

Dr. Guy Declerck

Fibromyalgie

Rugartrose

Lage Rugpijn

Slaapstoornis

Lymfeproblemen

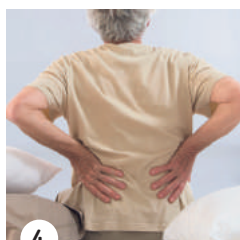
Andullatie



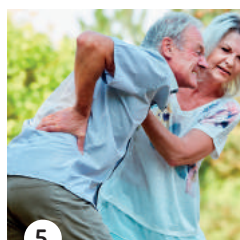
2



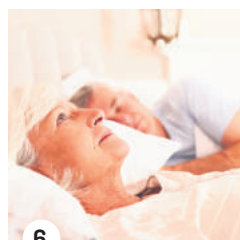
3



4



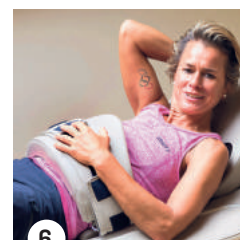
5



6



7



6

GEZONDHEIDSWIJZER



NACER CHADLI
(Aanvaller bij West Bromwich)



SIMON MIGNOLET
(Doelman bij Liverpool)



VITAL BORKELMANS
(Ex-assistent bij de nationale ploeg)

Vital Borkelmans maakte Andullatie onmisbaar bij de nationale ploeg

Na een lange, schitterende voetbalcarrière werd enkele jaren geleden reumatoïde artritis vastgesteld bij **Vital Borkelmans (55)**, een pijnlijke ziekte. Door de hevige pijn kon hij op een bepaald moment zelfs niet meer normaal bewegen. Zeker geen ideale situatie als hulptrainer van de Belgische nationale ploeg. Hij ging op zoek naar een oplossing, maar vond die niet meteen: "Mijn gezondheid ging snel achteruit en ik moest continu cortisone slikken. Artsen kennen de oorzaken van de ziekte niet en patiënten zijn vooral aangewezen op pijnstillers en ontstekingsremmers, die slechts tijdelijk helpen."

Op het moment waarop de pijn en klachten steeds meer de bovenhand kregen in zijn

leven, leerde hij Andullatietherapie kennen: "Ik maakte kennis met de Andumedic en wou dit

"EINDELIJK KAN IK OPNIEUW NORMAAL FUNCTIONEREN"

meteen uittesten. De resultaten waren ronduit verblijvend: de pijn verdween en ik kon mijn medicatie nagenoeg volledig afbouwen. Ik functioneer opnieuw normaal."

Vital was zo opgelucht dat hij eindelijk een oplossing gevonden had voor zijn pijn, en begon meteen verder te denken. Zou Andullatie ook zijn spelers kunnen helpen? Samen met de clubdokter en de kinesist besloot Vital om Andullatie in de training op

te nemen: "Ik zag meteen het potentieel van Andullatie in. De doorbloeding van de spieren wordt gestimuleerd, het spierzuur neemt af en de recuperatie na een stevige training of een zware match gebeurt veel sneller. Allemaal zaken die van belang zijn bij zware fysieke inspanningen."

Simon Mignolet (30) is één van de spelers die via de nationale ploeg en hulptrainer Vital Borkelmans Andullatietherapie leerde kennen: "Ik gebruik de Andumedic vooral na

"SNELLE RECUPERATIE EN MEER VITALITEIT"

een zware training of wedstrijd. De Andumedic versnelt mijn recuperatie, en na een sessie

voel ik direct meer vitaliteit. Ik doe nu bijna elke dag een sessie. Het heeft ook echt een goede invloed op mijn voetbalprestaties. Om eerlijk te zijn, ik kan de Andumedic en de Andullatietherapie in mijn leven als voetballer niet meer missen."

Ook **Nacer Chadli (28)** gebruikt de Andumedic: "Het bevordert mijn recuperatie en slaapkwaliteit, het houdt me vitaal, ...

"IK KAN NIET MEER ZONDER"

Wat nodig is, want ik speel bijna om de 3 dagen een wedstrijd in de Engelse competitie. Ik gebruik nu al enkele maanden Andullatie, en ik kan niet meer zonder."



Add a smile to your life®

ONTDEK HOE ANDULLATIETHERAPIE U KAN HELPEN

► Bel de ruglijn 0800/18.012 voor een gratis testsessie



055 23 23 23



info@hhp.be



www.hhp.be

Pionier in selfcare

Een prioritaire doelstelling van de firma 'home health products' (hhp) wordt kernachtig uitgedrukt in de slagzin: 'make selfcare available for everyone'. Selfcare, of de zorg om jezelf, houdt in dat je over je eigen gezondheid waakt, jezelf terdege informeert, op zoek gaat naar adequate therapieën en die consequent toepast. Niemand zal loochenen dat om gezond te blijven of het opnieuw te worden het eigen initiatief een belangrijke rol speelt. Wat natuurlijk niet inhoudt dat professionele begeleiding overboord gegooid wordt. Integendeel!

Selfcare als trend is niet alleen het gevolg van een mentaliteitswijziging bij de patiënt maar werd niet in het minst ook ingegeven door recente accentverschuivingen in de gezondheidszorg. Ten gevolge van een strenger bezuinigingsbeleid wordt de patiënt quasi automatisch aangespoord zelf het roer in handen te nemen wat betreft zijn gezondheid. Heel vroeg reeds heeft hhp deze trend herkend en hierop ingespeeld door gezondheidsprogramma's op maat te ontwikkelen. Deze zijn zowel curatief als preventief opgevat. Curatief betekent dat bestaande chronische klachten verholpen worden. Maar beter is uiteraard dit soort klachten door preventieve actie te voorkomen. De hhp-gezondheidsprogramma's worden ontwikkeld en toegepast in samenwerking met diverse gezondheidsprofessionals: artsen, fysiotherapeuten, wetenschappers, etc.

IAAT en Dr. med. Guy Declerck

MEDISCH ONDERBOUWDE THERAPIE VOOR PIJNKLACHTEN

Andullatie is een eenvoudige maar krachtige medische formule om chronische klachten te behandelen of voorkomen. Ze is essentieel gebaseerd op de combinatie van mechanische trillingen en infraroodwarmte. Andullatie vormt de kern van de hhp-gezondheidsprogramma's. Ze wordt toegevend via gesofistikeerde apparaten die gecertificeerd werden door internationale gezondheidsinstanties als de Duitse TÜV en de Amerikaanse FDA.



