



Nienke van der Heide is massagetherapeute, cultureel antropologe en schrijfster. In haar praktijk richt zij zich op lichaamsgerichte begeleiding bij hoogbegaafdheid.
www.akdjol.nl

HOOFDLIJN:

Bij oblique acupunctuur worden met een lange naald tendinomusculaire meridianen (Jing Jin) gevolgd. Onderweg worden verzuurde plekken in de spier geprikt, totdat zij ontspannen. Het verbinden van verschillende acupunctuurpunten en het losmaken van de spieren zorgt voor een correctie van de lichaamshouding, waardoor chronische pijn verdwijnt en een operatie vaak voorkomen kan worden. Energetische en emotionele aspecten van de klacht worden in de behandeling betrokken en kunnen geheeld worden.

Voor bestrijding van chronische pijn

Oblique acupunctuur



Veel mensen hebben dagelijks pijn door een scheefgegroeide lichaamshouding. Binnen de reguliere geneeskunde wordt vaak een ingrijpende operatie aangeraden, maar deze neemt de pijn niet altijd weg. Oblique acupunctuur is een methode waarbij traditionele Chinese geneeskunde wordt gecombineerd met westerse anatomie en fysiologie. De behandeling met een lange naald, waarmee verschillende acupunctuurpunten met elkaar verbonden worden en knopen in de spieren worden losgemaakt, werkt daarmee direct in op energetisch én fysiek niveau. De behandeling is niet zachtzinnig, maar leidt in veel gevallen tot een gecorrigeerde lichaamshouding en het verdwijnen van de pijn. Ik spreek Daniel Sniijders, de ontwikkelaar van de oblique acupunctuur.

Daniel verwelkomt mij in zijn praktijk in Amersfoort, waar hij tot deze zomer nog patiënten ontvangt. Als 75-jarige staat hij op een nieuw punt in zijn carrière. Niet alleen vanwege zijn verhuizing naar Drenthe; hij is ook gestart met overdracht van zijn kennis aan de volgende generatie acupuncturisten in de vorm van nascholingen bij Academie voor Chinese Geneeswijze Qing-Bai. 'In mijn vervolgcursussen zal de praktijk centraal staan. Het gaat niet alleen om de theorie, maar ook om het doen. Zo heb ik het mezelf ook geleerd. Ik ben begonnen bij mezelf – mijn eigen lichaam was mijn research lab.' Lachend laat hij foto's zien van hoe hij zichzelf prikt met een lange naald.

Waarom gebruikt Daniel naalden van 6 tot wel 12½ centimeter? 'Ik heb die lengte nodig omdat ik verschillende acupunctuurpunten met elkaar verbind. Het is een zogenaamde *one needle technique*. Ik ga mee met de stroom van de spier en volg daarbij de tendino-musculaire meridiaan.' Het woord oblique betekent schuin en beschrijft de richting waarmee de naald het lichaam ingaat. 'Bij klassieke acupunctuur gaat de naald meestal loodrecht. Maar oblique acupunctuur werkt via de Jing Jin, de tendino-musculaire meridianen. We hebben niet alleen twaalf hoofdmeridianen, maar ook allerlei afgeleide meridianen, zoals wondermeridianen, divergente meridianen, en tendino-musculaire meridianen, de Jing Jin. Samen vormen die een stelsel. Ik prik met mijn naald in de Jing Jin, die boven de hoofdmeridiaan loopt. Je kunt het vergelijken met een vliegtuig: ik volg de route die over het land loopt. Ik zie daar een weg lopen en ik vlieg erboven.' De Jing Jin staat in verbinding met het spierstelsel en de zenuwkanalen en bevindt zich vlak onder de huid. 'Ik maak met de naald een insertie bij een acupunctuurpunt, bijvoorbeeld vanaf dikke darm 16 naar andere naastgelegen punten. Onderweg kom ik verzuurde spieren tegen, plekken waar de spier in een permanente contractie zit. Dat zijn Ah Shi-punten, in de reguliere geneeskunde heten ze ook wel trigger points. Daar prik ik in. Met een aantal korte steken, totdat de spier loskomt.'

