



Deze keer zou ik het met u eens willen hebben over:

# Overgangsklachten ook wel de menopauze

Heeft u overgangsklachten? Nou de Traditionele Chinese Geneeswijze kan veel voor u doen!

Wat zijn overgangsklachten? Westers medisch gezien veranderen de hormonen. Het lichaam transformeert van vruchtbaar naar onvruchtbaar. Dit gaat dus gepaard met de veranderingen in de hormoonhuishouding. Dit geeft een veelvoud aan klachten. De bekendste zijn de opvliegers en de onregelmatig wordende menstruatie. Bijkomende klachten zijn vaak jeuk, hoofdpijn, hartkloppingen, hoge bloeddruk, nachtzweeten, emotionele problemen, snel boos worden, slapeloosheid, verminderde concentratie, zwaarlijvigheid (maar niet door te veel eten), oedeem (= vocht onder de huid), hoog cholesterolgehalte en regelmatig een te hoog bloedsuikergehalte. Na de opvliegers volgt regelmatig een periode van kou. De overgang treedt meestal op als men ongeveer 45 jaar of wat ouder is en duurt bij de meeste vrouwen ergens tussen de drie en acht jaar. Er zijn uitzonderingen. Er zijn vrouwen die, soms nog geen dertig jaar oud, al last van overgangsklachten hebben en er zijn vrouwen die bij

hun zestigste pas met de overgang beginnen. Beide extreme gevallen zijn niet goed.

Volgens de TCG is de overgang een verandering van het evenwicht tussen Yin en Yang, een ritme verstoring dus!

De Chinese Geneeswijze gaat uit van ritmes. Ritmes in dag en nacht, ritmes in de cyclus, ritmes in de leeftijd. Zo heeft een vrouw een 28 dagen ritme in haar cyclus. Ook heeft zij een zeven jaren ritme in haar fysieke en seksuele ontwikkeling. Heeft een vrouw een menstruele cyclus van 25 dagen of een cyclus van 32 dagen, dan is dat in de TCG een onregelmatigheid, waar wat aan gedaan moet worden. Ook al, omdat juist die afwijkingen, allerlei onnodige fysieke klachten geeft, zoals migraine, pijnlijke menstruaties, buikpijnen en rugklachten, om van de psychische klachten nog maar niet te spreken. Ook moet haar levensritme ongeveer voldoen aan die 7 jaren cyclus. Wijkt men daar teveel vanaf, dan is het lichaam uit zijn ritme. Deze klachten zijn dan ook niet no-

dig. Behandeling geeft snel resultaat.

Dit is vaak al met een kleine ingreep te verhelpen. M.n. kruiden doen hier wonderen. Ondersteund met acupunctuur is de disbalans meestal met een aantal behandelingen te verhelpen.

Heeft u er last van, neem dan eens contact met ons op. Na de anamnese, het intake gesprek, kunnen wij u op zeer korte termijn, ongeveer een week, reeds vertellen of er wat te veranderen valt of niet.

Laat u maar eens verrassen door het resultaat. U kunt terecht in de:

**Praktijk voor Traditionele Chinese Geneeswijze  
Jan Elferink, Dijkstraat 25, 7131 DM Lichtenvoorde  
Tel. 0544 375124.**

**Meer informatie kunt u verzamelen via  
[www.jan-elferink-tcm.nl](http://www.jan-elferink-tcm.nl). Ook kunt u via dit  
medium eventuele vragen stellen.**