"De effecten van Andullatie werden proefondervindelijk bewezen."

proefondervindelijk bewezen via tal van experimenten.

Het wetenschappelijk onderzoek rond Andullatie wordt gecoördineerd door de 'International Association for Andulation Therapy' (IAAT). Voorzitter is de Belgische chirurg Guy Declerck. Een belangrijke studie over de invloed van Andullatie op het lymfestelsel werd verricht door F. Pastouret (VUB). Zijn bevindingen werden voorgesteld in 2014 op het 'Intenational Congress for Lymphology'.



U kunt vrijblijvend kennismaken met het 'home health program' door een afspraak te maken met een hhp-gezondheidsadviseur. U krijgt alvast een gratis gezondheidskit aangeboden.

Het toedienen van mechanische vibraties als therapeutische tool is niet nieuw. Sinds de jaren 30 van de vorige eeuw worden wereldwijd de effecten van trillingen intensief bestudeerd aan universiteiten en wetenschappelijke centra. Inmiddels staat vast dat mechanische trillingen, weliswaar binnen een bepaald frequentiebereik, diverse positieve invloeden hebben op de menselijke gezondheid.

De firma hhp heeft een gamma gezondheidsapparaten ontworpen gebaseerd op dit therapeutisch principe. De originele bijdrage van hhp ligt in het feit dat aan trillingen een extra dimensie toegevoegd werd, nl. infraroodlicht, wat een versterkende werking heeft. Andullatie-apparaten worden in Duitsland ontwikkeld en geproduceerd, wat garant staat voor een hoog performante, maar tegelijkertijd gebruiksvriendelijke technologie.

Wetenschappelijk onderzoek kon tot op heden 5 hoofdwirkingen van Andullatie op het menselijk organisme vaststellen: pijnverlichting, activering bloedsomloop, stimulering van het lymfestelsel, snellere recuperatie na fysieke / mentale inspanning en efficiënt relaxeren. Deze effecten werden

Partner

HHP EN SPORTA: PARTNERS VOOR 'ZEKER SPORTEN'

Naast medische partners heeft hhp ook sportpartners. Met een achterban van 75.000 leden is Sporta de grootste federatie van recreatieve sportclubs in Vlaanderen. Sporta heeft zichzelf tot missie gesteld zoveel mogelijk Vlamingen in beweging te krijgen. Veel beschavingsziekten zijn immers het gevolg van bewegingsarmoede en nefaste leefgewoontes. Lichaamsbeweging is gezond, plezierig, brengt mensen bij elkaar en draagt bij tot zelfontplooiing. Toch impliceert sport steeds een zekere mate aan belasting en risico.



Na het sporten moet je recupereren. Een krachtig en aangenaam hulpmiddel hiertoe is Andullatie. Niemand minder dan algemeen Sporta-directeur Jo Schreurs is een overtuigde Andullatiegebruiker.

Daarnaast is het geen slecht idee je goed te verzekeren. Sporta biedt hier de nodige ondersteuning, en wel op eenieders maat: 'Zeker Sporten'. Wat houdt dit concreet in? 'Zeker Sporten' staat je bij met deskundig sportadvies, fitte tips en een bijhorende sportverzekering. Want sporten is gezond en dat willen we zo houden! Voor meer info, surf naar www.zekersporten.be

Partner

HHP EN PARTENA: PARTNERS IN GEZONDHEID

Als brede dienstenorganisatie hoeft Partena nog nauwelijks voorgesteld te worden: onafhankelijk ziekenfonds, huishoudelijke hulp, kinderopvang, etc. Bij Partena draait alles rond gezondheid en persoonlijk comfort. Het kan dus geen toeval zijn dat hhp en Partena elkaar gevonden hebben. Beide groepen delen tal van waarden en ambities. hhp ontwikkelde de voorbije 15 jaar de Andullatie therapie. Via deze baanbrekende gezondheidstechnologie

bieden ze aan chronische pijnpatiënten de mogelijkheid op een natuurlijke, maar zeer efficiënte wijze pijnklachten te verlichten. In het algemeen bevordert Andullatie de gezondheid via betere doorbloeding, lymfeafvoer en relaxatie.



Gezondheidskit

EEN KIT VOL TIPS VOOR MEER LEVENSKWALITEIT

In weerwil van ons hoge beschavingspeil en de vergevorderde ontwikkelingsgraad van de gezondheidszorg kunnen we er niet prat op gaan dat ieder van ons een stralende gezondheid of optimale levenskwaliteit geniet. Dit is jammer, want er is geen kostbaarder goed dan gezondheid. Gezondheid is dé basisvoorwaarde voor een gelukkig en vervuld leven. Zoals een beroemde Duitse filosoof ooit stelde: "Gezondheid is niet alles, maar zonder gezondheid is alles niets".

Lijdt u aan chronische klachten, pijn, bv. ten gevolge van rugproblemen, fibromyalgie, artritis, artrose, etc.? Bent u vaak vermoeid hoewel u voldoende slaapt? Staat u constant onder stress? Slaagt u er maar niet in te recupereren na fysieke of mentale inspanning? Lukt het niet meer om diepgaand te ontspannen? De kans is groot dat u één of meerdere van deze vragen met een 'ja' beantwoordt...

hhp wil een oplossing bieden voor typische gezondheidsklachten van deze tijd via zijn gezondheidskit. Vertrekpunt hierbij is het selfcare-principe. Gezondheid begint immers bij

jezelf. Terug gezond willen worden of blijven is een persoonlijk initiatief dat slechts succesvol kan zijn mits de nodige inzet en volharding. Dit heeft uiteraard alles te maken met het consequent volgen van een gezonde levensstijl. De bedoeling van hhp is hier de nodige professionele ondersteuning en begeleiding bieden.

Een centraal onderdeel van de gezondheidskit is Andullatie. Dit is een wetenschappelijk onderbouwde therapie op basis van mechanische vibraties en infraroodlicht. Ze wordt sinds jaar en dag met groot succes ingezet voor pijnverlichting, fysieke en mentale recuperatie, ontspanning, wellness, etc. In de gezondheidskit zitten de nodige tips inzake gezonde levensstijl, m. n. voeding, slaap, beweging, tijdsbesteding etc.

Misschien bent u nieuwsgierig en wilt u in detail vernemen wat de gezondheidskit inhoudt. Maak een vrijblijvende thuisafpraak met een hhp-adviseur. U hebt sowieso recht op de gratis gezondheidskit, Andullatiemassage inclusief!



