

Verhalen uit mijn praktijk:

Een paar verhalen uit mijn praktijk. Vaak klein leed. O zo vervelend en lastig Maar ook ernstige aandoeningen! En stuk voor stuk verhalen waar de stille kracht van de klassieke homeopathie uit blijkt.

Ynette Mulder de Ronde



Waterwratjes

De moeder die met haar zoontje op consult kwam, vertelde eigenlijk tussen neus en lippen door dat het jongere zusje zo'n last had van waterwratjes en of ik daar misschien ook wat aan kon doen.

Waterwratjes is een besmettelijke huidaandoening die vaak bij jonge kinderen voorkomt. Het zijn klein, gladde bultjes, gevuld met vocht. Ze kunnen zich overal op het lichaam bevinden, meestal in groepjes. Als ze kapot gaan kan het virus wat erin zit, zich razendsnel verspreiden. Dit kan bv. door een handdoek, kleding, aanraking, in het zwembad, direct contact dus. Kinderen kunnen door te spelen elkaar besmetten. En zeker binnen het gezin is besmetting heel gemakkelijk.

Hoe komt het eigenlijk dat er tegenwoordig zoveel waterwratjes voorkomen?

Het is een virale aandoening die nu veel meer voorkomt dan pakweg zo'n 20-25 jaar geleden. De laatste tientallen jaren zijn de vaccinaties in aantal toegenomen en ziet men, behalve de waterpokken, geen kinderziekten meer. Dat is niet altijd zo gunstig. Want door de kinderziekten door te maken, kon het lichaam zich ontdoen van erfelijke belasting. Ná zo'n kinderziekte zag je dat het kind ook een sprong in ontwikkeling maakte, en was het plotseling een stukje verder. Door de vaccinaties is dat vrijwel niet meer mogelijk en zie je een soort vervanging hiervan. Er zijn zogenaamde atypische ziekten, zoals de 5^e of 6^e ziekte, waterwratjes, en vele andere allergische

aandoeningen als een soort substituut. Terug naar de moeder die vroeg wat er aan te doen zou zijn. Ik vertelde haar dat het zeker ook een weerstandsprobleem was, en dat het in ieder geval goed was om hoge doses vitamine C te geven van minstens 1000 mg, het liefst in de vorm van ascorbatenpoeder (vraag evt. advies aan uw homeopaat). Bij het vervolgconsult van haar zoontje, vertelde moeder dat alle waterwratjes weg waren, en óók het eczeem op de handjes, waar ze niets over verteld had.....

Vuurwerk

Nu het einde van het jaar weer in zicht is, en het vuurwerk weer overal te koop is, en vooral....ook alvast wordt afgestoken, hebben onze huisdieren het niet gemakkelijk. Katten kun je nog wel binnenhouden, maar de hond zal toch uitgelaten moeten worden! Maar ook al zijn ze binnen, ze kunnen toch flink schrikken van een onverwachte knal. Daarom is het fijn om te weten dat je ook hierin met homeopathie kan helpen. Een korrel Nux vomica in het drinkwater kan het schrikkerige dier rustiger maken. Door het in het drinkwater te doen, en het dier drinkt daar gedurende de dag regelmatig uit, krijgt het steeds een klein beetje binnen. Dat kan al voldoende zijn om deze onrustige dagen, rustiger door te komen.

Waar zo'n klein korreltje al toe in staat is!



Koortslip

Veel mensen hebben er last van: een koortslip. Niet dat je er echt ziek van bent, maar het is wel een vervelend gevoel. Je lip gaat branden, en een paar dagen later ontstaat er een koortslip.

Wat is eigenlijk een koortslip?

Een koortslip is een virusinfectie van de huid op of vlak bij de lippen. Het begint met een branderig gevoel en jeuk. De huid zwelt op en vervolgens ontstaan er kleine blaasjes die na een paar dagen indrogen tot korstjes. Dit proces duurt zo'n 10 dagen. Het wordt veroorzaakt door een herpes virus, die zich vaak schuilhoudt in de zenuwbanen van de huid. Bij een verminderde weerstand kan hij toeslaan, en ontstaat er weer een koortslip. Zolang de infectie op de huid aanwezig is, is het ook zéér besmettelijk voor anderen.

