WAT KUN JE ZELF DOEN?

Naast de acupunctuurbehandeling, kruiden en supplementen zijn er een aantal dingen die je zelf kunt doen om de hooikoorts klachten te verminderen en ondersteunen. Acupunctuur Roermond geeft hierin advies.
Denk hierbij aan:

» Voedingsadvies
» Supplement advies
» Oogzorg (natuurlijke oogdruppels)
» Drukpunten die je zelf kunt gebruiken om acute klachten te verlichten

DE INTAKE

Bij een intake stelt de acupuncturist een aantal vragen om een goed beeld van de klachten te krijgen die voor u er uit springen met hooikoorts. Aan de hand hiervan wordt een behandelplan en behandel advies gegeven.

Als u ons bezoekt graag volgende zaken meenemen.

» Zorgverzekerings pasje
» Medicijnen en supplementen die u eventueel gebruikt.
» Handdoek

ACUPUNCTUUR
ROERMOND

CONTACT

Jolanda Vaessen & Manon Verdonschot

Acupunctuur Roermond
Willem II Singel 44
6041 HT Roermond

06 - 42209367 Jolanda
06 - 18111276 Manon

jolanda@acupunctuurroermond.nl
manon@acupunctuurroermond.nl

WWW.ACUPUNCTUURROERMOND.NL

HOOIKOORTS

ACUPUNCTUUR

Acupunctuur kan op verschillende manieren ondersteunen bij Hooikoorts

HOOIKOORTS

Hooikoorts is een overgevoeligheidsreactie van het lichaam op de stuifmeelkorrels (pollen) van wind bestuivende planten, bomen en grassen. In feite is het afweermechanisme van het lichaam in de war. De op zichzelf onschadelijke pollen worden als indringers beschouwd en het lichaam maakt een stof aan (histamine) om ze te bestrijden. Sommige mensen verdragen de stof niet en krijgen vervolgens hooikoorts. Hooikoorts gaat gepaard met een grote verscheidenheid van symptomen. Het leidt tot overprikkeling van de slijmvliezen van neus en keel en het kan jeukende, tranende en branderige ogen veroorzaken. Ook niezen en benauwdheid komen veel voor. Bovendien kan hooikoorts leiden tot vermoeidheid en een gevoel van algeheel ziek zijn.

BEHANDELEN HOOIKOORTS

Acupunctuur kan helpen bij het verminderen van acute hooikoortsklachten of bij het voorkomen van hooikoortsklachten.

Acute hooikoortsklachten

Als u naar een acupuncturist komt in de periode waarin u al klachten hebt, is de behandeling er allereerst op gericht de klachten te verlichten en worden met name de symptomen behandeld.
Men ziet vaak na 1 behandeling al verlichting van de symptomen. Afhankelijk van welke klachten de hooikoorts geven ondersteunen wij de acupunctuurbehandeling met:

» Medical Taping.
» Supplement advies om weerstand te versterken.
» Kruiden advies om klachten te verminderen.

ACUPUNCTUUR PREVENTIEF

Acupunctuur is als preventieve behandeling voor hooikoorts erg geschikt. Voorafgaand aan het seizoen kan het afweersysteem worden versterkt, zodat hooikoortsklachten (grotendeels) uitblijven.
Bij hooikoorts werkt namelijk het afweermechanisme niet goed.
Wij adviseren u dan ook om ruim voordat het voorjaar begint met behandelingen te starten.

Afhankelijk van wanneer de eerste klachten zich manifesteren kan gestart worden met acupunctuur vanaf december (bij allergie boompollen) en vanaf februari (bij allergie graspollen).

Kijk op www.pollennieuws.nl voor wanneer welke pollen actief zijn.