

De Balansmethode; direkt, diepgaand en efficiënt werken met acupunctuur. Deel 1

Drie jaar geleden, tijdens het TCM-congres in Rothenburg kwam ik voor het eerst in contact met Richard Tan en zijn Balansmethode. Zijn lessen gaven een heel nieuwe impuls aan mijn ideeën over acupunctuur.

Dr. Richard Teh-Fu Tan, geboren in Taiwan, woont en werkt in San Diego. In Taiwan volgde hij zijn opleiding bij verschillende acupuncturisten en studeerde kruidenleer, vijf elementenleer, zangfu syndromenleer en meridiaanleer. Tijdens zijn diensttijd werkte hij in een Chinees legerhospitaal waar hij honderden patiënten behandelde met acupunctuur, naast de Westerse medische behandeling die ze kregen. Al vele jaren geeft hij les in de Verenigde Staten en sinds een paar jaar ook in Europa. Eén van de opvallendste dingen die Richard Tan onderwijst gaat over de directe werkzaamheid van de behandeling, het plaatsen van een naald moet onmiddellijk effect hebben. Zeker bij behandeling van pijn een welkom resultaat voor de cliënt en voor de behandelaar een bevestiging dat je diagnose en gekozen therapie goed is.

Nog een kenmerk van deze methode is dat er bij pijnbehandeling punten elders op het lichaam worden gekozen in plaats van punten op de aangedane plaats. In "The Practice of Chinese Medicine" van Macioca had ik wel eens gelezen over de mogelijkheid om bij het behandelen van bi-syndromen van bijvoorbeeld de knie, punten op de elleboog te kiezen, klachten van de enkel te behandelen via de pols en bij heupproblemen in de schouders te prikken. Richard Tan maakt gebruik van onder andere deze behandelstrategie en dan veel uitgebreider en met veel meer mogelijkheden. Je zou het kunnen vergelijken met het gebruik van het besturingssysteem DOS en nu, 30 jaar later, het gebruik van Windows XP of Vista; meer mogelijkheden en heel toegankelijk. Deze manier van werken is door hem de Balansmethode genoemd. Het uitgangspunt van deze methode is het meridiaansysteem, zowel bij de diagnose als bij de therapie.

Dr. Tan's manier van lesgeven kenmerkt zich door een systematische aanpak waardoor ik na de eerste anderhalve dag scholing in deze materie de basis meteen kon toepassen in mijn praktijk. Sindsdien is het behandelen van pijnklachten iets wat ik heel veel doe! Omdat het plaatsen van de naalden vrijwel altijd meteen resultaat oplevert, krijgen cliënten snel vertrouwen in acupunctuur en volgen ze de aanbevelingen voor vervolggconsulten (er is een serie van behandelingen nodig om klachten blijvend weg te laten gaan) en aanwijzingen over bijvoorbeeld rust of juist beweging goed op.

Twee voorbeelden uit mijn eigen praktijk waar ik behandeld heb met de Balansmethode:

Een vrouw van 62 met pijn in de linkerknie als gevolg van ernstige artrose komt bij me. Ze kan niet lopen zonder pijn maar wil geen operatie want de revalidatie die daarop volgt duurt maanden en dat komt haar op dat moment slecht uit. Na één behandeling waarbij punten in de rechterelleboog worden geprikt heeft ze, tot mijn verbazing, geen pijn meer en kan ze weer wandelen met haar honden. Ik behandel haar nog twee keer, de pijn komt niet meer terug. Wel is er teveel beweging mogelijk in het kniegewricht door de ruimte die is ontstaan als gevolg van het verdwijnen van kraakbeen. Dit wordt opgelost met spierversterkende oefeningen bij de fysiotherapeut.

Een studente van 25 jaar heeft sinds tien maanden pijnklachten bij de aanhechting aan de linkerhiel als gevolg van een achillespeesblessure. De huisarts schreef rust voor maar omdat de klachten hiervan niet zijn overgegaan zoekt ze zelf naar mogelijkheden en komt uit bij acupunctuur. Omdat ze nog niet eerder bij een fysiotherapeut geweest is raad ik haar aan om ook daarheen te gaan voor beoordeling en eventuele behandeling van de klachten. De fysiotherapeut constateert een chronische ontsteking van de achillespees, waarschijnlijk ontstaan door lopen op te platte schoenen. De prognose is dat genezing zeker mogelijk is maar dat het wel tot 6 maanden kan duren. Na 7 behandelingen in 4 weken waarbij ik punten prik in de rechterpols kan ze weer aan de slag als serveerster op haar favoriete terras.

Met de Balansmethode kun je veel meer behandelen dan pijnklachten. Ook voor klachten als vermoeidheid, fibromyalgie, luchtwegproblemen, allergieën of klachten door stress worden de diagnose en behandelstrategie gebaseerd op het meridiaanstelsel. Om je hierin te verdiepen is er meer nodig dan anderhalve dag les natuurlijk, dus de afgelopen jaren reisde ik meerdere keren naar Berlijn en Rothenburg voor aanvullende scholing.