De gratis hhp-gezondheidskit bevat:

- Een persoonlijke gezondheidsanalyse
- Een gratis Andullatiemassage
- Een boek vol levensverhalen van Andullatie-ambassadeurs
- Informatieve brochure over Andullatietherapie bij thuisgebruik
- Brochure met oefeningen en voeding om uw pijnklachten te verlichten
- 'Four Elements' meditatiemuziek om te ontspannen
- Coolpowerpatch voor acute pijn te bestrijden



Fibromyalgie

Fibromyalgie betekent letterlijk 'vezelpijn'. De ziekte wordt ook 'weke delen-reuma' of 'fibrositis' genoemd. Fibromyalgie werd pas in 1990 erkend als ziekte. Op heden bestaat trouwens nog steeds de tendens fibromyalgiesymptomen als psychosomatische klachten af te doen. Het betreft hier echter een zware niet-inflammatoire aandoening van de spieren en peesaanhechtpunten. Twee procent van de Europeanen, hoofdzakelijk vrouwen, worden erdoor getroffen. De oorzaken van fibromyalgie zijn tot op heden onduidelijk. Naast genetische factoren ontstaat fibromyalgie vaak in het verlengde van auto-immuunziektes, virale infecties, tumorale aandoeningen, neurologische ziektes of traumatische ervaringen (bv. een ongeval).

SYMPTOMEN:

- Chronische pijn
- Stijfheid en zwelling
- Depressie
- Vermoeidheid
- Concentratiestoornissen
- Misselijkheid

WAT KAN ANDULLATIETHERAPIE VOOR JOU BETEKENEN?

- ✓ Directe pijnverlichting
- ✓ Minder stress
- ✓ Meer vitaliteit
- ✓ Betere beweeglijkheid
- ✓ Gemakkelijk inslapen
- ✓ Goed doorslapen
- ✓ Snelle recuperatie
- ✓ Betere weerstand

Suzy Vanelven uit Bonheiden getuigt:

“ER IS NOG LEVEN NA FIBROMYALGIE.”

Fibromyalgie is een beschavingsziekte die vooral vrouwen treft. Typische kenmerken zijn chronische spierpijn en vermoeidheid. De oorzaken blijven voornamelijk mysterieus voor de wetenschap. Ook Suzy kreeg met de aandoening te kampen, en koos voor een natuurlijke therapie waardoor ze, naar eigen zeggen, aanzienlijke verlichting van haar symptomen ervaart. Ze vertelde haar verhaal aan onze reporter.

ROOFBOUW

Suzy is verpleegkundige van opleiding en ging met veel enthousiasme aan de slag in de sector. Daarenboven is ze ook mama, en nog wel van 4 kinderen: een 'kroostrijk' gezin, zoals je dit op heden minder vaak



“Het effect van Andullatie blijft voortduren waardoor medicatie overbodig wordt.”

aantreft. Suzy kreeg haar kinderen in een tijdspanne van 7 jaar. Wegens haar zware job en de constante zorg om haar gezin werd ze gedwongen roofbouw te plegen op haar lichaam. Vijf jaar geleden kreeg ze de diagnose 'fibromyalgie', nadat de reumatoloog andere aandoeningen uitgesloten en de typische pijnpunten vastgesteld had.

ONTSPANNEN

Naast constante pijn heeft Suzy ook last van slaap- en spijsverteringsstoornissen. Om een normale nachtrust te hebben is ze verplicht medicatie te nemen. Via de hhp-krant kwam ze in contact met Andullatietherapie, een natuurlijke therapie op basis van trillingen en infrarood. Ze deed een proefsessie en was onmiddellijk in de ban. Inmiddels is haar enthousiasme alleen maar toegenomen: “Ik ga elke dag op de Andumedic en gebruik ook de speciale cd. De spanning trekt zo weg uit je lichaam dankzij die trillingen en infrarood. Ik slaap ook veel beter. Opmerkelijk is dat het ontspanningseffect van de Andullatie urenlang blijft voortduren na de sessie. Tijdens de dag kan ik mijn medicatie afbouwen. Ik wil deze methode echt aan iedereen aanraden!”

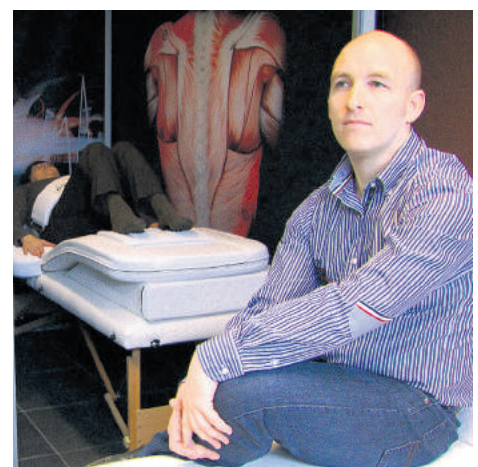
KINDEROPVANG

Inmiddels heeft Suzy de medische sector omgevuld voor het kinderdagverblijf. Ze zegt: “Ook deze job doe ik supergraag. Het is minder arbeidsintensief. Ik hoop dat ik dit nog lang kan volhouden”. Natuurlijk is een mama van vier kinderen de ideale oppas is voor andere kindjes! Het allerbeste, Suzy!

Kinesist Frank Grouwels aan het woord:

“HERBOREN NA EEN SESSIE.”

Frank Grouwels runt een eigen kinépraktijk in Herk-de-Stad. Inmiddels is hij zo'n 13 jaar bezig. Naast de klassieke kinesitherapie legt hij zich vooral toe op manuele therapie en sportrevalidatie. Daarbij maakt hij zowel preventief als curatief gebruik van Andullatietherapie. In zijn praktijk ziet hij veel patiënten met verschillende aandoeningen. In functie van bepaalde diagnoses opteert hij voor Andullatie-therapie.



EFFECTEN VAN ANDULLATIE

Andullatie zorgt vooral voor spierontspanning. Bij manipulaties behandelt Frank zijn patiënten eerst met Andullatie-therapie omdat dit lekker ontspant. Anderzijds verbetert Andullatie ook de doorbloeding. Een betere doorbloeding zorgt voor een pijnstillend, maar ook relaxerend effect. Dit komt de behandeling ten goede. Franks resultaten met Andullatie zijn uiterst bevredigend. Hij merkt dat zijn patiënten zich er goed bij voelen. Dit blijkt ook uit het feit dat tal van patiënten zelf ook een toestel in huis halen. Dit wijst erop dat ze dankzij dagelijkse Andullatie-behandeling meer levenskwaliteit ervaren.