En dát was ook precies de reden waarom een kraamverzorgster in de homeopathische praktijk kwam. Ze had steeds terugkerende koortslip infecties, waardoor ze geregeld niet kon werken. Want dat was erg besmettelijk, zéker voor baby's! En omdat de infecties steeds sneller terugkwamen, moest ze zich steeds vaker ziek melden. Dat werd erg vervelend en de huisarts kon er verder niets aan doen. Dus maakte ze een afspraak bij de homeopaat. In het eerste gesprek kwam naar voren dat de infecties nu elke maand voorkwamen, en soms wel 2x per maand! Dus werden er eerst medicijnen ingezet om die virale tendens te doorbreken. Zodra de koortslip opkwam, zou er een middel ingezet worden specifiek daarop. Het duurde niet lang, of

daar kwam hij: prikkelend en jeukend kondigde hij z'n komst aan! Aha!, dacht de kraamverzorgster, ik pak je aan met een speciaal homeopathisch middel voor jou. Binnen een paar dagen was hij weg, gewoon weg! Niks blaasje of pijn, hij vertrok met stille trom! Dat wekte grote verbazing. Wat fijn. Nu konden we weer verder gaan met de constitutiebehandeling, zodat het afweersysteem steeds sterker werd. Elke keer dat nu de koortslip weer opkwam, werd er weer dat specifieke middel ingezet tussendoor. Gelukkig werd de tijd die er tussen zat steeds langer.....en langer.....tot hij echt helemaal wegbleef. Wat zóveel jaren had geduurd, was nu binnen het jaar helemaal verdwenen. Dat is nu de stille kracht van de homeopathie!

Een rat die beet.

Het was wel een lieve rat...eigenlijk. Maar ook wel dominant, bij tijd en wijle. Met zijn broertje kon hij ook soms flink vechten. Maar dat hoort erbij. Dagelijks werden ze eruit gehaald om lekker rond te kunnen rennen. En ook geaaid worden is heerlijk. Maar ja, het zijn dieren en dus ook onberekenbaar. En zo kon het gebeuren dat tijdens het aaien hij toch plotseling toehapte! In het oog nog wel! Dat was flink schrikken, dit was nog nooit gebeurd. En het bloedde ook meteen als een rund. Daardoor was niet te zien waar de wond(jes) zich bevonden. Paniek! Direct maar naar het ziekenhuis. Daar werd op de acute opvang eerst alles uitgewassen. Het bleek dat er op het ooglid, ernaast én in het oogwit kleine wondjes zaten. Gelukkig was er geen vitaal

weefsel beschadigd. Een tetanusinfectie was ook niet nodig, want de laatste was nog geldig. Die was minder dan 10 jaar geleden nog gegeven.

Voor de zekerheid toch ook maar even de homeopaat gebeld.



Gelukkig waren er middelen in huis die in acute gevallen doeltreffend konden worden ingezet, o.a. een tinctuur die infecties voorkomt en de wond schoonhoudt. Binnen 1 week was

er totaal niets meer van te zien dat er rondom het oog wondjes waren geweest. En de rat? Die wordt naar alle waarschijnlijkheid gesteriliseerd.....daar schijnen ze een stuk rustiger van te worden.

Hooikoorts.

Wat een ramp kan het voor veel mensen zijn, dit seizoen van groei en bloei. Geteisterd daar uiteenlopende klachten van niezen, tranende ogen, jeuk in ogen, oren, neus of keel.....noem maar op. Het is voor veel mensen een jaarlijks terugkerende ellende. In plaats van lekker buiten zijn, zoeken ze de bescherming van binnenshuis. Genieten is er dan niet bij!

