

Het derde artikel
in een serie
over alternatieve
geneeswijzen

Mensen met gezondheidsklachten zoeken hun heil nogal eens buiten de grenzen van de reguliere westerse geneeskunde. Sceptici en andersoortige criticasters bekijken deze buiten-de-deurshoppers met argwaan en dedain, zeker wanneer die hun winkelgedrag motiveren met 'baat het niet, dan schaadt het niet'. Kort door de bocht - van alle partijen. Het devies? Eerst kennis opdoen, dan je mening geven. En, als je lichaam en geest overgeeft aan alternatieve therapie of therapeut, weten wat je koopt. Tuurlijk, het vergaren van informatie kost wat tijd en moeite. Over het algemeen gesproken dan, want onderstaande tekst heeft u in een paar minuten gelezen. En erna bent u mooi bijgepraat over: homeopathie.

Homeopathie



In de homeopathie geneest men het gelijke met het gelijkende. Wat dit betekent? Een middel dat bij een gezond mens klachten veroorzaakt, zal een zieke, geplaagd door precies die klachten, juist goed doen. Het woord homeopathie verwijst hiernaar. Het stamt uit het Grieks en staat voor gelijksoortig of overeenkomstig lijden. Geneeskundige handelingen gestoeld op genoemd gelijkheids- of similia-principe zijn terug te voeren naar het oude Egypte. Ook de Zwitserse arts, filosoof en gnosticus Paracelsus (1493-1541) was ermee bekend. Degene die het principe uitwerkte, was echter de Duitse Samuel Hahnemann (1755-1843). Deze in zijn tijd vooraanstaande arts is de grondlegger van de homeopathie. Uit onvrede met de geneeskunde van zijn tijd - het middel was vaak erger dan de kwaal - hief Hahnemann op een gegeven moment zijn artspraktijk op om zich bezig te gaan houden met medisch vertaalwerk. In een farmacopee trof hij een verhandeling over kinine aan. Deze stof geneest onder andere malaria. Volgens de verhandeling was dat te danken aan de bittere smaak. Een verklaring waarmee Hahnemann zich niet kon afvinden. Onderzoekend als hij was, nam hij zelf meermalen kinine in en na elke dosis ontwikkelde hij - een kerngezonde man - de voor malaria kenmerkende wisselkoorts. Een omgekeerde wereld, kun je zeggen, die zich op tal van manieren manifesteert. Brengt een doorgesneden ui een gezond mens 'aan het huilen', iemand die verkouden is heeft er baat bij. Nog een voorbeeld. Ijskoude handen houd je het liefst niet onder een warme kraan. Je ijsklompjes lijken even te ont-dooien, maar al snel zijn ze nog kouder dan voorheen. Een koude waterstraal daarentegen sorteert wel het gewenste effect.

Ook in onze tijd hebben wetenschappers aandacht voor het similia-principe. In 1997 rondde de vakgroep celbiologie van de Universiteit Utrecht een belangrijke fase af in een al zeven jaar durend onderzoek. Dierlijke cellen die door blootstelling aan warmte beschadigd waren, bleken sneller te herstellen na een hernieuwde, ditmaal wat gematigde, warmteblootstelling dan cellen die 'op eigen houtje' moesten herstellen. Hetzelfde gold voor dierlijke cellen die, beschadigd door blootstelling aan arsenicum of cadmium, nogmaals een gematigde dosis van de beschadigende stof kregen toegediend.

Materia medica

Het kinine-avontuur was voor Hahnemann aanleiding het testen uit te breiden. Hij wilde zoveel mogelijk geneesmiddelbeelden oftewel *materia medica* in kaart brengen. Dit zijn verzamelingen van symptomen of, anders gezegd, het zijn de unieke patronen van klachten die door afzonderlijke middelen genezen kunnen worden. Grote groepen gezonde mensen, woonachtig in verschillende regio's, namen een voor hen onbekend middel in en registreerden nauwgezet het resultaat. Hoewel Hahnemanns kennis op deze wijze groeide en hij ziekten met zijn ontdekkingen kon helpen - inmiddels had hij zijn praktijk weer opgestart - stuitte hij op het probleem van de beginverergering. In veel gevallen waren de toegepaste doseringen zo hoog dat de klachten 'piekten' voordat verbetering inzette. Hahnemann bracht de oorspronkelijke dosering terug en hoewel hij merkte dat ook een lage dosering een reactie tot gevolg had, ontstond er een nieuw probleem. Door verdunning verdween dan wel de beginverergering, maar tegelijkertijd



nam de geneeskracht af. Nu kwam Hahnemann op het idee om de oplossingen te schudden. Dit had een tweeledig effect: de beginverergering nam af en het middel won aan kracht. Waarom schudden - of slaan, zoals de homeopaat het noemt - dit effect had, was Hahnemann niet duidelijk.