NIEUWE TECHNOLOGIEËN

Als kinésitherapeut is Frank steeds op zoek naar nieuwe tools die hem de mogelijkheid geven z'n patiënten nog beter te behandelen. Voor bepaalde doelgroepen, in het bijzonder mensen

“Alle collega's zouden Andullatie aan hun pijnpatiënten moeten aanbieden.”

met chronische pijn, rugklachten en spierpijnen, wilde hij sowieso een bijkomend accent leggen in zijn praktijk. Zo kwam hij quasi automatisch bij hhp terecht. En hij betreurt dit niet: “Als ik kijk hoeveel beter die mensen worden, ben ik blij Andullatie ontdekt te hebben. Ik zou het zeker aanbevelen aan mijn collega's. Want elke dokter of kinesitherapeut krijgt vaak te maken met chronische pijnpatiënten. Ik raad alle collega's aan Andullatie uit te testen bij hun patiënten. In mijn praktijk was het een ware openbaring! En het biedt me tal van mogelijkheden in het kader van mijn behandelingen. En mijn patiënten? Die varen er wel bij. Ik ben dus een tevreden man”.

BON Voor een klachtanalyse en Andullatiesessie

hhp

GRATIS
ANDULLATIESESSIE

Kies voor meer levenskwaliteit en verneem meer over een **natuurlijke en medisch gecertificeerde therapie**. Meld u bij een van onze gezondheidsadviseurs voor een **gratis proefsessie!**



WAT KAN ANDULLATIETHERAPIE VOOR JOU BETEKENEN?

- ✓ Directe pijnverlichting
- ✓ Meer vitaliteit
- ✓ Gemakkelijk inslapen
- ✓ Snelle recuperatie
- ✓ Minder stress
- ✓ Betere beweeglijkheid
- ✓ Goed doorslapen
- ✓ Betere weerstand

Rosa Meysman uit Wachtebeke getuigt:

“GEEN VERSLAVING MEER AAN PIJNSTILLERS.”

Ergens in de bossen van Wachtebeke woont Rosa Meysman met haar echtgenoot. Eigenlijk zijn ze te benijden: prachtig woonkader, mooi pensioen, een zee van tijd. Jammer genoeg wordt Rosa geplaagd door gezondheidsproblemen. Maar ze vond een oplossing...

BEZIGE BIJ

Haar hele leven lang was Rosa niet vies van werken. Eerst poetsen voor transportbedrijven, en daarna hield ze een zonnebank open. Ze deed de organisatie en begeleidde de talrijke klanten die om hun 'bruin velletje' kwamen. Maar dan moest ze er de brui aan geven wegens artrose- en spierklachten.



“Een tweede leven zonder pijnstillers. Opnieuw genieten van het leven!”

KAPOTGEWERKT

Rosa gelooft dat er een verband is tussen die klachten en haar werk. Het poetsen veroorzaakte overmatige gewrichtsbelasting en de dokters stelden artrose vast. Ze werd hiervoor geopereerd aan haar nek. Pas daarna dook de spierziekte op. Rosa gaat ervan uit dat het fibromyalgie is, want de artsen zijn niet unaniem. Iemand zei zelfs: “Het zit in uw hoofd”. Hoe dan ook, de symptomen die Rosa beschrijft zijn heel reëel: “Warmtepijn, koudepijn, mieren in mijn benen, krampen, spasmen... verschrikkelijk!” De ziekte gaat in onvoorspelbare ups en downs. Rosa moet veel rusten. Als ze een betere dag heeft, kan ze wat huishoudelijk werk doen.

‘DEMONSTRATIE’

Drie jaar geleden wees een klant haar op het bestaan van Andullatie, een combinatie van trillingen en infrarood. Deze persoon had zijn klachten aanzienlijk zien verbeteren via deze therapie. Rosa deed een proefsessie in Zelzate en voelde inderdaad onmiddellijke verlichting. Ze is niet helemaal genezen, maar toch vol lof: “De pijn is sterk afgenomen omdat ik veel minder spierkrampen heb. Ik kan terug alleen mijn haar wassen. En ongelooflijk maar waar: ik neem geen pijnstillers meer sinds nieuwjaar. Ondanks de afkickverschijnselen heb ik doorgebeten en ik ben ervan af!”

TOEKOMST

Al bij al is Rosa's levenskwaliteit veel verbeterd. Haar man is pas gepensioneerd en een zee van vrije tijd ligt open: wandelen in de natuur, vogels observeren, gaan shoppen. Kortom, genieten van het leven...

Artrose

Artrose betekent gewrichtsslijtage. Naar schatting worden zo'n vijf à tien procent van de volwassenen tussen vijftig en zestig erdoor getroffen. Concreet wordt bij artrose het gewrichtskraakbeen progressief aangetast zodat het gewricht ten slotte niet meer bewogen kan worden zonder wrijving 'bot op bot'. De precieze oorzaken van artrose werden tot op heden nog niet volledig achterhaald. Wel staat vast dat de ziekte niet-leeftijdsgebonden is. Ook jonge mensen worden dus door artrose getroffen. Leeftijd is niettemin een risicofactor. Men neemt aan dat het ontstaan van artrose multifactorieel is, m. n. kwetsuren en ongevallen, aanhoudende overbelasting, erfelijkheid en abnormale gewrichtsstand.

SYMPTOMEN:

- Morgenstijfheid
- Knarsende gewrichten
- Progressieve pijn
- Aanlooppijnen
- Spierspanning en zwelling
- Weersgevoeligheid

Kinesist Erwin Gooris aan het woord:

“PIJNVRIJ NA TWEE WEKEN.”

Erwin Goris is sinds 1993 actief als kinesitherapeut en heeft een zelfstandige praktijk in Beringen. Hij concentreert zich op sportkinesitherapie en revalidatie. Maar hij is ook actief als sportkiné 'op het terrein', nl. bij zaalvoetbalclub Hasselt in eerste nationale. Daarnaast is Erwin al 19 jaar kiné bij plaatselijke voetbalclub 'Weerstand Koersel', waar hij zelf ooit speelde.



