

ACUPUNCTUUR BIJ SPORTLETSELS



Het behandelen van sportletsels binnen de Chinese geneeskunde vindt zijn oorsprong in de Kung Fu, de Chinese gevechtkunsten en de Shaolin monniken. Deze monniken gebruikten al eeuwen terug de acupunctuur en externe applicaties ter behandeling van hun opgelopen sportletsels en traumata.

Deze methode van behandelen heeft dus zeker zijn nut al bewezen doorheen de eeuwen. De sportacupuncturist is dan hierin ook bekwaam gevormd om sportletsels aan te pakken via deze natuurlijke geneeswijze. Menig sporter is al zeer goed geholpen bij herstel van blessures of bij verbetering van topsportprestaties dankzij de acupunctuur.



Uw sportacupuncturist volgde de opleiding OsteoAcupunctuur.

Osteoacupunctuur is de combinatie van acupunctuur en manuele technieken waarmee we spieren en gewrichten kunnen losmaken en pijn een halt toe roepen.

Het is een samenspel van de traditionele Chinese acupunctuur en manipulaties / mobilisaties uit de Tuina, gestoeld op een doorgedreven anatomische kennis. De manuele technieken worden gebruikt in combinatie met de diepere werking van de acupunctuur . Zowel de structuren die zorgen voor hinder worden manueel behandeld als de achterliggende processen die zorgen voor herstel van deze structuren, worden ondersteund met de acupunctuur.



Welke sportletsels zijn te behandelen met acupunctuur?

- De schouder: PSH, frozen shoulder , subacromiale bursitis, tendinitis van de infraspinatus en supraspinatus , bicipitale tendinitis
- De elleboog: tenniselleboog , golferselleboog , periostitis
- De nek: stijve nek, whiplash , cervicartrose, cervicaal syndroom
- Thorax en rug: pectoralis major letsel, buikspierletsel, ussenschouderbladpijn, lumbale discusproblematiek, lumbago, sciatica, piriformis syndroom
- Heup: trochanter bursitis, iliopsoas letsel, heupartrose
- Onderste lidmaat: hamstring letsel , adductorenletsel, quadricepsletsel, patella tendinitis , mediaal en lateraal collateraal ligamentletsel, chondromalacie, knie artrose, gastrocnemius letsel, achillespees tendinitis, ligamentair letsel van de enkel, hielpijn, plantaire fasciitis, shin splint (tibiaal stress syndroom)

Deze lijst is natuurlijk niet sluitend en bindend.

Er zijn al sporters en atleten die dankbaar gebruik maken van de diensten van een acupuncturist. Acupuncturisten slagen er in om vele sportletsels sneller te laten herstellen of om preventief werk te verrichten om zo sportletsels te voorkomen .

Acupunctuur kan ook de fysieke prestaties op zich bevorderen. Sommige voetballers, lange afstandslopers en andere sporters laten zich behandelen voor een wedstrijd of evenement om een extra energieboost te krijgen . Alle lichamelijke processen die aan de basis liggen van een sportprestatie worden bevorderd of ondersteund door acupunctuur . Prestaties worden geoptimaliseerd en risico op letsel verminderd hierdoor.

(Tekst: Van Calster Tom & Van Laethem danny, voor ICZO vzw)