Het verdunnen en slaan wordt gevangen in de term potentiëren. Hoe meer je een stof potentieert, zegt de homeopaat, hoe krachtiger de werking. In de homeopathie is de oer- of moedertinctuur, een geconcentreerd extract van

een werkzaam middel, de basis. Als je door tien keer krachtig slaan één deel van zo'n tinctuur vermengt met negen delen oplosmiddel, ontstaat er een potentie die met D1 wordt aangeduid. Herhaling van deze actie, nu met de D1-potentie als basis, resulteert in een D2-potentie. Op deze wijze verkrijgt de homeopaat steeds krachtiger middelen. Er bestaan ook C- en Lm- of Q-potenties. Hierbij gaat het respectievelijk om één op honderd oplossingen (verkregen door honderdmaal slaan) en één op vijftigduizend oplossingen (verkregen door eveneens honderdmaal slaan). Boven de

D24 staat de aanwezigheid van oertinctuur gelijk aan nul. De werkzame stof is dan geheel verdwenen. En toch, stelt de homeopaat, heeft een dergelijk middel een krachtige werking. Hij verklaart dit met een verwijzing naar Einsteins beroemde formule $E=mc^2$. Die behelst kortweg dat materie niets anders is dan verdichting van energie. Volgens de homeopaat wordt het energetisch patroon van de op te lossen stof tijdens het potentiëren versterkt overgedragen op de watermoleculen van het oplosmiddel; bij bereiding van een potentie wordt een dicht energieveld - de mate-

rie - omgezet in een lossere samenhang. De watermoleculen leggen als het ware het wezen van de materie vast in bepaalde configuratie. Dit wordt het geheugen van water genoemd. De Franse immunoloog Benveniste (1935-2004) deed onderzoek naar dit fenomeen. In het toonaangevende wetenschappelijke tijdschrift *Nature* deed hij verslag van zijn positieve bevindingen. Hoewel hij later door andere wetenschappers werd verguisd, bleef hij altijd achter de homeopathie en zijn onderzoeksresultaten staan.

Klinisch en complex

De verguizing van Benveniste staat niet op zich. In de wereld van de reguliere geneeskunde staat slechts een minderheid open voor de homeopatische vakbroeder of -zuster. Doorverwezen wordt er nauwelijks. De wildgroei van vakonbekwamen helpt daarin niet; een cursusje homeopathie hier of daar garandeert geen kwaliteit. Mensen die een homeopaat willen bezoeken, doen er daarom goed aan na te gaan of degene op wie zij hun oog hebben laten vallen, is aangesloten bij een beroepsvereniging voor homeopathie. Een van de grootste is de Nederlandse Vereniging voor Klassieke Homeopathie (NVKH). Alleen degene van wie de opleiding goed bevonden is, kan zich bij een beroepsvereniging aansluiten. Het gaat om vijf- of zesjarige opleidingen op hbo-niveau waartoe je alleen als student wordt toegelaten als je een geneeskundige achtergrond hebt of een medisch basisjaar hebt gevolgd.

De goed onderlegde homeopaat ziet zelf overigens zeker het belang van samenwerking met de reguliere geneeskunde. Lijkt een patiënt iets ernstigs onder de leden te hebben, dan moet

niet geschroomd worden hem of haar na te laten kijken door een huisarts of specialist. Andersom zou de reguliere opleiding studenten mogen wijzen op het nut van homeopathie door de jaren heen. Een voorbeeld. Tijdens de beruchte Spaanse griepvloed van 1918-1919 was het sterftecijfer van patiënten die behandeld werden door homeopathische artsen significant lager dan dat van patiënten die volgens reguliere inzichten behandeld werden.

De ontwikkeling van homeopathie staat niet stil. De Griekse homeopaat Vithoulkas (1932) wordt gezien als de hedendaagse opvolger van Hahnemann. Vithoulkas doceert aan zijn instituut in Athene klassieke homeopathie aan homeopaten uit alle windstreken. Voor zijn jarenlange werk ontving hij in 1996 de Right Livelihood Award, een prijs die bekendstaat als de alternatieve Nobelprijs.

