



## JAREN JONGER ZONDER BOTOX EN FILLERS

Cosmetische acupunctuur wint aan populariteit als natuurlijk alternatief voor botox en fillers. / Colourbox

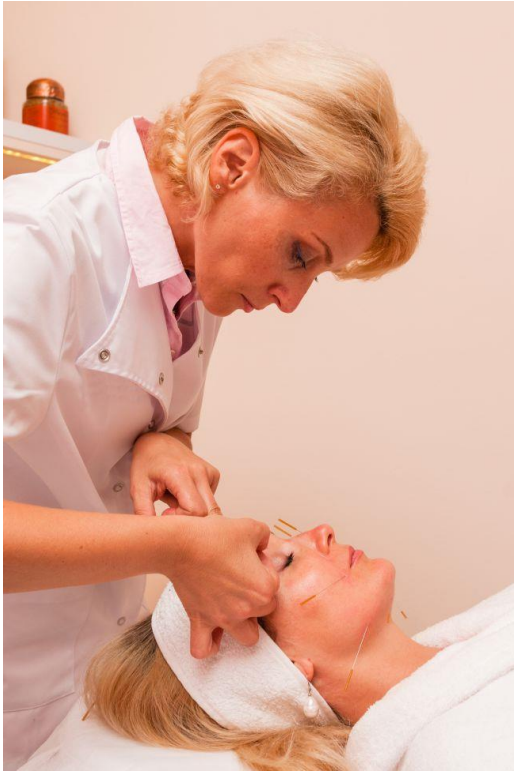


MARIEKE VAN DER VOORT

11 DEC 2017

Wil je wel stralend oud worden, maar niet aan de botox en fillers? Wereldwijd kiezen steeds meer mensen voor cosmetische acupunctuur in de hoop er zo jaren jonger uit te zien. In Nederland laten naar schatting enkele duizenden mensen zich jaarlijks met naalden behandelen voor een fris uiterlijk en minder rimpels. „Dit is de natuurlijke tegenhanger van botox”, stelt Janneke Vermeulen, een autoriteit op het gebied van cosmetische acupunctuur.

Bij cosmetische acupunctuur denk je wellicht alleen aan wat naaldjes in die ene fronsrimpel of die paar kraaienpootjes. Maar het is veel meer dan dat, benadrukt Vermeulen, die de afgelopen jaren meerdere Amerikaanse experts naar ons land haalde om hun kennis over te brengen op de Nederlandse acupuncturisten. „Wallen onder de ogen, rimpels of acne zijn vaak een gevolg van energietekorten, stressfactoren en hormonale of emotionele verstoringen. Door de zaken aan te pakken die problemen in het gezicht veroorzaken, ga je er vanzelf beter uitzien. Dat doen we door specifieke acupunctuurpunten aan te prikken, verdeeld over het lichaam. En door minuscule naaldjes te plaatsen in bijvoorbeeld rimpels rond de ogen of op het voorhoofd, worden deze zachter en kunnen ze zelfs verdwijnen. Acupunctuur verbetert de doorbloeding en bevochtiging van de huid en mogelijk ook de collageenproductie. Je gaat het verouderingsproces dus tegen, terwijl je tegelijkertijd werkt aan je gezondheid.”



## **SPIEGEL**

Je gezicht vormt daarbij als het ware de spiegel van je innerlijke gesteldheid, vervolgt Vermeulen, tevens gespecialiseerd in Chinese face reading, een eeuwenoude gezichtsdiagnostiek die gerichte informatie geeft over emoties en organen. „Zo correspondeert een hangend bovenste ooglid bijvoorbeeld met een zwakke miltenergie, die onder meer veroorzaakt wordt door te veel piekeren. Met acupunctuur kun je de miltenergie versterken en de circulatie van het vocht in het ooglid verbeteren. In combinatie met een speciale massagetechniek kun je het bovenste ooglid liften, zonder chirurgische ingreep. Wallen onder de ogen kunnen duiden op een zwakke nierenergie, wat weer een mogelijk gevolg is van langdurige stress of angst. En dankzij 's werelds grootste expert op het gebied van Chinese face reading, Lillian Pearl Bridges, weten we inmiddels bijvoorbeeld dat rimpels verticaal over de wang duiden op leed, hangende mondhoeken met diep naar beneden lopende rimpels op teleurstelling, en dat een dwarse lijn op de kin betekent dat iemand meer rust moet nemen.”

