

AANTAL BEHANDELINGEN EN FREQUENTIE

Het lichaam leert. Net zoals je ooit hebt leren zwemmen of fietsen. In het begin moest je nadenken over elke beweging, maar later ging het vanzelf. Je lichaam wist het gewoon. Zo werkt het ook met pijn, spanning en klachten. Als een klacht langer bestaat, raakt het lichaam eraan gewend. Er ontstaan automatische patronen: je gaat anders bewegen, anders zitten, anders ademen. Soms zelfs zonder dat je het doorhebt. Het lichaam leert als het ware leven mét de klacht. Een bekend voorbeeld hiervan is fantoompijn. Het been is er niet meer, maar het zenuwstelsel 'herinnert' het been nog steeds. Dat laat zien hoe sterk dit lichaamsgeheugen kan zijn.

Wat gebeurt er bij een behandeling?

Kijk naar de grafiek. Op het moment van behandelen (MvA: Moment van Acupunctuur) zie je dat de pijn vaak direct afneemt. Bijvoorbeeld: na de eerste ooracupunctuur kan een klacht ineens 60 tot 80% verminderen.

Dat voelt fijn, maar het lichaam is nog gewend aan het oude niveau van pijn. Daarom zie je in de grafiek dat de klacht in de dagen erna vaak weer iets omhoog kruipt. Niet omdat de behandeling niet werkt, maar omdat het lichaam terug wil naar het 'oude normale niveau' dat het kent.

Waarom meerdere behandelingen helpen

Wanneer je op het juiste moment opnieuw behandelt, zakt de pijn weer verder dan de vorige keer. En opnieuw gaat het lichaam zich het ongemak herinneren, maar telkens naar een lager niveau. Zo train je het lichaam stap voor stap om een nieuwe 'normaalstand' te leren: minder pijn, meer ontspanning, betere doorstroming. Na een aantal behandelingen blijft de pijn structureel lager. In de grafiek zie je dat het lichaam dan ruimte krijgt om écht te herstellen in plaats van steeds te compenseren.