Wie het heeft over homeopathie doelt gewoonlijk op klassieke homeopathie. De klassiek homeopaat kijkt naar het totaal aan klachten. Ook indien er sprake is van slechts één enkele klacht, zal de klassiek homeopaat 'breed' kijken. De factoren die een klacht vergezellen en verergeren of verbeteren, de zogenaamde modaliteiten, worden eveneens in aanmerking genomen. Het middel dat de klassiek homeopaat voorschrijft, is van toepassing op de specifieke klacht(en) en de bijbehorende modaliteiten: de oorzaak van de klachten wordt aangepakt. Anders is dit bij complex homeopathie. Hiertoe behoren homeopatische middelen die verkrijgbaar zijn in het zelfhulp-circuit. Dergelijke middelen zijn minder specifiek; ze werken op verschillende klachten tegelijkertijd en zijn als het ware meerdere-middelen-in-één. De klassieke homeopathie onderscheidt zich ook van klinische homeopathie.

Hierbij wordt, net als bij complexe homeopathie, de oorzaak van de klachten buiten beschouwing gelaten. De behandeling is puur klachtgericht. Daarin, zegt de homeopaat, lijkt klinische homeopathie op de reguliere geneeskunde. Met dien verstande uiteraard dat klinische homeopathie niet werkt met reguliere, maar met homeopatische middelen. Klinische homeopathie houdt zich bezig met afzonderlijke klachten. Die worden vaak na elkaar aangepakt. Eerst wordt bijvoorbeeld een middel gegeven tegen hoofdpijn en vervolgens een middel tegen eczeem.

De klassieke praktijk

Wat kunt u verwachten tijdens een bezoekje aan een klassiek homeopaat? Een voorbeeld uit de klassieke praktijk is de patiënt met een tenniselleboog. Hij of zij heeft er al tijden last van en niets helpt. De homeopaat wil weten wat de patiënt precies voelt en vraagt hem of haar de pijnen te beschrijven. Geeft beweging wel of geen verlichting? En wat gebeurt er als de patiënt de beweging langere tijd volhoudt; zwakken de pijnen af of nemen ze toe? De homeopaat vraagt ook naar concomiterende klachten. Dit zijn klachten die de hoofdklacht vergezellen. Iemand met een tenniselleboog kan bijvoorbeeld hoofdpijn hebben of extreem vermoeide ogen. De homeopaat wil nog meer weten. Is de patiënt warmelijk of juist kouwelijk; welke voedingsvoorkeuren heeft hij of zij; bestaat er een sterke aversie tegen bepaalde voedingsstoffen; heeft de patiënt uitgesproken karaktertrekken; hoe presenteert de patiënt zich, met andere woorden, hoe manifesteren de klachten zich? Langzaam maar zeker dringt de homeopaat door tot de oorzaak. Die kan uiteenlopen van een simpele overbelas-

ting van de elleboog tot een overvraagde geest (hetgeen zich uit op een zwakke plek elders in het lichaam) tot een aanleg voor reumatische klachten. Ten slotte gaat de homeopaat systematisch op zoek naar het juiste middel waarbij telt dat het klachtenpatroon overeenkomt met het geneesmiddelbeeld.

In de praktijk van de klassiek homeopaat passeert een heel scala aan aandoeningen de revue. Te denken valt aan RSI-klachten, allergieën, huidklachten, emotionele klachten (onverwerkt verdriet, fobieën, gedragsstoornissen) en spijsverteringsklachten. De homeopaat maakt bij behandeling onderscheid tussen chronische klachten en acute klachten. Bij chronische klachten is de directe

aanleiding niet meteen duidelijk. De homeopaat zal in deze gevallen meestal een constitutiebehandeling toepassen. Dit houdt in dat hij de patiënt volledig (fysiek, emotioneel en mentaal) onder de loep neemt. De patiënt krijgt een middel dat zijn of haar algehele toestand verbetert. Bij acute klachten kan de oorzaak sneller worden achterhaald. Gekeken wordt naar de totaliteit van de klacht. De homeopaat zal hier veelal een causale behandeling toepassen; het voorgeschreven middel heeft geen betrekking op de algehele toestand van de patiënt, maar op het gehele plaatje van de klacht. Heel grofweg kun je zeggen dat minerale middelen bedoeld zijn om de constitutie te verbeteren en dat plantenmiddelen lokaal worden aangewend. In de homeopathie gaat men uit van het zelfgenezend vermogen van de patiënt. Zowel voor de constitutiebehandeling als de acute behandeling geldt dat ze worden ingezet om dit zelfgenezend vermogen te stimuleren en te versterken. ■

Tekst: Marian Louwers, schrijfkamer.nl

Met veel dank aan Paul Stolmann, klassiek homeopaat te Asenray-Roermond, www.homeopathieroermond.nl