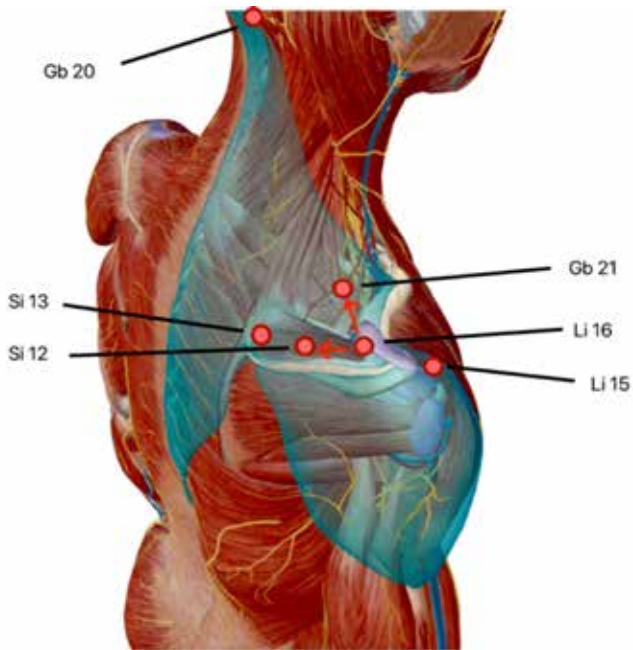


Daniel Sniijders

'ik ben begonnen bij mezelf – mijn eigen lichaam was mijn research lab'

Als er op deze manier in een Ah Shi-punt wordt geprikt komt er een moment waarop de patiënt een ontploffend gevoel ervaart. Dat kan pijnlijk zijn, maar de spier ontspant zich. Bij de patiënt blijft op die plek een beurs en dof gevoel achter, dat na een paar dagen wegtrekt. Het effect is dat de spier langer wordt, het skelet gaat weer recht staan en de zenuwen worden ontlast. 'Ik noem spiermeridianen gijzelnemers. En de gijzelaars zijn je skelet, en het hele basisbioreguleringsstelsel: bindweefsel, zenuwstelsel, bloedvaten, lymfe, en zo verder. Die staan allemaal onder invloed van het spierstelsel. Het spierstelsel is het meest flexibele gedeelte van je lijf. Dat kan ook het risico hebben dat het het snelste vastloopt. En als het spierstelsel vastloopt, dan gaat de hele boel mee.' Bij de behandeling van bijvoorbeeld herniapatiënten kijkt Daniel in eerste instantie naar scheefstand van heup- of schoudergewricht. Met een paar behandelingen komen de lichaamsdelen in balans, en kan in veel gevallen kan een operatie worden voorkomen.

>



‘De spier is ook een gijzelnemer van de emotie’, vervolgt Daniel. ‘Voor mij staat de Jing Jin aan de top van alle blokkades. Daarom is het zo belangrijk om de behandeling te richten op de Jing Jin.’ De rol van het zenuwstelsel krijgt in de naschooling van Daniel speciale aandacht. ‘Wanneer de tendino-musculaire meridiaan vrijkomt, komen vaak ook zenuwbanen vrij. In het lichaam lopen twaalf grote zenuwbanen, waaronder de nervus vagus en de nervus phrenicus. Als bijvoorbeeld de nervus phrenicus vrijkomt, merk je dat er emoties loskomen.’

Het unieke van oblique acupunctuur is dat het fysieke aspect van de westerse geneeskunde wordt gecombineerd met het energetische systeem van de TCM. ‘Met deze methode pak je een meridiaan fysiek aan, zou je kunnen zeggen. Een klas-

sieke acupuncturist pakt de meridiaan aan vanuit de energetica. Maar tendino-musculair prikken is puur fysiek. Toch is het ook anders dan de fysiotherapeut die met dry needling op triggerpoints prikt. Daar zit geen systeem achter. Ik krijg veel mensen in mijn praktijk die dry needling hebben geprobeerd en er geen baat bij hebben gehad.’

De kennis van de methode van het schuine prikken dankt Daniel aan LU Ding Hou, een bioloog uit Beijing. ‘Ik denk dat hij niet meer leeft, want toen ik hem twintig jaar geleden ontmoette op een pijncongres was hij al 80. Ik volgde de workshop ‘Oblique Acupunctuur on Ah Shi points’ bij hem, en daarna deed ik nog een korte stage bij hem. LU Ding Hou prikte met de oblique methode op de pijnplek zelf. Hij deed namelijk onderzoek naar welke methode het meest effect heeft bij pijn. Je kunt werken met elektroden, je kunt masseren, of perpendiculair (loodrecht) prikken, maar oblique prikken is het effectiefst. Dat komt omdat het meegaat met de stroom van de spier. Maar toen ik begon te praten over acupunctuurpunten zei hij: ‘Ik ben bioloog, ik prik gewoon op die spieren.’ Toen zijn bij mij allemaal lampjes gaan branden. Ik had zelf ook veel klachten, bij mij zat ook alles schots en scheef. Ik ben het op mezelf gaan toepassen en al doende ben ik de combinatie met acupunctuur gaan leggen. Zo kwam ik erachter hoe ik pijn op punt A kon verhelpen door op punt B te prikken, en zelfs door te gaan naar punt C.’

