

Acu clinic

Veelvoorkomende Behandelbare Klachten

STRESS

BURN-OUT



Zo'n 17% van de beroepsbevolking ervaart burn-out klachten waarvan een klein percentage uiteindelijk een volle burn-out ontmoet. Het is ziekteverzuimreden nummer 1 met een kostenplaatje van € 1,8 miljard per jaar

Herstel van de diepe reserves & balans

Stress | versus | Burn-out

Overbetrokkenheid | Terugtrekking
Grote reactieve Emoties | Uitgedoofde Emoties
Hyperactiviteit | Hulpeloosheid
Verlies van Energie | Verlies van Vooruitzicht
Spanningsklachten | Mentale Uitputting
Fysieke klachten | Emotionele schade
Vroegtijdig overlijden | Een leven dat nutteloos aanvoelt



NEDERLANDSE
VERENIGING VOOR
ACUPUNCTUUR



KIES VOOR GEZONDHEID

BOEK EEN CONSULT

info@acuclinic.nl

www.acuclinic.nl

Raadhuisstraat 56A

Heemstede

06-83082766

Stress & Burn-out

Het menselijk lichaam functioneert door nauwkeurig communicerende cellen en orgaansystemen. Het maakt daarbij gebruik van hormonen, neurotransmitters en elektrische signalen.

Dit systeem heeft gelukkig een reserve, waardoor we situaties aankunnen die tijdelijk meer energie vragen dan gewoonlijk. We vallen dus niet zomaar levenloos neer wanneer het even tegenzit, al kost dit wel energie.

Wanneer de eindgrens van die reservetank in zicht komt, ontstaan er symptomen die exact aangeven dat het anders moet, al wordt er vaak niet geluisterd.

Emotionele betrokkenheid en een (te) sterk verantwoordelijkheidsgevoel zorgen vaak voor 'het doorgaan'. Young professionals en vrouwelijke managers hebben vaak burn-out klachten.

Burn-out volgt de wetten van Yin en Yang. Allereerst is er een Yang-reactie vol dynamiek, strijd, stress en actie - nu moet de oplossing wel komen... Als dit niets oplevert en de energie is weg dan volgt een Yin-staat van uitputting naar stilstand.

Acupunctuur ontspant, helpt bij de opbouw en het behoud van de reserves. Het optimaliseert de communicatie tussen de orgaansystemen die met de tijd uitgeput raken en levert een goede bijdrage aan het (soms langdurige) hersteltraject.



Roeland Krijnen

Acupuncturist

Fysiotherapeut

Acu clinic

Vergoed door uw zorgverzekeraar

ERKEND LID



NVA

