

## Acupunctuur

Categorie : Behandelingen

Gepubliceerd door [Arienne](#) op 2009/11/5

### **Scherpe stenen of naalden?**

Acupunctuur is in Nederland een manier van genezen of behandelen die al sinds jaren erkend is. De methode is in de oudheid ontstaan in het Oosten. Allereerst bestonden er nog geen naalden, maar werden er scherpe stenen gebruikt om deze behandelmethode uit te voeren. Later zijn pas de naalden ontwikkeld waarmee de acupunctuurpunten door de huid aangeprikt werden. Dit is de manier waarop deze geneeskunst nog steeds wordt toegepast. Verder is het mogelijk de acupunctuurpunten te behandelen met warmte (zie onder de link Moxa) of magneten op de punten te plakken. Ook cupping (zie link op deze site) is onderdeel van acupunctuur.

Wegens hygiëne worden in deze praktijk voor iedere cliënt nieuw verpakte, gesteriliseerde naalden gebruikt. Er is dus geen sprake van hergebruikte naalden zoals volgens oosters gebruik.

### **Meridianen met punten**

Acupunctuur berust op het principe dat er in het lichaam energiebanen lopen, meridianen genoemd. Op deze meridianen liggen punten die allen hun eigenschap hebben. Door ondervinding zijn deze punten ontdekt en zo zijn er nu ± 360 bekend. Elk orgaan heeft een gekoppelde meridiaan en bepaalde meridianen hebben een connectie met elkaar. Deze connecties zijn in ieder lichaam hetzelfde.

### **Afremmen of versterken**

Een acupuncturist gebruikt naalden van zo'n kwart millimeter dun en prikt hiermee in de acupunctuurpunten. D.m.v. deze naalden kan de acupuncturist de energie in de meridianen als het ware gaan sturen. Zo kan hij/zij de energiestroom afremmen (sederen) of juist opwekken (tonificeren). Dit is als het ware het balanceren van yin en yang in het lichaam. Zie pagina "Wat is Chinese Geneeswijze" op deze site over yin/yang.