Dat gold ook voor die medewerker van de dierentuin. Zijn werk op dat moment was in de kinderboerderij, compleet met hooi en gras.....al die stoffen waar hij juist niet tegen kon! Hij blééf maar niezen en hoesten en proesten. Zijn collega's

zeiden tegen hem dat hij naar de huisarts moest gaan, maar daar had hij geen zin in. Al jaren was hij ervoor behandeld met zware prednisonkuren per injectie.....het had hem niets opgeleverd. Integendeel! Hij kreeg vele chronische klachten erbij. Zijn vrouw ging wel eens naar de homeopaat, en ook hun dochter kwam er regelmatig. Dus trok hij aan de bel, hij was wanhopig ervan.

Gelukkig kun je met homeopathie ook hierin veel goed doen, maar het neemt wel enige tijd. Eerst kun je de acute symptomen zo goed mogelijk behandelen met de daarvoor aangewezen

middelen. Het is wel zaak om even de vinger aan de pols te houden, want soms wisselen die symptomen snel en moet ook het voorschrift gewijzigd worden. Belangrijk is wel, dat als het rustiger wordt, je de gelegenheid te baat neemt om ook verder constitutioneel te behandelen. Dat betekent dat je in een consult alle dingen op een rijtje zet, om zodoende goed inzicht te krijgen wat er zich allemaal heeft voorgedaan in iemands leven en bijvoorbeeld welke medicijnen er allemaal al gegeven zijn. Dat vergt veel tijd en aandacht, maar het is zeker de moeite waard! Als het goed is, zal de patiënt langzaam maar zeker steeds sterker worden, zodat de hooikoortsklachten ook zullen verminderen, en later ook verdwijnen. Dat neemt wel tijd, het is niet zo één, twee drie over. Met de dierentuinmedewerker sprak ik af dat hij een aantal middelen frequent zou innemen, en aan het eind van de middag even zou bellen hoe het ging. Dat gebeurde ook: 's middags kon hij al melden dat het geweldig opgeknapt was, gelukkig!



Een plotselinge huiduitslag.

Het was al wat later op de avond, maar ik zat nog in de praktijk wat op de computer te werken (nou ja, mijn zoon probeerde me wat uit te leggen), toen de telefoon ging. “ Je neemt toch niet op, he?”, vroeg hij. Maar ja, dat deed ik wel, en dat was maar goed ook. Aan de telefoon meldde zich een moeder, die vertelde dat haar tienerdochter plotseling een hevige uitslag kreeg over haar hele lichaam, het gezicht, de rug. Het was rood in grote vlekken, iets verheven, en het jeukte heel erg! Het meisje had al 10 dagen een keelontsteking en sinds een week een antibioticakuur. De keelpijn was nog steeds niet over. Nu dacht de moeder dat dit een reactie op de antibiotica was.....en dat zou ook heel goed mogelijk kunnen zijn. Ik vroeg nog wat dingen na, en zei dat ze direct een middel kon komen halen. Dat mocht ze zo vaak gebruiken als nodig was, en zodra de klachten verbeterden, kon het geminderd worden. Naar alle waarschijnlijkheid was dit een netelroos reactie, een allergische reactie op de antibiotica in dit geval. Ze kreeg daarvoor Apis mee. Dat is een middel, gemaakt van de hele bij (inclusief de angel). Een gevaar van zo’n plotselinge overgevoeligheidsreactie, m.n. in het gezicht, is dat door de zwelling de luchtpijp afgesloten wordt. Dit wordt Quinkes oedeem genoemd. In de reguliere zorg wordt dan antihistaminica gegeven, maar dat kan soms even duren voordat het werkt. Apis daarentegen, frequent ingezet, kan heel snel

verlichting geven! Ik sprak af dat ze de volgende dag even zou bellen hoe het gaat, zo kunnen we vinger aan de pols houden en op tijd bijsturen als dat nodig is!

Examens.

