

‘Geen rugpijn meer!’

Het gros van de mensen dat zich met pijn meldt bij Chirologie Improvement, heeft al van alles geprobeerd. Na één of twee behandelingen zeggen de meesten: ‘Had ik dit maar eerder gedaan!’. Pijn in de onderrug is de meest voorkomende klacht die Wemeltje Eising behandelt.



Wat kan ik verwachten van een behandeling?

‘Tijdens de behandeling breng ik het lichaam en de spieren rond de wervelkolom in maximale ontspanning. De cliënt wordt zich weer bewust van de diepe ontspanning en hij of zij leert opgebouwde stress los te laten. Tijdens de behandeling en voor thuis geef ik speciaal voor de cliënt samengestelde homeopathische druppels die ervoor zorgen dat het positieve effect van de behandeling behouden blijft.’



Waarom ontstaat de pijn in de onderrug?

‘De boosdoener is vaak een verkeerde stand van de wervels of hernia, een uitstulping van een tussenwervelschijf. Bekend is ook ischias. Dan blokkeert het heiligbeen de zenuw. Maar ook nieren, blaas en hormonen kunnen de pijn veroorzaken.’



Wat is het effect van een behandeling?

‘Door de optimale ontspanning en de energiehuishouding / de meridianen weer in balans te brengen, is vaak alleen een lichte correctie nodig om de pijnlijke blokkades op te heffen. Na één, twee of drie behandelingen voel je al duidelijk resultaat. Want dat is wat mensen willen: geen pijn meer!’

Tips

Help! Ik heb zeer extreme pijn in mijn rug! Wat kan ik doen?

1. Liggen en lopen doen het minste pijn en geven de minste belasting.
2. Het lichaam geeft zelf pijngrenzen aan.
3. Beperk ook bij het gebruik van pijnstillers je inspanningen met de rug.
4. Probeer zelf uit of warmte of kou op de rug pijn verlicht en goed voelt. Als na 1 tot 3 minuten warmte de pijn vermindert, kun je hiermee doorgaan, maar als de klachten verergeren, stap dan gelijk over op kou. Je hebt dan een ontsteking.
5. Neem na de warmte- of koubehandeling rust en ga plat op je rug liggen.

Warmte

- Smeer de rug rijkelijk in met olijfolie om uitdroging te voorkomen. Leg daarna gedurende 15 tot 20 minuten een handdoek met een warme kersenpit-zak of warme kruik tegen de rug.

Kou

- Leg een handdoek met een plastic zak met ijs 5 tot 10 minuten tegen de rug. Doe dit zo'n met tussendoor 5 minuten geen kou, totdat je verlichting voelt. Pas op: bevries je huid niet.

Behandel je alleen rugklachten?

‘Ook voor andere klachten kun je bij Chirologie Improvement terecht. Denk aan migraine, overgangsklachten, prostaatproblemen, hooikoorts of slapeloosheid. Mensen die hier meer over willen weten, kunnen het beste even bellen of mailen.’

