

Een  
verkoudheid?

Acupunctuur  
kan  
helpen

Kou vatten

Het overkomt ieder wel eens door koude te worden gevat. In de volksmond noemt men dit een verkoudheid. Eigenlijk is het een aanval van een virus op de bovenste luchtwegen.

Wanneer het natuurlijke afweersysteem van de mens niet perfect functioneert, kan dit leiden van ongemak, zoals niezen en hoesten, tot ernstig ziek worden en een algemene virale infectie of griep veroorzaken.

## Natuurlijke afweer

In de Chinese geneeskunde noemt men een verkoudheid in de eerste fase een aanval van **wind-koude**.

Symptomen als afkeer van koude, verstopte neus, niezen, koude rillingen komen hieraan te pas.

Afwisselend warm en koud hebben, is een uiting van de strijd tussen het virus en het afweermechanisme, in de Chinese geneeskunde **wei qi** genoemd.

Wanneer de verdedigingsenergie het haalt op het virus, verdwijnen na enkele dagen spontaan de symptomen, zonder acuut ziek te worden en zonder behandeling.

Is ons afweersysteem te zwak, dan zal de virusinfectie verder doordringen in het lichaam en zullen symptomen, als koorts, dorst, pijnlijke keel, hoofdpijn en algemene spierpijnen de bovenhand halen.

Deze fase wordt in de Chinese geneeskunde aanzien als transformatie van een **wind-koude-syndroom** naar een **wind-hitte-syndroom**. Op dit moment wordt de patiënt ernstig en acuut ziek.

## Hoe behandelt men verkoudheden in de Westerse geneeskunde?

Gezien het om een virale infectie gaat, waartegen medicatie niet of nauwelijks werkzaam is, zal men eerder symptomatisch te werk gaan.

Men zal onder meer de niesprikkelers trachten te verminderen door antihistaminica toe te dienen. Eventuele koorts of pijn zal behandeld worden met acetylsalicylzuur (aspirine), codeïne, paracetamol, fenacetine.

Wanneer bij zwakke patiënten complicaties optreden wegens een bijkomende besmetting door bacteriën, gaat men eventueel over tot het toedienen van antibiotica.

## Hoe benadert men de patiënt in de Chinese geneeskunde?

De genezing, die normaal spontaan optreedt na enkele dagen, kan door acupunctuur versneld worden, zodat de patiënt na een dag of zelfs vroeger hersteld is.

Ook bij complicaties, zoals keelontsteking, bronchitis of longontsteking kan acupunctuur zijn bijdrage leveren om sneller te genezen.

Bij de behandeling van verkoudheden met acupunctuur, wordt vooral het zelfregulerend vermogen (homoïostase) gestimuleerd. Dit is het mechanisme, waardoor ons afweersysteem tracht de mens gezond te maken of te houden.

Bij aandoeningen, zoals verkoudheden of infectieziekten dringt de zogenaamde *slechte of perverse energie* door de huid in het lichaam, van buiten naar binnen.

Het menselijk organisme bestaat energetisch uit zes verschillende lagen. De verdedigingsenergie of *wei qi* bevindt zich het meest oppervlakkig en zal als eerste barrière moeten fungeren tegen verkoudheden.

Naargelang de ziekte dieper binnendringt, zal het behandelingsprincipe ook wijzigen. Hoe dieper de ziekte doordringt, hoe zieker men wordt en hoe meer tijd tot herstel men nodig heeft.

Men kan stellen, dat de ziekte de omgekeerde weg terug naar buiten moet volgen.

## **Preventie**

Patiënten behandelen op het moment van verkoudheid is uiteraard belangrijk; doch belangrijker is zelfs het voorkomen van ziekte, door de weerstand te vergroten.

Ook hier is een belangrijke taak weggelegd voor de acupunctuur.

Met acupunctuur kan men preventief het natuurlijke afweermechanisme versterken, zodat de kans op ziekte kleiner wordt en/of de patiënt sneller geneest.

De behandeling bestaat uit het aanprikken van welbepaalde punten (acupunctuurpunten), gelegen op de energiebanen.

Best bespreekt u uw klachten met uw acupuncturist, die uw symptomen dan in de juiste patronen zal plaatsen en u de details over de duur van de behandeling en de prognose zal kunnen geven.

## **Kinderen**

Kleine kinderen, bij wie bepaalde mechanismen in het lichaam nog onvoldoende zijn ontwikkeld en oudere mensen, die niet meer even sterk en energiek zijn, kunnen ook vatbaarder zijn voor verkoudheden en virale infecties.

## **Wordt acupunctuur terugbetaald?**

Behandeling door een acupuncturist die aangesloten is bij de BAF wordt door enkele mutualiteiten gedeeltelijk terugbetaald. Informatie hierover is te verkrijgen bij uw ziekenfonds of bij de BAF-acupuncturist.

Ook hebben een aantal verzekeringsmaatschappijen terugbetalingakkoorden afgesloten met BAF in het kader van hun (sport)ongevallen- en hospitalisatieverzekering. U kunt hierover informatie vinden in uw polisvoorwaarden, bij uw makelaar of bij de BAF-acupuncturist.

## Erkende acupuncturisten

De adressenlijst van acupuncturisten, erkend door de wettige beroepsvereniging Belgian Acupunctors Federation BAF, kan geraadpleegd worden op de website [www.acupunctuur-baf.be](http://www.acupunctuur-baf.be),

of is verkrijgbaar door een aan uzelf geadresseerde en voldoende gefrankeerde omslag te sturen naar:

**BAF, Postbus 82, 2900 Schoten.**

