, mooi weer en toch ellende

De zomer is in volle gang. Leuk voor velen, maar vervelend voor 18 tot 20 procent van alle Nederlanders, want zij hebben last van hooikoorts.

Als het voorjaar in aantocht is en bij de meeste mensen de lentekriebels komen, krijgt deze groep mensen last van rode gezwollen ogen, jeuk, een loopneus en niezen. Zij zien de lente en de naderende zomer dan ook met minder vreugde tegemoet.

Een voor de hand liggende oplossing is de huisarts. Deze behandelt hooikoorts vaak met antihistamine en desensibilisatie. Hoewel de bijwerkingen van deze Westerse middelen minder zijn dan vroeger, willen veel patiënten deze medicijnen niet nemen over een langere periode. Gelukkig is er een alternatief: Chinese geneeswijze kan in veel gevallen een oplossing bieden tegen de problemen van hooikoorts. Uit talloze onderzoeken is gebleken dat Acupunctuur en Chinese kruiden een probaat middel zijn om hooikoorts te behandelen. Bij hooikoorts is volgens de Chinese theorie vaak de qi (energie) in onze milt te zwak. Dit kan leiden tot teveel slijm en damp, wat zorgt voor problemen met de luchtwegen.

Er ontstaat een verhoogde afscheiding van slijm in de neusslijmvliezen en de ogen raken overprikkeld waardoor ze rood worden en gaan jeuken. Afhankelijk van het individu kan naast dit basisscenario ook nog eens sprake zijn van een zwakke nier qi, lever qi stagnatie, lever-, galblaas- of maaghitte. Ook andere gerelateerde patronen kunnen in disharmonie zijn.

In de acute fase kan de TCM therapeut alleen de klachten verlichten met veilige en simpele natuurlijke therapieën. Tussen de aanvallen door kan de therapeut zich richten op de oorzaak van het probleem en er voor proberen te zorgen dat u in het volgende jaar geen of in ieder geval minder hinder ondervindt. Om dit te kunnen bereiken dient er direct na het hooikoortsseizoen gestart te worden met de behandelingen.

Na een vakantiestop zal ik vanaf nu om de vier weken een stukje in deze krant schrijven. Volgende keer ga ik het hebben over rugklachten. U kunt mij bereiken op telefoonnummer 0485-441695 of kijk op www.vijf-elementen.nl.