



Moxa-therapie bij stuitliggingen: de behandeling

Zwangere vrouwen met een baby in stuitligging kunnen vanaf de 33ste week beginnen met moxa-therapie. De acupuncturist verwarmt de zijkant van de kleine teen, in acupunctuurtermen Blaas 67, gedurende vijftien minuten met een moxastick. Deze behandeling is zeer eenvoudig en ook thuis uit te voeren met behulp van de partner (dit is omdat zwangere vrouwen in die periode van de zwangerschap niet zo makkelijk meer bij hun kleine teen kunnen). De moxa-therapie moet gedurende twee weken dagelijks worden herhaald.

Volgens de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG) komt er verwarmende energie (ofwel Yang) in het kleine bekken als je Blaas 67 (ofwel Zhi Yin) verwarmt aan de zijkant van de kleine teen. De verwarmende energie in het kleine bekken zorgt voor beweging. In het kleine bekken ligt ook de baarmoeder. Door de beweging in het kleine bekken wordt de baby ook beweeglijk en gaat hij (of zij) draaien.

Volgens de westerse geneeskunde wordt door moxa-therapie de baarmoeder beter doorbloed. Daardoor rijpt de baarmoeder beter en is de kans groter dat het kindje spontaan draait. Bovendien stimuleert moxa vermoedelijk de bijnier en de hormonen die de bijnier produceert, beïnvloeden het spierweefsel van de baarmoeder. Daardoor zou het kindje beweeglijker worden en uiteindelijk kunnen draaien.

Alle voordelen van moxa-therapie op een rijtje:

- De behandeling is voor de aanstaande moeder en voor het ongeboren kind zeer veilig. De spontane draaiing wordt uitgelokt; er is geen direct contact met de baby.
- De behandeling is niet belastend voor de moeder. De uitwendige versie die een gynaecoloog uitvoert in de 36ste week, kan zeer belastend zijn.
- Er zijn geen bijwerkingen bekend.
- In 75% van de gevallen draait het ongeboren kind spontaan in de baarmoeder, mits de behandeling tussen de 33ste en de 36ste week van de zwangerschap is uitgevoerd.
- Door moxa-therapie is de kans 75% groter dat de aanstaande moeder op een natuurlijke manier kan bevallen.
- De behandeling kan thuis plaatsvinden doordat hij heel eenvoudig te leren is.
- De behandeling is kostenbesparend. Als een baby niet draait in de baarmoeder, wordt hij (of zij) waarschijnlijk geboren met een keizersnede. Een keizersnede kost ongeveer €6000,-.



Hoe gaat de behandeling thuis?

Na de korte uitleg kan de aanstaande moeder of haar partner de behandeling zelf thuis uitvoeren. Behandeling door partner verdient de voorkeur, omdat dit voor de aanstaande moeder meer ontspannen is. In dat geval is het raadzaam dat de partner tijdens de uitleg in de praktijk er ook bij is. De moxastick krijg je mee naar huis.

Je hebt thuis de volgende attributen nodig:

1. Moxastick
2. Asbak
3. Aansteker (liefst een kaarsenaansteker, of de gasvlam van kooktoestel)
4. Een kopje met zout of scherp zand om na de behandeling de sigaar in te doven
5. Omdat de moxa een sterke geur heeft het liefst werken in een ruimte (garage, bijkeuken) waar je verder geen last meer van de rook hebt. In de zomer kan het gemakkelijk in de buitenlucht.

De behandeling duurt per sessie 15 minuten. Telkens per toerbeurt 10 keer Blaas 67 links en rechts moxeren tot de 15 minuten voorbij zijn. Dagelijks 15 minuten behandelen. 2 keer per dag 15 min. mag ook. Na de behandeling is het wenselijk om een half uurtje rustig te gaan zitten.

Deze video geeft een goede uitleg: <https://www.youtube.com/watch?v=K1jF8f981mA>

