

Blaasklachten

Blaasklachten komen vaak voor, vooral bij vrouwen. In het dagelijkse leven kunnen ze voor veel ongemak zorgen. Ongewild urineverlies, pijn bij het plassen of een voortdurende aandrang; het kan uw dagelijkse functioneren behoorlijk beïnvloeden. Misschien denkt u dat deze klachten erbij horen omdat u ouder wordt of een bevalling achter de rug hebt. Niets is minder waar.

Blaasontsteking

Blaasontsteking is een klacht die vaak voorkomt bij vrouwen. In de blaas wordt urine verzameld. De urine verlaat via de urinebuis het lichaam. Omdat vrouwen een korte urineweg hebben, kunnen bacteriën van buiten vrij makkelijk een infectie aan de blaas veroorzaken. Meestal zijn de bacteriën afkomstig uit het gebied rondom de anus. Maar ook tijdens de geslachtsgemeenschap kunnen bacteriën van buiten via de urinebuis de blaas bereiken. Persoonlijke hygiëne is dus heel belangrijk bij het voorkomen van een blaasontsteking. Mannen kunnen ook een blaasontsteking oplopen, zij het minder snel. Een blaasontsteking bij mannen kan leiden tot een prostaatonsteking. Het kan echter ook andersom. De prostaat is een klier die om de plasbuis heen ligt. De symptomen van een blaasontsteking zijn pijnlijk en hinderlijk. Een drukkend gevoel in de onderbuik en -rug, een voortdurende aandrang om te plassen, een branderig gevoel of pijn bij het plassen zijn de meest voorkomende klachten. Om te weten of uw klachten worden veroorzaakt door een blaasontsteking, kunt u een urinetest laten doen bij uw huisarts.

Het herstellen van het evenwicht

Acupunctuur is een onderdeel van de Traditionele Chinese Geneeskunde. Deze eeuwenoude geneeskunde is gebaseerd op het inzicht dat lichamelijke en geestelijke klachten voortkomen uit verstoringen in de energiehuishouding van het lichaam. Met acupunctuur kunnen deze verstoringen worden hersteld en wordt de energiestroom in uw lichaam weer in balans gebracht. Acupunctuur zet het lichaam en de geest aan zichzelf te genezen. Tijdens een acupunctuurbehandeling worden heel dunne naaldjes geplaatst op bepaalde punten op het lichaam. U voelt daar bijna niets van. Om het effect van de behandeling te vergroten, kunnen bijvoorbeeld de naaldjes worden verwarmd met moxa (bijvoetkruid). De naaldjes blijven ongeveer twintig minuten zitten. Acupunctuur heeft nagenoeg geen bijwerkingen. De behandeling kan worden aangevuld met massage, kruidentherapie of een voedingsadvies.

Incontinentie

Het niet of nauwelijks kunnen ophouden van urine (of ontlasting) noemen we incontinentie. Als er urineverlies is zonder aandrang heet dat stress- of inspanningsincontinentie. Dit komt vaak voor na een zwangerschap of bij oudere vrouwen, door het verzwakken van de bekkenbodemspieren. Het ontstaat bij een plotselinge inspanning zoals hoesten, rennen of lachen. Een andere vorm is aandrangincontinentie. Dit komt voor bij vrouwen en mannen. Hierbij is wel een aandrang maar lukt het niet de urine op te houden. Soms wordt aandrangincontinentie veroorzaakt door een blaasontsteking, suikerziekte of neurologische aandoening. De symptomen lijken veel op die van een overactieve blaas. Bij deze laatste klacht is er meer dan acht keer per dag een sterke aandrang naar het toilet te gaan maar kan de urine wel worden opgehouden.

Helpt acupunctuur bij blaasklachten?

Allereerst wil de acupuncturist weten wat de oorzaak van uw klachten is. Als dat duidelijk is, kan hij daar de behandeling op afstemmen. Bij incontinentie is de behandeling onder andere gericht op het verhogen van de spierspanning rondom de blaas en in de bekkenbodem. Bij een blaasontsteking wordt met de behandeling uw algemene weerstand verhoogd waardoor bacteriën minder kans krijgen zich te vermeerderen. Op deze manier wordt de ontsteking bestreden. Een acupunctuurbehandeling verbetert de conditie en het functioneren van de urinewegen. Het grote voordeel van acupunctuur bij dit soort klachten is dat het ook een preventieve werking heeft. Hoeveel behandelingen nodig zijn, is afhankelijk van de aard en ernst van uw klachten. Uw acupuncturist vertelt u hier meer over.