Van onnatuurlijke effecten is bij cosmetische acupunctuur geen sprake, verzekert Vermeulen. „Je eigen gezichtsexpressie blijft behouden, terwijl je een frisser uiterlijk krijgt. Doordat je met acupunctuur gelijktijdig andere huidproblemen behandelt, zoals eczeem en acne, wordt de huid bovendien egalier.”

## JAREN JONGER



Twintigers en dertigers kiezen ook vaker voor cosmetische acupunctuur. De meeste mensen beginnen echter pas na hun veertigste. / Colourbox

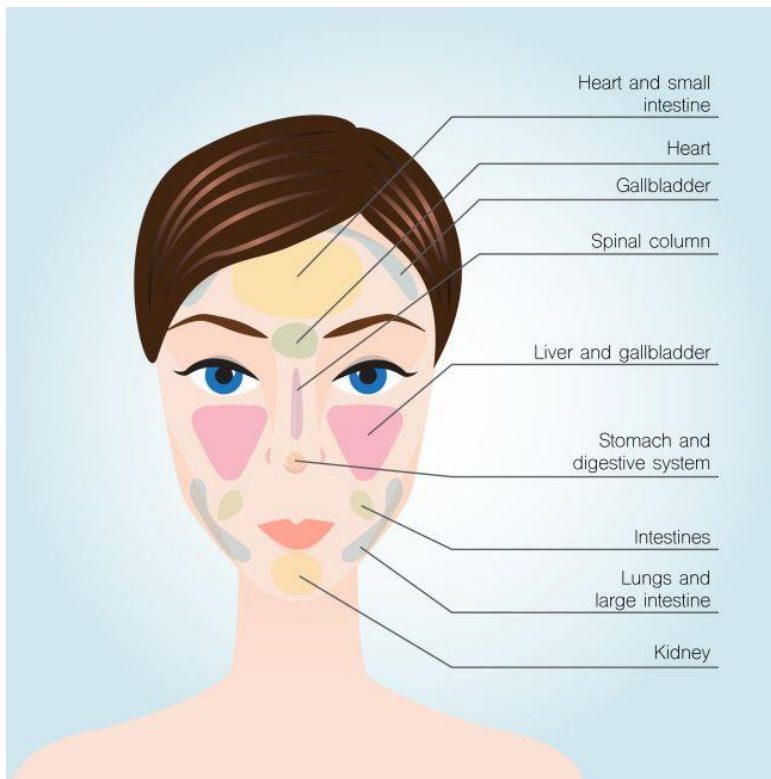
De meeste mensen – voornamelijk vrouwen – beginnen na hun veertigste met cosmetische acupunctuur. Het aantal twintigers en dertigers neemt echter ook gestaag toe. Volgens Vermeulen zijn gemiddeld twaalf behandelingen van anderhalf uur nodig voor het beste resultaat. En na gemiddeld zes tot acht sessies zou je er al jaren jonger uit kunnen zien. Een effect dat volgens meerdere acupuncturisten zo'n twee tot vijf jaar kan aanhouden.

De Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur (NVA) maant echter tot voorzichtigheid met beloften over langdurig blijvende effecten. „De resultaten zijn van veel factoren afhankelijk en zullen dus per persoon verschillen”, benadrukt woordvoerder Susanne Schuurmans. „Wie bereid is naar de onderliggende problematiek te kijken, daar verandering in te brengen en de leefstijl- en voedingsadviezen serieus neemt, zal eerder een meer blijvend resultaat zien dan iemand die dat niet doet.”

Vermeulen beaamt dat. „Om een langdurig effect te bewerkstelligen is het inderdaad belangrijk dat de cliënt echt openstaat voor verandering en aan de slag gaat met de problemen die tijdens de sessies aan het licht komen.

Het loslaten van emoties en werken aan een gezond leefpatroon spelen daarbij een grote rol.”

