

[Bekijk deze e-mail in uw browser](#)



---

## Angst voor pijn nog steeds meest genoemde reden om niet naar acupunctuur te gaan

Nieuwsbrief 11 December 2017

---

Acupunctuur is en/of was zoals je misschien wel weet **de meest gebruikte alternatieve geneeswijze** in Nederland, en uit een enquête is gebleken dat nog meer mensen dan die al het gebruiken geloven dat het kan helpen. Een angst voor de pijn die de naalden zouden opleveren is vaak de reden dat ze toch niet naar acupunctuur gaan. Maar is dit een legitieme reden om geen hulp te zoeken in de vorm van acupunctuur, of komt er geen pijn aan te pas?

### **Wat het onderzoek aangaf**

Een enquête is gedaan onder 989 respondenten (**WorkJoy** i.o.v. **Genees je Wijzer**) en dit heeft de volgende resultaten opgeleverd: 56% van de ondervraagden gaf aan dat pijn de reden was om te twijfelen over het gebruik van acupunctuur. En dat toch wel 82% van de ondervraagden geloofde dat acupunctuur effectief was, doordat het een van de oudste oosterse geneeswijzen is en over de hele wereld bekend en gebruikt is.

### **Doet acupunctuur pijn?**

Acupunctuur houdt in dat er extreem dunne naalden jouw huid in worden gestoken op bepaalde energiepunten. Op die manier zouden verschillende soorten pijn kunnen worden verholpen, van hoofdpijn tot rugpijn. Volgens de Oosterse geneeskunde zorgen de naalden ervoor dat de energiebalans in het lichaam hersteld wordt door de energiestroom te beïnvloeden.

Westerse acupuncturisten verklaren de helende werking echter op een andere wijze, namelijk dat het de spieren en zenuwen zo zou stimuleren dat er natuurlijke pijnstillers, endorfine, vrijkomen.

Maar als het goed wordt uitgevoerd doet acupunctuur geen pijn. Natuurlijk zal je wel iets voelen maar dat is als het goed is alleen maar een klein prikje. De naalden gebruikt voor acupunctuur zijn ontzettend dun, en zullen dus geen pijn veroorzaken. Alleen als je bij een onervaren acupuncturist komt kan het pijn doen, maar dit is gemakkelijk te voorkomen. Wanneer je van tevoren goed je onderzoek hebt gedaan en online reviews hebt gelezen weet je wel of een acupuncturist voldoende ervaring heeft of niet. Doe dit dus wel, vraag eventueel ook advies aan mensen uit je omgeving die ooit acupunctuur hebben geprobeerd, zij kennen vast een **goede acupuncturist**. En wanneer je een goede acupuncturist hebt zal het niet of nauwelijks pijn doen.

De grootste reden dat mensen niet kiezen voor acupunctuur kiezen is dus ongegrond en onnodig, je hoeft niet bang te zijn voor pijn bij acupunctuur als je maar goed je onderzoek doet van tevoren. Doe, zoals ik hierboven beschreven heb, goed jouw onderzoek en als je een acupuncturist hebt gevonden waarvan je weet dat hij voldoende ervaring heeft dan zal je behalve een klein prikje geen pijn voelen bij de behandeling.

## Bezoek Geneesjewijzer.nl

---

EN MEER...

---

### Uw praktijk op de kaart?

De afgelopen maanden zijn er enkele honderden praktijken op de kaart gezet, dus waarschijnlijk die van u ook. Mocht u uw praktijk in november of december ook op de kaart zetten, krijgt u 50% korting op het plaatsingsgeld met de kortingscode **Nieuwsbrief2017**

### [Praktijk toevoegen](#)

### Gastartikel in de nieuwsbrief?

De informatie op Geneesjewijzer.nl is zorgvuldig toegevoegd in samenspraak met vele therapeuten en behandelaars. Mocht u het interessant vinden om een gastartikel te plaatsen, op de website of in de nieuwsbrief, horen wij dat uiteraard graag!

### [Contact opnemen](#)

Copyright © \*|2017|\* \*|Geneesjewijzer|\*, Alle rechten voorbehouden.

**Ons mailadres is:**

\*|info@geneesjewijzer.nl|\*

Wilt u de nieuwsbrieven niet meer ontvangen?  
U kunt zich hier uitschrijven: **Uitschrijven van deze nieuwsbrief**

