

# Reumatische aandoeningen

Een fles opendraaien, een sms sturen of een envelop openmaken; het zijn simpele alledaagse handelingen. Behalve als u last hebt van een reumatische aandoening. Dan kunnen deze eenvoudige handelingen een grote en vooral pijnlijke uitdaging zijn. Mensen met een reumatische aandoening worden vaak erg beperkt in hun dagelijkse leven, simpelweg omdat veel handelingen pijn doen of niet meer lukken.

## Pijn en stijfheid

Onder reumatische aandoeningen verstaan we meer dan tweehonderd verschillende aandoeningen aan de gewrichten of het omliggende weefsel. Niet alle aandoeningen zijn even ingrijpend. Tijdelijke aandoeningen als een slijmbeursontsteking of een peesontsteking zijn pijnlijk maar niet blijvend. De chronische gewrichtsaandoeningen zijn wel blijvend en hebben een grote invloed op ons dagelijkse functioneren. De ziekte van Bechterew, artrose, reumatische artritis en juveniele chronische artritis (JCA) zijn voorbeelden van chronische reumatische aandoeningen.

In alle gevallen bestaan de klachten voornamelijk uit zwellingen, pijn en stijfheid. Hierdoor wordt bewegen moeilijk en pijnlijk.

## Oorzaken

Een reumatische aandoening kan verschillende oorzaken hebben. Acute aandoeningen, zoals acute reuma, worden vaak veroorzaakt door ontstekingen van de gewrichten. De chronische aandoeningen ontstaan vaak door een combinatie van factoren. Meestal is het immuunsysteem ernstig verstoord. Er kan ook sprake zijn van aanleg, al is dat nooit de enige oorzaak. Lichamelijke overbelasting, zoals verkeerd en/of teveel bewegen of overgewicht, zorgt vaak voor een verergering van de klachten. Maar ook langdurig onder geestelijke of emotionele spanning staan, kan de klachten doen toenemen.

## 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.

## Wat kan acupunctuur doen?

Een acupunctuurbehandeling is allereerst gericht op het bestrijden van uw pijnklachten en het beter laten functioneren van uw gewrichten. Omdat klachten als zwellingen (ontstekingen), stijfheid en pijn worden veroorzaakt door energieblokkades zal de acupuncturist deze blokkades opheffen. Hierdoor nemen de zwellingen en het stijve gevoel af en wordt de pijn minder. Acupunctuur kan eenmaal beschadigde gewrichten helaas niet genezen maar het kan wel een verergering van de klachten tegengaan door het immuunsysteem te versterken. Uw algehele weerstand wordt beter waardoor de kwaliteit van leven toeneemt. Bij acute aandoeningen zijn enkele behandelingen meestal voldoende. Bij chronische klachten zijn meerdere behandelingen nodig. Uw acupuncturist vertelt u hier meer over.