DOELGROEPEN

Hij gebruikt zijn Andumedic voor verschillende doelgroepen van mensen: sportlui waarmee hij vaak in contact komt, maar ook patiënten met reumatoïde artritis, artrose, chronisch vermoeidheidssyndroom of lage rugpijn. Bij al deze doelgroepen boekt hij veelbelovende resultaten.

PIJNVRIJ DOOR ANDULLATIE

De meeste patiënten die bij hem aankloppen, hebben nog nooit gehoord van Andullatie-therapie. Erwin legt hen dan steeds uit dat het een combinatie is van trillingen en infraroodwarmte: “Dan is de eerste schroom al wat geweken, omdat infrarood toch meestal wel bekend is. Ik laat hen dan van een Andullatie-sessie genieten. En achteraf zijn ze allemaal heel tevreden omdat ze het eens mochten proberen. Ze komen er speciaal voor terug, want ze vinden het een heel goed toestel. En ze voelen ook resultaat, wat eigenlijk nog het belangrijkste is!” Zo had Erwin

“Het allerbelangrijkste is dat patiënten resultaat boeken.”

een patiënte die vrij veel pijnstillers nam om haar lage rug- en artrosepijnen onder controle te krijgen. Ze nam drie à vier maal per dag haar dosis medicamenten. Ze heeft dan een behandeling gevolgd op Erwins Andumedic: “Ze deed dat een tweetal weken regelmatig en sindsdien is ze eigenlijk pijnvrij en neemt ze geen pijnstillers meer”.

TEVREDEN KINÉ

Erwin heeft ervaring met Andullatietherapie zowel bij gewone patiënten als bij de sporters. Hij beaamt dat Andullatie een zeer efficiënte therapie is in elke kinépraktijk: “Ik ben heel tevreden over de Andumedic. Ik zou mijn collega's zeker aanraden om zo'n toestel voor hun praktijk aan te schaffen”.

BON Voor een klachtanalyse en Andullatiesessie

hnp®

GRATIS

ANDULLATIESESSIE

Kies voor meer levenskwaliteit en verneem meer over een natuurlijke en medisch gecertificeerde therapie. Meld u bij een van onze gezondheidsadviseurs voor een gratis proefsessie!



Rugpijn

Rugpijn is zowaar een epidemie geworden in de westerse wereld. Eén op twee rugpatiënten kan zijn beroep niet blijven uitoefenen. De oorzaken van rugpijn zijn talrijk en complex. Meestal gaat het om spierspanning waardoor een naburige zenuw geprikkeld wordt. Dergelijke spierspanning kan o. a. ontstaan door aanhoudend een verkeerde houding aan te nemen of de wervelkolom op een verkeerde manier te belasten. Naast spierspanning kunnen ook bewegingstekort, overgewicht en verkeerde heftechnieken tot rugpijn leiden. Nog andere mogelijke factoren zijn hernia, wervelkolomslijtage, osteoporose, ontsteking en tumorale aandoeningen. Maar niet in het minst kan ook psychische belasting rugpijn veroorzaken.

SYMPTOMEN:

- Acute pijn
- Tintelingen
- Spierverzwakking
- Uitstralingen
- Gevoelloosheid
- Plasproblemen

WAT KAN ANDULLATIETHERAPIE VOOR JOU BETEKENEN?

- ✓ Directe pijnverlichting
- ✓ Minder stress
- ✓ Meer vitaliteit
- ✓ Betere beweeglijkheid
- ✓ Gemakkelijk inslapen
- ✓ Goed doorslapen
- ✓ Snelle recuperatie
- ✓ Betere weerstand

Martina Beckx uit Essen getuigt:

“TERUG HOOP VOOR MENSEN MET RUGKLACHTEN.”

Mensen met rugklachten krijgen vaak de ultieme raad: “Ge moet ermee leren leven!” Misschien zit er een grond van waarheid in: je kan de klok nu eenmaal niet terugzetten. Rugschade is dikwijls onherstelbaar. Feit is echter dat de een er beter mee leert leven dan de ander. Veel hangt af van het maken van goeie keuzes. We vroegen Martina welke keuze zij gedaan heeft.

‘STERKE TINA’

Martina geeft toe dat haar rugklachten er een beetje door eigen toedoen gekomen zijn: “We hebben zelf ons huis gebouwd. Ik was ‘Sterke Tina’. Het huis staat er, maar mijn rug heeft het begeven”. Door verkeerd ruggebruik zit ze nu opgescheept met een hoop vervelende symptomen: “Ik had een

constant gevoel van vermoeidheid, dat overging in pijn. Het gaat om een lichte hernia, een bulging. Maar ik heb wel veel last van pijn die uitstraalt naar de benen”. Martina onderging de klassieke remedies: medicatie, spuitjes, rugschool, kiné. Maar geen operatie! Haar dokter zei: “Daar word je toch niet beter van. Het enige wat je moet doen is blijven bewegen”. Zo gezegd, zo gedaan. Tina en haar man zijn sportief, maar daarnaast ontdekten ze wel een heel speciale vorm van bewegen...

BIBBERMATRAS

Via internet ging Martina op zoek naar alternatieven en deed de ‘rugtest’ van de firma hhp, ontwikkelaar van de Andullatietherapie, een nieuw procedé op basis van vibraties en infrarood. Bij de eerste proefsessie wist ze al dat het bingo was: “Ik ging erop liggen, en dat was fantastisch! Dezelfde avond beslisten we dit te nemen”. Martina beschrijft haar ‘bibbermatras’ als volgt: “Die trillingen zijn in feite een vorm van beweging. Je raakt er heel ontspannen door en de pijn ebt weg. Normaal is mijn pijnniveau zo’n 4 à 5 op 10. Andullatie reduceert dit tot 2 à 3”.

LEVENSGENIETERS

Martina’s rugklachten weerhouden er haar niet van samen met haar man intens van het leven te genieten. Ze wandelen veel, reizen vaak, een etentje, een terrasje. Rode draad doorheen hun vrijetijdsactiviteiten is beweging. Voor de rug!



“Ik ga niet akkoord met ‘ge moet ermee leren leven’”

Huisarts Dr. Pascale Goris aan het woord:

“OOK ARTSEN VOL LOF.”

De Andumedic werd ontworpen voor medische toepassingen. Hij wordt dan ook heel frequent ingezet in de medische sector, m. n. door ziekenhuizen, kinesisten, maar ook huisartsen. We vroegen Dr. Pascale Goris om een reactie.



