

INFO OVER ACUPUNCTUUR

MENSTRUATIEKLACHTEN, ALS JE HORMONEN EEN KEER PER MAAND EEN LOOPJE MET JE NEMEN.

Het gebeurt regelmatig dat wanneer ik patiënten vraag hoe hun menstruatie verloopt, ik goed als antwoord krijg. Als ik doorvraag dan komt er vaak toch een aantal klachten naar voren. De rede hiervoor is dat vrouwen menstruatieklachten vaak als normaal beschouwen, terwijl dat niet is. Gelukkig kunnen de meeste klachten met behulp van TCM goed behandeld worden.

Menstruatieklachten kunnen betrekking hebben op veel aspecten van de menstruatie: regelmaat, duur, hoeveelheid bloedverlies en pijn, of zelfs het geheel uitblijven van de menstruatie.

De meest voorkomende en vervelende klachten zijn alle klachten die zich voordoen variërend van 1 dag tot 2 weken voor de menstruatie. Een verzamelnaam hiervoor is Pre Menstrueel Syndroom.

De symptomen die onderdeel uitmaken van dit syndroom, kunnen zich voordoen op zowel het emotionele vlak (depressie, geïrriteerdheid, huilen, e.d) als het fysieke vlak (slapeloosheid, buikpijn, slaapstoornissen, rugklachten, e.d). De klachten kunnen soms zo erg zijn dat normaal functioneren niet meer mogelijk is. Ziekteverzuim en slecht functioneren kunnen het gevolg zijn, en dat iedere maand weer. De symptomen kunnen zowel in hevigheid als in duur sterk variëren en komen het meeste voor tussen de 30 - 40 jaar.

Zowel acupunctuur als kruiden kunnen alleen of in combinatie goede resultaten geven bij menstruatieklachten. Er zijn maar weinig gevallen waarbij de behandeling geen resultaat heeft.

Sommige vormen van menstruatieklachten zijn wel veel lastiger te behandelen dan andere.

Het duurt minimaal 3 á 4 volledige cycli voordat er een bevredigend en duurzaam resultaat bereikt kan worden, maar vaak is er al na een maand resultaat merkbaar. De behandeling is niet alleen een onderdrukking van de klachten, maar geeft ook een duurzame verbetering van de gezondheid.

Over twee weken ga ik het hebben over sportblessures. Heeft u zelf een onderwerp waarover u meer wilt weten, dan kunt u mij bereiken op telefoonnummer 0485-441695 of op www.vijf-elementen.nl.