Ha, het voorjaar is er weer! En als dan eindelijk het mooie weer eraan komt, is er de neiging om lekker veel buiten te zijn. Fietsen, wandelen, tuinieren, lezen.....of leren.....Leren? JA, ook dat is aan de orde, tenminste...als je in een examenklas zit, dan begint het nu te kriebelen: eigenlijk moet ik nog dit of dat vak nakijken, heb ik nou voldoende daar aan gewerkt...of zal ik de stof van dat lastige onderwerp van nog maar eens bestuderen..... maar ja, het is nu net zo lekker weer.....En zo kun je aarzelen tussen toch maar aan de studie of nog even fijn genieten van het mooie weer. Of behalve die aarzeling vanwege het mooie weer, kan het ook zo zijn dat je die dingen naar voren schuift, omdat er eigenlijk (faal)angst eraan ten gronde ligt. Dan ben je ook geneigd alles uit te stellen. En als dan eindelijk het moment daar is, kun je zo’n stress ontwikkelen dat je helemaal niets meer weet! Dan kun je helemaal geblokkeerd zijn! Vreselijk is dat. Al die moeite van het leren en de inspanning.....Maar ook de wetenschap dat je het eigenlijk allemaal wel weet, maar ja, produceer het dan ook nog maar eens goed op het juiste moment. Dat kan allemaal veel frustratie opleveren. En niet alleen bij jonge mensen op het middelbaar onderwijs, ook volwassenen kunnen er last van hebben.

Want eigenlijk gedurende het hele leven zullen er steeds van dat soort momenten zijn, al dan niet gekoppeld aan een opleiding of het halen van een diploma. Het begint al op de kleuterschool met het halen van het veterstrik diploma, tot het doen van een assessment voor een sollicitatie, telkens kun je dan weer geconfronteerd worden met spanning/examenvrees/faalangst.

Vlak van tevoren, en eventueel op het moment zelf, kun je heel goed gebruik maken van acuut werkende homeopathische middelen. Deze zullen je helpen om niet zo in de stress te schieten, dat je niets meer weet, je wordt er ook niet suf van maar blijft goed alert om alles te kunnen produceren van wat je weet. Ook in de drogisterijen worden allerlei middelen aangeprezen, echter: dat zijn wel middelen die algemeen zijn, dus niet toegespitst op iedere individuele persoon. Terwijl de een toch heel anders in elkaar zit dan de ander. Daarin onderscheidt zich dus een homeopathisch voorschrift: het is gebaseerd op elke afzonderlijke persoon. Nog beter is het om niet te wachten tot de examenvrees opkomt, maar van tevoren een afspraak te maken met een klassiek homeopaat die werkt met de ziekteclassificatie, zodat je over de hele linie zelfverzekerder wordt, en niet meer zo snel in een (faal)angst terecht komt. Een goed gekozen constitutiemiddel kan daar voor zorgen, met misschien nog een acuut middel achter de hand, voor op het moment zelf dat je presteren moet.

Een klein voorbeeld is van een moeder die tijdens de EHBO cursus met homeopathie, vroeg wat ze aan haar dochter kon geven die de volgende dag de citotoets moest maken. In de acute

doos zat ook een middel die daar heel goed voor gebruikt kon worden, dus kreeg ze aanwijzingen hoe dat te geven. De daarop volgende les vertelde ze dat het middel goed gewerkt had, het meisje was niet meer zenuwachtig geweest ten tijde van de toets, terwijl ze daarvoor er wel regelmatig last van had. Nog een paar weken later vertelde moeder dat ze een heel goede score had gehaald: maar een paar foutjes! En dat is heerlijk, dat geeft ook weer zelfvertrouwen.

Een zere pols.

Een moeder belde over haar dochter van 13 jaar: een paar maanden geleden had ze na het volleyballen plotseling last haar duim. Ze was niet gevallen, of had er een harde bal tegenaan gehad, of iets dergelijks. Ze kon het zich niet herinneren dat er *iets* was gebeurd. Het ongemak bleef aanhouden, en nu werd panfluit spelen ook al lastig en pijnlijk! De huisarts kon geen letsel vaststellen en deed er een verband om voor de stevigheid. Het moest maar gewoon zijn tijd hebben. Dat duurde toch wel een hele poos, en na verloop van tijd werd er een brace omgedaan. Volleyballen ging op een laag pitje.....