LEREN VAN JE CLIËNTEEL

Pascale Goris is huisarts en werkt in Brussel. Ze kwam in contact met Andullatie via een van haar patiënten. Hij had enorme rugproblemen. De diverse behandelingen bleken allemaal niet zo efficiënt te werken. Op een dag toonde de patiënt haar enkele reclamefolders over Andullatie-therapie. Hij vertelde dat hij enorm veel deugd had van deze therapie. Pascale wou er dus meer over weten en contacteerde een hhp-vertegenwoordiger, die haar prompt een persoonlijke Andullatie-proefsessie aanbood.

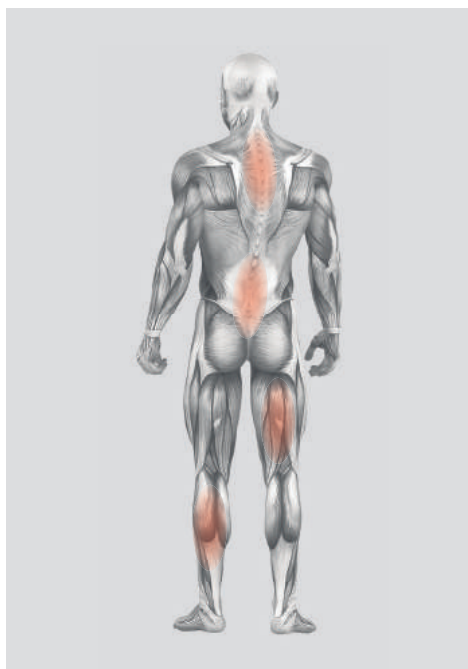
ANDULLATIE BIJ DE DOKTER

Pascales eerste indruk was heel positief: “Na 15 à 20 minuten massage voelde ik me stukken beter, want ik heb zelf regelmatig rugklachten”. Pascale aarzelde niet en schafte zich een Andumedic aan voor eigen gebruik. En vrij gauw daarna besloot ze Andullatie ook in zetten in haar praktijk: “Ik heb ook een toestel gekocht voor mijn praktijkruimte waar ik vaak patiënten behandel met rugklachten. Soms volstaat Andullatietherapie als enige behandeling. Zo niet combineer ik ze met bv. mesotherapie of ontstekingsremmers”.

“Patiënten zijn eerst sceptisch maar geven daarna toe dat ze hun activiteiten opnieuw kunnen hervatten, of sporten”

RESULTATEN

Pascale: “Veel patiënten zijn eerst sceptisch omdat ze al heel wat verschillende behandelingen geprobeerd hebben. Maar allemaal moeten ze toegeven dat ze zich na enkele Andullatie-sessies soepeler voelen. Ze kunnen hun beroepsactiviteit hervatten of weer gaan sporten, wat voor bepaalde patiënten niet meer mogelijk was. Voordeel is dat Andullatie niet de minste bijwerkingen of contra-indicaties heeft. Alleen voor zwangere vrouwen raden wij de behandeling af. Verder heeft eender welke patiënt er voordeel bij. Ook personen met een prothese, hartklachten, pacemaker of na een rugoperatie. Het behandelingsspectrum van Andullatietherapie is dus heel breed”.



LAST VAN FIBROMYALGIE, ARTROSE, REUMA, RUGPIJN, SPIERPIJN, HERNIA?

Ontdek hoe Andullatietherapie u kan helpen

DOE DE RUGTEST

Surf naar

WWW.RUGTEST.BE

ontvang persoonlijk advies

Slaapstoornissen

Tussen de 15 en 20% van de mensen lijdt aan een of andere slaapstoornis. Er bestaan diverse categorieën slaapstoornissen: inslaap- of doorslaapproblemen (insomnia), stoornissen in het slaap- / waakritme en slaapgebonden stoornissen (parasomnia), en ten slotte vermoeidheid overdag (hypersomnia). Primaire oorzaken van inslaap- / doorslaapproblemen zijn bv. stress, psychische belasting, lawaai of licht. Secundaire oorzaken zijn andere aandoeningen, bv. cardiovasculaire ziektes, hersentumoren, neurologische ziektes, depressie, etc. Slaap-/waakritmestoornissen hebben meestal te maken met nacht- of shiftdienst, jetlag. De oorzaak van hypersomnie is meestal slaapapneu. Slaapgebonden storingen kunnen o. m. het gevolg zijn van nachtmerries, tandenknarsen of spreken in de slaap.

SYMPTOMEN:

- Wakker worden
- Verstoord slaap- / waakritme
- Concentratieproblemen
- Moeilijk inslapen
- Vermoeidheid
- Verminderde prestaties

WAT KAN ANDULLATIETHERAPIE VOOR JOU BETEKENEN?

- ✓ Directe pijnverlichting
- ✓ Minder stress
- ✓ Meer vitaliteit
- ✓ Betere beweeglijkheid
- ✓ Gemakkelijk inslapen
- ✓ Goed doorslapen
- ✓ Snelle recuperatie
- ✓ Betere weerstand

Marc Van Acker uit Aalter getuigt:

“DOORSLAPEN IS OPNIEUW MOGELIJK.”

Marc was directeur van verschillende firma's. Negen jaar geleden kwam abrupt een einde aan zijn dynamische carrière, eigenlijk om een vrij banale reden. Hoe dan ook, Marc kreeg last van het 'restless legs-syndroom' met catastrofale uitwerking op zijn slaappatroon. Niks hielp, tenzij een vibratiematras die hij via zijn huishoudhulp leerde kennen. Marc deed zijn verhaal in een heel openhartig interview.

OPERATIE

In het verleden leidde Marc met succes meerdere firma's. Op heden is hij nog steeds algemeen directeur, maar zijn activiteit staat op een laag pitje om gezondheidsredenen. Marc werkte veel en graag. Dagen van 16 werkuren waren

geen uitzondering. Zelf zegt hij over zijn werkritme: "Tja, 't is de aard van het beestje zeker...?" Hij was kerngezond, ooit kampioen van België jeugdathletiek. Negen jaar geleden moest hij een chirurgische interventie ondergaan. Alles oké! Marc voelde zich kiplekker en wou zo snel mogelijk weer aan de slag. Hij reed zelf terug naar huis de dag na de narcose. En de volgende morgen zat hij terug aan zijn werktafel. Drie maand later was het afgelopen... Marc kreeg restless legs met als gevolg een totaal ontregelde slaap. Volgens de artsen had hij beter 14 dagen gerust vooraleer opnieuw te gaan werken.

