



## **OORZAKEN VAN (LAGE) RUGPIJN**

Heb je lichamelijk veel zware arbeid verricht, veel getild of krom gezeten? Ben je seksueel gezien overactief? Maak je lange dagen of ben je overwerkt? Draag je bij koud-nat weer de onjuiste kleding en hou je jezelf niet warm genoeg? Ben je moe of ren je jezelf voorbij en denk jij overal de verantwoordelijkheid voor te dragen?

## **BEHANDELING VOLGENS TCM**

De antwoorden op deze vragen zullen leidend zijn bij het opstellen van een behandelplan volgens de TCM. Ieder lichaam is uniek en aan de hand van de diagnose zal er gestart worden met de behandeling. Er zal een combinatie van behandelingen worden ingezet waaronder acupunctuur, moxa en/of cupping.

## **EMOTIONELE OORZAKEN**

Omdat lichaam en geest onlosmakelijk met elkaar zijn verbonden, gaan we samen op zoek naar de oorzaak van jouw pijn en hoe het is ontstaan.

De rug staat voor je rug recht houden, te veel hooi op de vork nemen, de druk werkt op de zenuwen. Waar voel jij de druk in je leven? Waar ben jij angstig voor? Wat als iemand je echt zou zien? Dat je je angsten mag tonen? Zou het dan verzachten, de pijn verdwijnen? Het zijn vragen die niet altijd even makkelijk te beantwoorden zijn, maar wel van cruciaal belang. Want als je niet durft te kijken naar de emotie onder de klacht, zul je altijd dat blijven doen wat je altijd al deed. En dan zal de pijn keer op keer weer terug keren.

***Wil je hier meer over weten? Neem dan gerust contact met ons op.***