Na een jaar of drie jaar ervaring met de Balansmethode in mijn praktijk, besloot ik om deze zomer naar Californië te reizen voor een stage bij dr. Tan.

Een comfortabele jumbojet van KLM brengt me naar San Diego, een heksenketel van een stad met overal snelwegen en elke zes minuten een landend of stijgend vliegtuig vlak boven je hoofd; niet echt de ideale plek voor een rustige vakantie, maar daar kwam ik dan ook niet voor....

Een paar dagen later meld ik me bij de praktijk van dr. Tan. Eileen, zijn assistente en zelf ook acupuncturiste, ontvangt me hartelijk en laat me de praktijk zien. Op de wachtruimte annex receptie komen vijf behandelkamers uit. In de meeste behandelkamers staan drie of vier relaxfauteuils en er zijn behandelkamers met één massagebank. Om uiterlijk vertoon geeft dr. Tan niet zoveel, gezien de inrichting van de praktijk en de meubels die duidelijk al wat jaren dienst doen. Dit heeft trouwens geen invloed op het aantal cliënten dat dagelijks komt, 30 tot 40 cliënten op een dag zijn geen uitzondering, de resultaten van de behandelingen spreken voor zichzelf.

Eileen wijst me een stoel en geeft me een stapel dossiers van de cliënten die deze dag in de agenda staan, zodat ik me kan voorbereiden. De aantekeningen zijn kort en niet zo makkelijk leesbaar vanwege de vele afkortingen en het onduidelijke handschrift. Aan het eind van de eerste ochtend duizelt het me; het werktempo ligt hoog, het behandelen zelf duurt ongeveer 10 minuten en binnen een paar uur worden er twintig cliënten behandeld. Dr. Tan raadt me aan om me niet bezig te houden met zijn puntkeuze maar om te bedenken welke behandelstrategie hij gebruikt.

Na de eerste dag krijg ik het te pakken en kan ik volgen welk systeem dr. Tan inzet. Ook zie ik regelmatig behandelingen geven die ik geleerd heb tijdens nascholingen en die ik zelf toepas in mijn praktijk. Er zijn behandelingen waarvan ik het systeem niet begrijp maar tussendoor kan ik aan Eileen vragen stellen en aan het eind aan dr. Tan. Ik moet me goed concentreren om duidelijk te noteren wat mijn vraag is, want al snel staat de volgende cliënt weer klaar om geprikt te worden.

Het is voor het grootste deel van de cliënten geen punt om behandeld te worden in een ruimte met anderen. De naalden worden gezet in onderarmen, onderbenen, hals en hoofd dus ontkleden is niet nodig. Ontspanning is belangrijk omdat de naalden juist dan goed hun werk kunnen doen. Daarom is het heel gebruikelijk bij deze manier van behandelen om een half uur tot een uur met de naalden te liggen. Cliënten nemen hun Ipod mee, vallen in slaap of lezen een boek nadat de naalden zijn gezet.

De praktijk wordt bezocht door mensen met vaak ernstige aandoeningen; erge obesitas (er wordt zeer ongezond gegeten in de VS), mensen met kanker, neuropathie, oedeem, diabetes, hernia, aangezichtspijnen, allerlei gewrichtsklachten. Af en toe komt er een jong en gezond persoon de wachtkamer binnenlopen, dan gaat het meestal om gescheurde enkelbanden van een surfer of een ontwrichte schouder door waterpolo. Omdat de patiënten meestal twee keer per week en sommigen nog vaker terugkomen voor behandeling, krijg ik de kans om mensen terug te zien.

Dr. Tan is heel aandachtig tijdens het behandelen en sensitief voor wat zijn cliënten willen. Het valt me op dat er rust en stilte om hem heen hangt en dat hij zonder een spoor van haast, toch heel snel behandelt. Hij neemt de tijd om vragen te beantwoorden, bijvoorbeeld over de combinatie acupunctuur en reguliere behandelingen en geeft adviezen over voeding en leefwijze. Tussendoor stelt hij nog kruidenrecepten samen en stampet en vermengt verschillende kruidenpillen zodat cliënten hun recept meteen kunnen meenemen. Uit de vragen die gesteld worden begrijp ik dat ze veel vertrouwen in hem hebben en zich begrepen voelen.

Als ik in de middagpauze van mijn laatste stagedag in het noodle-restaurant naast de praktijk zit, duikt dr. Tan nog even op om met me te lunchen. We praten wat en zo kom ik er achter dat hij van snelle auto's houdt en in zijn vrije tijd het liefst thuis is met zijn gezin en lekker in zijn tuin zit. Zijn privé leven is het afgelopen jaar niet makkelijk geweest maar op een vraag van mij hierover is zijn antwoord: "Times are rough for me this year, but that happens in everyone's life of course."

Een hele ervaring rijker ben ik de volgende dag in de huurauto gestapt (wat een slee zeg) om te gaan genieten van mijn vakantie in rustige gebieden van het prachtige Californië.

Begga Pistorius

www.groningenacupunctuur.nl