Op een dag, ze zat gewoon in de klas, verscheen er op de pols een flinke bobbel, die ook weer pijnlijk werd. Zomaar weer.....Moeder vroeg of ik er een homeopathisch middel voor wist. Ik schreef haar Arnica en Ruta voor, in afwisseling te gebruiken. Arnica op de pijn en de zwelling, Ruta helpt bij pijnlijk spieren en overbelasting. Omdat er misschien ook wel

een scheurtje in het bot zou kunnen zitten, kreeg ze er ook Calcium phosphoricum celzouttabletten bij.

Na 4 dagen vertelde moeder blij dat de pijn en de bobbel weg waren., de brace alleen voor de zekerheid om ging tijdens het sporten, en ze ook weer een vrolijk deuntje kon fluiten!



Borstontsteking.

Er belde een moeder naar de praktijk met de verheugende mededeling dat zij oma was geworden! Geweldig, en alles was goed! Heerlijk is dat als er een gezond, nieuw mensje de wereld kan begroeten. Toch had zij een vraag: of ik wat had voor de borstontsteking van haar dochter, die dus een paar dagen geleden bevallen was. Zelf (oma dus) had in het acute EHBO boekje voor de homeopathie, die ze had omdat ze vorig jaar een EHBO cursus voor homeopathie volgde, al het één en ander nagekeken. Maar toch wilde ze even overleggen over welk middel hier het beste kon worden toegepast. En dat is altijd goed, natuurlijk. Dat kun je beter doen, dan iets geven wat misschien niet helemaal past. Het maakt bovendien soms ook uit waardóór de borstontsteking is ontstaan: meestal is dat het geval omdat de baby de borst niet goed leegdrinkt. Algemene adviezen als goed de borst leeg laten drinken, extra aanleggen, beginnen met de aangedane borst, masseren, e.d. kunnen ook helpen. Vaak wordt vanuit het consultatiebureau of de verloskundige aangegeven om koude kompressen er op te leggen. Dit, om de ontsteking niet verder te laten uitbreiden. Toch vinden sommige vrouwen warmte erop fijner, en daar is ook niets mis mee! Want juist door de warmte wordt de bloedtoevoer verhoogd, zodat afvalstoffen ook snel kunnen worden afgevoerd. Het is dus heel persoonlijk wat iemand het prettigst vindt.

Terug naar de jonge moeder met de borstontsteking: zij kreeg een homeopathisch middel wat ze zo vaak mocht gebruiken als nodig was, totdat de pijn minder werd. Dan kon ze ook minderen met het middel. Door middel van het homeopathisch medicijn, wordt het lichaam zélf aangezet tot genezen, op een heel natuurlijke manier. Dan kan het de volgende dag al over zijn! En dat is heerlijk, zowel voor moeder als kind.

Netelroos.

De moeder belde met de vraag of ik iets kon doen voor haar zoontje van 6 jaar. Al 10 dagen lang had hij last van netelroos, en vooral 's nachts in bed werd door de warmte de jeuk erger, en kwam hij vaak zijn bed uit. Hij sliep daardoor slecht, en de ouders natuurlijk ook. Van de huisarts had hij al verschillende middelen gekregen, maar het hielp nog niets. En binnenkort zouden ze op vakantie gaan! Naar een warm land, terwijl hier de klachten door warmte al verergerden!

Tijdens de anamnese werden ook allerlei vragen gesteld over hoe het kind doet/reageert, kwamen heel wat dingen naar voren, waarvan je misschien in eerste instantie denkt: wat heeft dat er nu mee te maken? Toch zijn veel facetten belangrijk, zoals andere vormen van allergie, waar heeft het kind nog meer last van (gehad), hebben meer mensen in de familie allergische klachten.....Vooraf dat laatste is heel belangrijk, het geeft nl. aan welke tendens er gaande is, en daar hou je rekening mee in het

voorschrijven. Het bleek dat een zus van moeder ook regelmatig last had van netelroos. Verder kwam er o.a. eczeem en CERA voor in de familie.