De techniek die Daniel gebruikt wordt maar weinig toegepast. ‘Ik heb een tekst gevonden in de oude klassieken, daar staat hoe je moet prikken: *Bliksemsnelle steken, zo snel als een dief een voorwerp steelt*. Dus ze deden het duizenden jaren geleden ook al!’ Maar zo’n lange naald is niet makkelijk te bedienen. ‘Op die afstand gaat de naald een eigen leven leiden. De naam van de bijschooling is dan ook: *The Art of the Dancing Needle – to transform*. Het is een kunde die je door het veel en vaak te doen in de vingers krijgt.’



‘het effect is dat de spier langer wordt, het skelet gaat weer recht staan en de zenuwen worden ontlast’



Dat de methode pijnlijk is heeft hij zelf ook ervaren. 'Ik was eens aan het backpacken en kreeg last van mijn knie. Ik kon niet meer lopen van de pijn. Ik heb mezelf behandeld, en toen dacht ik wel even: moet ik de mensen zoveel pijn doen? Maar de volgende dag kon ik wel weer verder. Goed uitleggen wat je doet is primair. Het is belangrijk dat mensen snappen hoe het werkt, dat ik de blokkade in de spier en de meridiaan moet losmaken, dat ze dan even pijn voelen en daarna een beurs gevoel krijgen, maar dat daarna de boel weer rechtstaat. En het is belangrijk dat je als behandelaar als water bent. Je moet rekening houden met de grenzen van mensen. Als het teveel pijn doet overleg ik: wat wil je, wil je dat ik de andere kant ook nog doe, of wil je het hier even bij houden? Is het genoeg, dan is het genoeg. Ik stimuleer mensen dan om niet over de eigen grens te gaan. Want het is wel een ingrijpende gebeurtenis. Chronische pijn is ingrijpend, maar de behandeling is ook ingrijpend. Vergis je niet, dit is de meest actieve vorm van acupunctuur! Ook voor de acupuncturist, trouwens, want je bent de hele dag gefocust. Het is één grote meditatie – voor mij, tenminste. Concentratie. Gefocust zijn. Je kan namelijk niet verkeerd prikken. Als ik bij galblaas 21 bezig ben sta ik boven de longen te werken. Toen ik mezelf behandelde met een lumbale klacht prikte ik vlak achter de nieren langs. Mijn eigen rug kon ik natuurlijk niet zien. Maar zo ben ik er wel bedreven in geworden. En als een naald ergens in gaat weet ik hoe dat voelt', zegt Daniel.

'met deze methode pak je een meridiaan fysiek aan'

Hij laat foto's zien van voor en na de behandeling. Door chronische pijn vertrokken gezichten ontspannen en openen zich. Scheve ruggengraten richten zich op, heupen staan weer horizontaal. 'Het is zo mooi om mensen weer blij te zien worden. Laatst was er iemand met krukken binnengekomen. Na de behandeling zei hij vrolijk: nou, tot ziens, hè? Ik moest hem op straat nalopen en roepen: 'hé, je vergeet je krukken!' In de wachtkamer lagen ze dubbel van het lachen. Weet je, humor is zo belangrijk. De toestand waarin mensen hier komen – het is dramatisch voor ze. Jarenlang pijn, jonge mensen soms nog.' Ik vraag hoe het voor hem is om zoveel pijn te zien, en mensen pijn te doen tijdens de behandeling. 'Ik laat me niet emotioneel raken, dat kan niet. Ik moet gefocust blijven. Het raakt me wel in mijn compassie. Er is verschil tussen medelijden en medeleven: ik leef met je mee, maar ik ben geen zachte heelmeester.' Bij het weggaan vertelt Daniel me dat er steeds vaker reguliere artsen komen voor een behandeling van hun pijnklachten. Een mooie ontwikkeling. ■

Meer informatie: www.chi-ori.nl