## JUISTE BEHANDELAAR



Een goede acupuncturist kan veel over iemands gezondheid van het gezicht aflezen. Beeld ter illustratie. / Colourbox

Ook de keus voor de juiste behandelaar is essentieel, stelt de NVA. „Het aantal aanbieders is de afgelopen jaren gestegen, het gevaar daarbij is dat mensen worden behandeld door therapeuten met weinig kennis. Een schoonheidsspecialiste mag in Nederland na een korte cursus bijvoorbeeld al cosmetische acupunctuur toepassen. Voor deskundige adviezen en mooie resultaten adviseren wij cliënten om naar een goed opgeleide acupuncturist te gaan die lid is van een beroepsvereniging.”

Naast de NVA heb je onder meer de Nederlandse Artsen Acupunctuur Vereniging (NAAV) en Zhong Nederlandse Vereniging voor Traditionele Chinese Geneeskunde. Bij de eerste twee verenigingen ben je ervan verzekerd dat de acupuncturisten een medische vooropleiding hebben op minimaal hbo-niveau, waarna ze zich hebben gespecialiseerd in acupunctuur.

Goed opgeleide acupuncturisten zullen je ook altijd wijzen op eventuele contra-indicaties, zegt Vermeulen. Zo is cosmetische acupunctuur bijvoorbeeld niet geschikt voor zwangere vrouwen en mensen met een



hoge bloeddruk, migraine, hemofilie of hartklachten. Als je botox hebt gebruikt, moet je minimaal zes maanden wachten.

## **KOSTEN**

Een behandeling kost gemiddeld tussen de 75 en 200 euro. Cliënten die aanvullend zijn verzekerd, komen mogelijk in aanmerking voor een gedeeltelijke vergoeding. Goede cosmetische acupunctuur is immers slechts een onderdeel van een algehele behandeling ter bevordering van de gezondheid. Heb je meer dan alleen een basisverzekering? Dan is het verstandig om vooraf bij je verzekering te informeren of je een deel van de kosten kunt terugkrijgen.



Het aantal aanbieders van cosmetische acupunctuur is de laatste jaren in Nederland flink gestegen. / Colourbox

## **WETENSCHAPPELIJK BEWIJS**

Loek Habbema, voorzitter van de domeingroep Cosmetische Dermatologie van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie, heeft zijn twijfels over de werking van cosmetische acupunctuur. „In de wetenschappelijke literatuur is hier weinig over gepubliceerd. Van acupunctuur zelf heb ik geen verstand, maar ik weet wel dat er geen wetenschappelijk bewijs is dat het effectief is bij cosmetische toepassingen.

Langdurige effecten zijn mij ook niet bekend. Door naaldjes te prikken in de huid, kun je deze er wel tijdelijk wat gladder laten uitzien.”

Susanne Schuurmans van de Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur beaamt dat er weinig wetenschappelijk onderzoek is gedaan naar de effectiviteit van cosmetische acupunctuur op de lange termijn. „Maar de vele foto’s van cliënten voor en na een serie behandelingen zeggen veel. Ook heeft een recente [pilotstudie](#) veelbelovende resultaten laten zien: de huid is na vijf behandelingen significant elastischer dan daarvoor.”

## **WEEFSELSTRUCTUUR**

Ook huidtherapeut Monique van Bekkum van de Nederlandse Vereniging van Huidtherapeuten stelt dat je door middel van het prikken van naaldjes in de huid goede effecten kunt behalen. „In ons vakgebied maken we daarvoor bijvoorbeeld gebruik van micro needling therapie. Hierbij beschadigen we de huid op gecontroleerde wijze met heel fijne naaldjes. Tijdens de wondgenezing worden collageen en elastine aangemaakt. De huidstructuur kan hierdoor verbeteren, fijne lijntjes kunnen minder zichtbaar worden. Net als bij licht- en lasertherapie verander je iets in de weefselstructuur, waardoor rimpelvermindering en huidverbetering ook op de langere termijn mogelijk zijn.”

## **OVER METRO DOSSIER**

*Elke zaterdag vind je bij Metro verhalen over spraakmakende zaken. We kennen het, doordeweeks moet alles vlug, maar gelukkig is er in het weekend tijd om lekker lang te lezen over opzienbarende onderwerpen. Boeiend? Absoluut! Schokkend? Soms. Confronterend? Misschien. Interessant, met een knipoog en vanuit meerdere perspectieven belicht? Altijd!*

Bron: <https://www.metronieuws.nl/nieuws/dossier/2017/11/jaren-jonger-zonder-botox-en-fillers>