SYMPTOMEN KWIJT!

Zijn schoonmaakster gebruikt met succes Andullatie, een gezondheidstechnologie op basis van vibraties en infrarood. Marc deed de proef op de som en merkte dat deze formule een ongelofelijke uitwerking had op zijn rusteloze benen en spierkrampen. Marc: "Sinds ik Andullatie doe, ben ik die symptomen zo goed als kwijt". Ook zijn slaap verbetert, hoewel hier nog wat werk is. De Andullatiesessies brengen ook klachtenverlichting voor zijn drie hernia's.

FOTOGRAFIE

Wat Marc overkwam is intriest. Maar hij laat het niet aan zijn hart komen. Ondanks zijn slopende aandoening geniet hij van het leven: kokkerellen, zijn kinderen en kleinkinderen, en... de fotografie. Marc heeft zijn eigen hobbyfotostudio en gaat vaak de hort op, op jacht naar originele kiekjes. hhp wenst Marc het allerbeste!

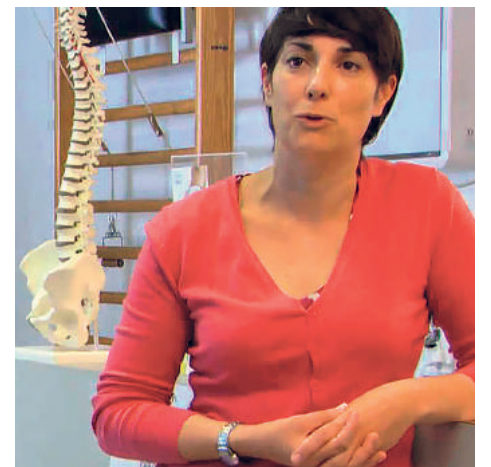


“Mijn rusteloze benen houden mij niet langer wakker.”

Kinesist Sofie Verpaele aan het woord:

“TERUG ENERGIE VAN VROEGER.”

Bijgestaan door twee medewerkers runt Sophie Verpaele een kinépraktijk in Lembeke. Met meer dan 15 jaar beroepservaring is zij een absolute referentie in haar vak. Ze gaf ooit haar eerste consultaties in de garage van het ouderlijke huis. Wat klein begon, groeide al snel uit tot een succesvolle praktijk met uitgebreid cliënteel.



“Quasi onmiddellijke en zeer voelbare klachtenvermindering”

PODOTHERAPIE

Naast de kinépraktijk is Sofie volop bezig met de uitbouw van een praktijk als podotherapeute. De bedoeling van podotherapie is mensen uit te balanceren, voetafwijkingen te corrigeren en bijgevolg het volledige lichaam opnieuw in evenwicht te brengen.

WAAROM ANDULLATIE?

“De Andumedic vind ik vooral interessant voor mensen met houdingsafwijkingen. Want zij voelen veel spanning in hun lichaam en de Andumedic is hiervoor een uitstekende remedie. Vermoeidheidspatronen verdwijnen en in combinatie met de eigenlijke kinébehandeling, eventueel aangevuld met podotherapie, is Andullatie een ideale oplossing. Dit jaar heb ik voor het eerst terug interclubtennis gespeeld. Het was al een tijdje geleden en ik had ontzettend last van mijn achillespezen. Wel, na één Andullatie-sessie was de pijn volledig verdwenen en kon ik terug normaal stappen. Voor mij was dit dus het ultieme bewijs dat Andullatie echt helpt. Heel wat mensen vallen in slaap op de Andumedic, omdat het zo ontzettend

rustgevend is. De meesten geven ook aan dat hun lichaam na verloop van tijd gewoon soepeler aanvoelt. Patiënten maken telkens weer gewag van een quasi onmiddellijke en zeer voelbare vermindering van hun klachten” verklaart Sofie.

ANDULLATIE IN DE KINÉPRAKTIJK

Inmiddels kan je wel zeggen dat Andullatie echt in opmars is in professionele context, bv. in ziekenhuizen en op universiteiten. Bovendien werd er inmiddels al enorm veel wetenschappelijk onderzoek rond gedaan. Daarom is Sofie van oordeel dat je er als professional eigenlijk niet meer om heen kunt: “Ik denk dat Andullatie als therapie inderdaad een must geworden is voor elke gezondheidsprofessional die zichzelf ernstig neemt”.

TIPS OM CHRONISCHE PIJN MINDER KANS TE GEVEN

- Rook niet! Gebruik ook geen alcohol, tenzij sporadisch en zeer met mate.
- Vermijd zoveel mogelijk toxische chemicaliën in voedings-, verzorgingsproducten of cosmetica.
- Wees waakzaam voor voedselallergieën. Ze kunnen ontsteking veroorzaken.
- Voldoende gezonde slaap is een must voor geest en lichaam.
- Stress is de aartsvijand van het immuunsysteem. Belangrijk om stress te voorkomen of neutraliseren is een gezond evenwicht tussen werk en vrije tijd.
- Bewegen in de buitenlucht heeft een dubbel voordeel. Je onderhoudt je conditie en maakt vitamine D aan, wat ontstekingen bestrijdt.



Lymfeproblemen

Lymfoedeem is een zichtbare zwelling van weke delen. Het ontstaat wanneer de lymfenvloeistof in de getroffen zone niet meer wordt afgevoerd. De aandoening doet zich vooral voor aan armen en benen. De oorzaken kunnen divers zijn, en bovendien wordt er onderscheid gemaakt tussen primair en secundair lymfoedeem. Primair lymfoedeem kan aangeboren of genetisch bepaald zijn, maar ook spontaan optreden. In het laatste geval gaat het dan om alteraties in de lymfevaten. Secundair lymfoedeem ontstaat altijd ten gevolge van ziekte. De oorzaak kan een operatie zijn waarbij lymfeknopen moeten verwijderd worden, ofwel bestralingstherapie waardoor lymfevaten beschadigd worden. Andere oorzaken van secundair lymfoedeem zijn ongevallen, kwetsuren, infecties.

SYMPTOMEN:

- Oedeem
- Zwelling oksel
- Ontstekingen
- Bloktenen
- Zwelling lies
- Cysten

WAT KAN ANDULLATIETHERAPIE VOOR JOU BETEKENEN?

- ✓ Directe pijnverlichting
- ✓ Minder stress
- ✓ Meer vitaliteit
- ✓ Betere beweeglijkheid
- ✓ Gemakkelijk inslapen
- ✓ Goed doorslapen
- ✓ Snelle recuperatie
- ✓ Betere weerstand

Victorine Van Dijk uit Olen getuigt:

“ANDULLATIE NA BORSTKANKER.”