Bij dit jongetje bleek dat hij al veelvuldig verkouden was geweest, regelmatig bronchitis en astma had gehad, compleet met pufjes. Omdat ik verder navroeg wat er nog meer was geweest, zei moeder dat hij ook last van voetwratten had gehad. Wat was daaraan gedaan, vroeg ik. Moeder vertelde dat die weggebrand waren, dezelfde dag, toen 's avonds die heftige netelroos uitbrak, en nu 10 dagen later nog steeds erg aanwezig was.

Hij kreeg 2 middelen mee, gebaseerd op de huidklachten en de voorgeschiedenis van de luchtwegklachten. Diezelfde avond waren alle klachten verdwenen! Wat een opluchting! Na de vakantie gingen we verder met de constitutie behandeling, en als toch nog eens netelroos optreedt.....heeft moeder altijd een middel in huis waarop hij heel snel en goed reageert. Zoals die keer toen juf belde dat hij plotseling zo'n last had van netelroos, nadat het lange tijd was weg geweest: hij werd in de loop van de ochtend opgehaald van school. maar kon diezelfde middag weer heen. En juf? Die vroeg zich af hoe dat zo snel kon!

Mazelen

Mazelen is een kinderziekte die je bijna niet meer tegenkomt doordat er in de peutersjaren tegen gevaccineerd wordt.

Na de besmetting duurt het acht tot tien dagen voordat de eerste verschijnselen zich voordoen: het kind wordt licht verkouden, een beetje verhoging, wat hoesten, gezwollen rooddoorlopen waterige ogen en lusteloosheid. Na een paar dagen daalt de koorts, maar de dag erna kan er hoge koorts en hoofdpijn ontstaan. Dan volgt de huiduitslag: rozerode vlekken, samenvloeiend, meestal beginnend achter de oren, uitbreidend over het gezicht. De ogen worden gevoelig voor licht. Er ontstaat een gezwollen gezicht en waterige en ontstoken slijmvliezen van



de mond en keel. Typisch voor de mazelen zijn de witte vlekjes/strepen op het wangslimvlies, die opkomen tegelijk met de uitslag. De uitslag verschijnt vervolgens op de romp, armen en benen en verdwijnt in enkele dagen, de koorts zakt dan.

In de reguliere geneeskunde behandelt men de symptomen met algemene middelen zoals: veel drinken, weinig vast voedsel, paracetamol. En complicaties met: antibiotica en evt. ziekenhuisopname.

In de homeopathie kent men verschillende middelen die ter ondersteuning en begeleiding van het ziekteproces ingezet

kunnen worden. Vitamine A en C tijdens mazelen kan complicaties verminderen. Rust en uitzieken met een liefdevolle verzorging is ook heel belangrijk!

Bij gezonde jonge kinderen zullen complicaties zich niet gauw voordoen. Na de leeftijd van 10 jaar is de kans daarop groter. Omdat er bij de mazelen sprake is van een immuunsuppressie (daling van de weerstand), is er een verhoogde vatbaarheid voor bacteriële infecties, zoals: longontsteking, middenoorontsteking, een strottenhoofdontsteking waardoor ademhalingsproblemen kunnen ontstaan (een vroege complicatie), koortsstuipen. Hersenontsteking, gekenmerkt door grote slaperigheid, bewusteloosheid of stuipen, nadat de koorts al gezakt is. 65% geneest in de regel restloos, soms zijn er restverschijnselen. Echter, onderliggende gezondheidsproblemen spelen daarin ook een rol.

Subacute Scleroserende Pan Encefalitis (SSPE). Dit is een langzaam verlopende aantasting van de hersenen, meestal met een fatale afloop, welke maanden, soms jaren na de mazelen kan ontstaan (5:1.000.000). Deze aandoening kan ook na vaccinatie ontstaan!

Complicaties doen zich voornamelijk voor ten gevolge van koortsonderdrukkende middelen!

Als je de plaats van de kinderziekten bekijkt, behoren die in het epidemische bloemblad. Het zijn (meestal) virale aandoeningen

die van buitenaf komen. Het doormaken van een kinderziekte geeft levenslange immuniteit, in tegenstelling tot een vaccinatie! Het virus bevindt zich *in* de cel, wat betekent dat het lichaam tot *in* de cel weer orde op zaken moet stellen. Gedurende dit proces wordt er heel wat erfelijke ballast overboord gegooid en komt het kind krachtiger en sterker uit de strijd. Het is dan veel weerbaarder en minder gevoelig voor andere infecties. Men spreekt ook meestal van een sprong in de ontwikkeling. Daarom is ook de constitutie er mee gemoeid.

