

**NEEM  
CONTACT  
OP BIJ O.A.:**

- KLACHTEN AAN HET BEWEGINGSAPPARAAT
- INTERNE KLACHTEN
- KLACHTEN AAN DE LUCHTWEGEN
- KLACHTEN VAN HART- EN BLOEDVATEN
- HUIDPROBLEMEN
- GYNEACOLOGISCHE KLACHTEN
- KLACHTEN BIJ KINDEREN
- MENTAAL-EMOTIONELE KLACHTEN
- VERSLAVINGEN
- OVERGEWICHT
- INFORMEER OVER DE MOGELIJKHEDEN BIJ UW SPECIEFIEKE KLACHTEN



REMIMO Chinese Geneeswijzen is een praktijk voor behandeling van alle lichamelijke en psychische klachten op basis van de Chinese geneeskunst

## EVEN VOORSTELLEN

### MICHÈL MOLENSCHOT

Ik ben geboren in 1965 te Utrecht.



Naast de lichamelijke klachten ben ik zeer geïnteresseerd in hoe de psyche van de mens het genezingsproces kan bevorderen en hoe daarnaast een lichamelijke disbalans voor emotionele klachten kan zorgen. Het holistische aspect van de Chinese geneeskunst spreekt mij erg aan.



### RENATA LAMBERTZ

Ik ben geboren in 1966 te Woerden.

Alle klachten volgen natuurlijke patronen. Zo komt bijvoorbeeld iedere vrouw na een vruchtbare periode in de overgang, net zoals de zomer altijd overgaat in de herfst. Dit hoort soepel te verlopen. De observatie van deze patronen en het bijsturen daarvan d.m.v. de Chinese geneeskunst, incl. voeding, is mijn passie.

## REMIMO

CHINESE GENEESWIJZEN

RENATA LAMBERTZ EN MICHÈL MOLENSCHOT  
LENGELSEWEG 25 7041 DL 'S HEERENBERG  
TELEFOON 0314 650017  
MOBIEL 06 411 77954  
INFO@REMIMO.NL WWW.REMIMO.NL

# SPANNINGS HOOFDPIJN

BEHANDELD DOOR:

**REMIMO**  
CHINESE GENEESWIJZEN

**EN DAT TERWIJL U  
NET EEN PAAR  
DAGEN VRIJ HEEFT**

TEL. 0314 650017  
MOB. 06 41177954  
WWW.REMIMO.NL  
INFO@REMIMO.NL



# WAAROM NU ? NET NU U VRIJ HEEFT !

## SPECIFIEKE KENMERKEN

- Drukkende, knellende pijn
- Aan beide kanten van het hoofd of als een band om het hoofd heen



- Gevoelige spieren van nek, schedel en schouders
- Verminderde eetlust.

## REGULIERE BEHANDELING

Geadviseerd wordt om u te ontspannen. Een goede nachtrust, voldoende frisse lucht, afleiding en sporten helpen u te ontspannen.



Daarnaast worden pijnstillers geadviseerd.

## CHINESE AANPAK

Pijn is altijd een signaal en geen ziekte.

Door pijnstillers te slikken wordt het signaal gedempt, maar de oorzaak wordt niet aangepakt.

Natuurlijk is ontspanning goed, maar niet altijd even eenvoudig te realiseren.

Binnen de Chinese geneeskunst wordt gezocht naar de reden waarom iemand de spanning vastzet en hierdoor hoofdpijn krijgt.

**Niet de  
symptomen,  
maar de  
OORZAAK**

## OP ZOEK NAAR DE OORZAAK

### HET VASTZETTEN VAN SPANNING

De dag gaat over in de nacht om vervolgens weer dag te worden. De lente gaat over in de zomer, de herfst en de winter om vervolgens weer lente te worden.

Zo heeft alles een cyclus. Zo moet inspanning afgewisseld worden met ontspanning.

Maar na verloop van tijd is dat soms niet meer zo eenvoudig. Door langdurige inspanning verbruikt u energie. Uw lichaam spant zich aan om de overgebleven energie bij elkaar te houden. Net zoals u een slappe ballon kunt opdraaien om relatief meer vulling te krijgen.



Het is een mechanisme om u staande te houden en waar u zelf niet veel invloed op kunt uitoefenen. In dit stadium zorgt ontspanning vaak juist voor hoofdpijn.

Allereerst moet uw lichaam gestimuleerd worden om meer energie te halen uit uw voeding en ademhaling. Daarnaast wordt u gecoacht om minder energie kwijt te raken. Op het moment dat de spreekwoordelijke ballon weer goed gevuld is, is het tijd om de spanning te laten varen.

Dit traject zorgt voor een blijvend verdwijnen van spanningshoofdpijnen.

**Pest uw lichaam  
niet, maar help uw  
lichaam te genezen!**