

## **Moxa therapie**

**Categorie : Behandelingen**

**Gepubliceerd door [Arienne](#) op 2010/1/21**



### **Onkruid of Medicijn**

Moxa therapie is een methode van behandelen die in de TCG regelmatig gebruikt wordt naast andere technieken, zoals acupunctuur of massage. Moxa wordt gemaakt van het gedroogde kruid *Artemisia Vulgaris* of Bijvoet dat de eigenschap heeft om heel warm te kunnen worden. Zo wordt er als het ware een infrarood reactie gecreëerd, maar deze warmte dringt nog veel dieper in het lichaam door.

### **Warm kruid, hete naald**

Moxa is vervaardigd in verschillende vormen; er is losse moxa om in een doos (moxabox) te verbranden die dan op de buik of de rug wordt gezet, er zijn staven en kleine rolletjes. Deze laatste worden meestal bevestigd op de acupunctuurnaald, zodat de warmte snel diep naar binnen kan. De moxa conus wordt direct op de huid geplaatst of indirect, door het op een schijfje van bijvoorbeeld gember te plaatsen. Het direct op de huid plaatsen komt hier niet voor, omdat dat littekenvorming achterlaat.

Moxa wordt gebruikt bij een aanval van wind-koude (verkoudheid of griep) of om de bloedcirculatie te verbeteren. Daarom wordt deze manier van verwarmen gebruikt bij spierblessures.

Verder wordt moxa gebruikt om de yange kwaliteit van het lichaam te vergroten, bijvoorbeeld bij uitputtingsverschijnselen. Heel bekend ook is de toepassing bij stuitligging van de baby. Hierbij wordt moxa op een specifiek acupunctuurpunt gebruikt v.a. de 33e-34e week in de zwangerschap. Volgens literatuur blijkt week 34 optimaal. De moxa verhoogt hierbij de adreno-corticale stimulatie en verhoogt daardoor de placentale oestrogenen, veranderingen in prostaglandine levels en sensitiviteit en contractiliteit van het myometrium (spierlaag in de baarmoeder).