

# Elena Galperin, L.Ac.

*Balance, Tranquility & Healing*

Joy Acupuncture Clinic Center  
2602 First Ave, Suite 205  
San Diego, CA 92103  
Phone: 858.752.4261

Mission Valley Medical Clinic  
5333 Mission Center Road, Suite 100  
San Diego, CA 92108  
Phone: 858.752.4261

## Información general acerca de la acupuntura

**La acupuntura es una experiencia muy relajante** . La mayoría de las personas se preocupan por el dolor de las agujas. Sin embargo , las agujas de acupuntura son muy finas y flexibles. Las agujas de acupuntura son de un solo uso , el acero quirúrgico estéril , sólido - que no son huecos y no hay nada cubriéndolos o dentro de ellos.

La razón de que la acupuntura es tan relajante es porque usa una estrategia para cambiar ( dentro de 1-5 minutos) nuestro sistema nervioso de un estado simpático a estado parasimpático. Es decir, que nos cambia de modo de tensión a modo de relajarse. Si alguna aguja es dolorosa comuníquese a el acupunturista y ella lo eliminará de inmediato. Es muy importante comunicarse con su acupunturista y decirle que si no se siente cómodo para que pueda ayudar. **La acupuntura no debe de causar dolor una vez que está en la zona tratada .**

**Es normal que se sienta un poco cansado , relajado o con sueño después de la acupuntura .** abstengase de tomar relajantes musculares o analgésicos fuertes por lo menos 3 horas antes de la acupuntura. La combinación de los dos puede causar somnolencia . Además, después de la acupuntura se puede sentir un poco más ligero y mucho más relajado. Sin embargo, también es posible experimentar alguna pesadez o dolor sordo después de un tratamiento de acupuntura ya que la zona lesionada es la curación y puede sentir que se ha agravado. Esto es normal porque significa que estamos sanando el área lesionada a un nivel mas profundo la mayor parte del tiempo el dolor va a ir disminuyendo . En ocasiones, cuando una lesión es más de 6 meses de edad , se tardará un poco más de tiempo para empezar a notar la reducción del dolor permanente. **Para obtener los mejores resultados en el tratamiento, es muy importante tener 2 visitas de acupuntura por semana .** Su cuerpo va a sanar más rápido y le enviaremos un mensaje repetitivo para sanar. Por favor, no hacer uso excesivo del brazo / de espalda o el área lesionada por la limpieza / mudanza / una vez que este en casa. Deje que el cuerpo se cure antes de empezar a usar la zona lesionada demasiado pronto. Parte de la curación es el descanso y la relajación.

**Por favor, tenga en cuenta que hay una política de cancelación de 24 horas** y nos pondrá en contacto con el regulador para todas las llamadas perdidas o tarde cancelado citas. Los horarios de citas no son honrados después de 15 minutos de retraso debido a que otros pacientes están programados para entrar en después de su visita ha terminado. Otras Palabras , las citas no son flexibles , una vez que se han reservado . El acupunturista no está disponible los lunes debido a que el Dr. Smith usa la habitación para ver a sus pacientes . Sus horas son 1-5 los miércoles, jueves y 10-5 1-6 viernes a Mission Valley Medical . Ella también ve a sus pacientes con el trabajo en la Clínica de Acupuntura comp Alegría en Hillcrest / Bankers Hill el martes 09 a.m.-8 p.m. . consulte la tarjeta de visita para la dirección Por favor, comuniquenos cualquier duda o pregunta en cualquier momento. Asimismo, se agradecería si lleva a una persona de habla Inglés para tratamientos si es posible.

*Gracias*