

# Zwangerschapsklachten

Het is zover; u bent zwanger! Een heerlijke periode breekt aan waarin u zich voorbereidt op de komst van uw kindje. Toch is de zwangerschap niet voor elke vrouw een tijd van rozengeur en maneschijn. Veel vrouwen hebben last van zwangerschapsklachten. De klachten kunnen zo erg zijn dat het dagelijkse functioneren moeizaam gaat. Dat is jammer want zwanger zijn, is een bijzondere periode in het leven van een vrouw.

## Een grote verandering

Tijdens een zwangerschap gebeurt er ontzettend veel in uw lichaam. De hormoonhuishouding verandert en dit kan allerlei typische zwangerschapsklachten veroorzaken. De meest voorkomende zijn misselijkheid, vermoeidheid, lage rugpijn, brandend maagzuur en vocht vasthouden. Ook in emotioneel opzicht kan er veel veranderen: veel vrouwen voelen zich kwetsbaarder en minder stabiel.

Als het goed is, gaan deze klachten na een tijdje weer over. Dat is echter niet altijd zo. Soms worden de klachten zo heftig dat normaal functioneren niet meer mogelijk is. Medicijnen zijn vaak geen optie omdat ze niet gebruikt mogen worden tijdens de zwangerschap. Bovendien hebben ze vaak vervelende bijwerkingen.

## Stuitligging of een bevalling die uitblijft

Wanneer een baby in stuitligging ligt, kan acupunctuur ervoor zorgen dat het kind weer goed komt te liggen. De kans op succes is het grootst als de behandeling rond de 33 à 34 weken wordt gestart. Onderzoek heeft uitgewezen dat dit door een acupunctuurbehandeling maar liefst 25% vaker gebeurt! Acupunctuur kan ook worden ingezet om de bevalling op gang te brengen en om de pijn tijdens de bevalling te verlichten.

## 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?

Met acupunctuur worden de zwangerschapsklachten op een natuurlijke manier en zonder bijwerkingen behandeld. Een behandeling is erop gericht de energiebalans in uw lichaam te herstellen. Ook wordt uw hormoonhuishouding weer in evenwicht gebracht. Hierdoor nemen de klachten al snel af. Daarnaast behandelt de acupuncturist uiteraard uw specifieke klachten. De volgende klachten kunnen met succes behandeld worden:

- misselijkheid
- obstipatie
- rug- en bekkenpijn
- angst- of paniekaanvallen
- slaapproblemen
- zwangerschapsjeuk
- hoofdpijn
- hoge bloeddruk
- oedeem
- maagklachten
- harde buik
- aambeien
- extreme vermoeidheid
- dreigende miskraam of miskraamverleden

Hoeveel behandelingen nodig zijn, is afhankelijk van de aard en de ernst van uw klachten. Uw acupuncturist vertelt u er mee over.