Victorine onderging een borstamputatie. Een vrij invasieve ingreep die naast medische en psychologische, ook esthetische consequenties heeft. Op heden bestaat er gelukkig een efficiënte technologie die de lymfestroom extra kan activeren zodat onaangename nevenverschijnselen, zoals de typische ‘gezwollen arm’, tot een minimum beperkt worden. Victorine vertelde hoe ze geholpen werd.

KAPSTER

Victorine heeft er een carrière als kapster opzitten. Al te vaak vergeet men dat dit een lastig beroep is: altijd rechtstaan, je arm continu in dezelfde houding. Het is dan ook geen toeval dat Victorine last kreeg van haar benen, spataders, rugklachten,



“Door regelmatig te andulleren werd de zwelling van mijn arm beperkt tot een minimum”

etc. Inmiddels heeft ze haar actieve fase afgerond en ging ze met pensioen. Na een leven hard werken als zelfstandige ben je aan welverdiende rust toe. Na haar operatie ging Victorine in behandeling bij de kiné om haar lymfestroom te activeren. Ze kwam toen in contact met een technologie die, naar eigen zeggen, goed van pas kwam voor haar klachten.

ANDULLATIE

Een kennis vertelde Victorine en haar man over de weldaden van Andullatie, een therapie gebaseerd op trillingen en infrarood. Ze hadden er al iets over gelezen in de krant en konden het uitproberen op een demonstratie-evenement. Vanaf de eerste sessie waren ze unaniem: “Ja, dat doet echt goed!” Inmiddels zijn beiden vaste gebruikers geworden. Victorine vindt er baat bij voor haar lymfedrainage, rug, benen, etc. Ze merkte dat succesvolle Andullatie echt afhangt van regelmatige behandeling. Haar man gebruikt het voor z’n hernia’s. Hij was werkzaam in de watersector. Ooit viel hij van een ladder. Vermoedelijk staan zijn rugklachten hiermee in verband. Dankzij het ‘machienekke’ kan hij dagelijks zijn pijn verlichten.

GROENE VINGERS

Al bij al heeft Victorine haar klachten goed onder controle. Telkens wanneer het lente wordt beginnen haar groene vingers te jeuken. Ook de fiets wordt van stal gehaald om te genieten van de mooie Kempense natuur. Wij wensen Victorine en haar man het allerbeste!

Kinesist Emmie Mornie aan het woord:

“ABSOLUTE MEERWAARDE VOOR ELKE PATIËNT.”

Emmy Mornie is al 14 jaar zelfstandige therapeute. Samen met haar man Herman runt ze een gezondheidspraktijk in Zwalm. Emmy is gespecialiseerd in bekkenbodemtherapie en manuele lymfedrainage, maar biedt ook algemene kiné aan en behandelt dagelijks mensen met de meest verscheiden aandoeningen. Herman houdt zich vooral bezig met complementaire therapieën: aromatherapie, holistische massage, Indische massage. Hij begeleidt ook sporters.



VOOR PIJNPATIËNTEN EN SPORTERS

Emmy gebruikt Andullatie bij 90% van haar patiënten: “Vooral mensen met nek- en rugklachten en chronische pijn. Maar ook voor patiënten die lymfedrainage krijgen na een kankerbehandeling is het een goede aanvulling”. Herman doet beroep op de Andumedic bij z’n sportbehandelingen: “De matras neemt grotendeels de verzuring weg. De patiënten liggen meteen in de juiste houding, zodat de afvoer in de richting van de lymfeknopen gaat”.

OPENDEURDAG

Emmy en Herman hadden de matras al een paar keer gespot op diverse beurzen. Maar het kwam er nooit van om eens terdege informatie in te winnen. Op een dag kregen ze een folder in de bus van de Openbedrijvendag. In Oudenaarde werd Andullatie voorgesteld op een opendeurdag. Het was vlakbij, een ideaal moment dus om eens een kijkje te nemen. Emmy: “We hebben het zelf uitgeprobeerd en we

“Na kankerbehandeling wordt de lymfestroom opnieuw geactiveerd”

voelden meteen dat je zoiets als extraatje kon aanbieden in de praktijk. Het doet onszelf ook deugd, en daarom hebben we beslist om een Andumedic aan te schaffen”.

ANDULLATIE EEN MUST!

Het koppel raadt de therapie aan alle collega’s aan, en is van oordeel dat zelfs privé iedereen de Andumedic in huis moet halen: “Elke therapeut zou dit in zijn praktijk moeten hebben om de patiënt de kans te bieden uit te testen hoe het aanvoelt. Naargelang van de resultaten kunnen ze dan kiezen hetzij voor een abonnement, hetzij voor een persoonlijke aanschaf. Wat ons betreft, is het alvast een absolute meerwaarde voor onze praktijk”.

BON Voor een klachtanalyse en Andullatiesessie



hhp®

GRATIS

ANDULLATIESESSIE

Kies voor meer levenskwaliteit en verneem meer over een **natuurlijke en medisch gecertificeerde therapie**. Meld u bij een van onze gezondheidsadviseurs voor een **gratis proefsessie!**

PIJN? VERLOS UZELF

Bel de ruglijn 0800/18.012

RESULTATEN VAN 15 MINUTEN ANDULLATIE PER DAG:

- ✓ Directe pijnverlichting
- ✓ Minder stress
- ✓ Meer vitaliteit
- ✓ Betere beweeglijkheid,
- ✓ Gemakkelijk inslapen
- ✓ Goed doorslapen
- ✓ Snelle recuperatie,
- ✓ Betere weerstand
- ✓ ...

ANDUMEDIC® 3



ANDUBALANCE®



ANDUFLEX®



Tallose mensen met chronische **pijnklasten**, een verminderde **lymfedrainage**, onvoldoende **bloeddoorstroming** of aanhoudende **stress** werden reeds succesvol geholpen door een korte, dagelijkse toepassing van Andullatie®.

Via gecontroleerde en gemoduleerde trillingen stimuleert Andullatie® alle cellen in ons lichaam en zorgt zo voor een snelle verlichting en een weldoende relaxatie.



Add a smile to your life®

ONTDEK HOE ANDULLATIETHERAPIE U KAN HELPEN

► Bel de ruglijn 0800/18.012 voor een gratis testsessie