Wist u dat.....

- Tussen 1915 en 1958 (dus ruim voor de massale vaccinatiecampagnes) de sterfte ten gevolge van mazelen in de USA en Engeland al met 95% was afgenomen en deze daling zich voortzette, maar dat er vanaf 1989 weer een stijging van het aantal mazelengevallen in de USA is te zien.....
- Dat het vroeger algemeen bekend was dat het kind een sprong maakte in zijn ontwikkeling na het doormaken van de mazelen. Ook kan een nefritis of een allergie genezen na de mazelen.
- Na de vaccinatiecampagnes er een verschuiving van de ziektes te zien is naar kinderen in hun eerste levensjaar (omdat gevaccineerde moeders onvoldoende afweerstoffen hebben) en naar jong volwassenen. Deze beide groepen hebben meer kans op complicaties.

- Mazelen doormaken de kans op degeneratieve aandoeningen (o.a. kanker) op latere leeftijd vermindert.....
- Slechts 27.5% van de gevaccineerden nog bescherming heeft voor mazelen acht jaar na vaccinatie.....

Het daarom goed is voor gevaccineerden om in contact te komen met het wilde virus om hun immuniteit op te frissen.....

Constante verkoudheid.

Er kwam een jongetje van 3 ½ jaar bij me op consult, met zijn moeder. Zij vertelde dat hij al vanaf zijn 4^e maand, drie van de vier weken per maand verkouden was. Altijd een vieze snottebellenneus, soms oorpijn, en het leek wel of hij ook niet goed hoorde, want zijn spraak/taal ontwikkeling verliep ook niet goed. Hij zag altijd bleek, met kringen onder zijn ogen, terwijl het toch een echt buitenkind was.

Omdat er medisch verder niets aan de hand was, of aan te tonen was (inmiddels waren de keelamandelen ook al geknipt), wilde ze het op een andere manier proberen, dus dmv klassieke homeopathie.

Tijdens het consult kwamen alle dingen aan bod, vanaf de zwangerschap tot aan nu. Het bleek dat zijn ontwikkeling niet helemaal synchroon liep met zijn leeftijd, maar of dat nu met de verkoudheden te maken had? Hij keek je niet echt aan, de spraak/taal ontwikkeling bleef stilstaan op z'n 2^e levensjaar, hij bleef brabbelen. Er is weinig concentratie, behalve met 1 bepaalde puzzel, en een gesprekje lukt ook niet echt.

We begonnen de behandeling met 2 middelen, gericht op de steeds terugkerende verkoudheden. Daarna zou de ontwikkeling aan bod komen.

Hij reageerde goed op die middelen, de verkoudheid verdween



als sneeuw voor de zon!

Nu konden we aan de ontwikkeling gaan werken, met de daarvoor geïndiceerde middelen, met het middel voor de verkoudheid zonodig op voorraad.

Dat ging goed, tot er zich weer een verkoudheid aandiende! Maar tot grote verbazing van moeder, zette deze zich niet voort. Dat was nog nooit gebeurd! Toch kwam er later nog een oorontsteking. De huisarts schreef antibiotica voor, maar moeder wilde toch eerst verder met de homeopathie. De oorontsteking brak door, vertelde moeder, en dat niet alleen....het was of er mentaal ook iets "doorbrak"! Hij werd opener, praatte meer, kon beter spelen, ging kleuren benoemen. De ontwikkeling gaat vooruit!

Het is heel goed mogelijk dat dit jongetje schade heeft opgelopen door de vaccinaties in zijn babytijd.....Maar voorlopig blijft de behandeling gericht op zijn ontwikkeling.

Rode vlekken

Er belt 's avonds een bezorgde moeder op. Na de zwemles zag ze dat Eline rode vlekjes had op haar lichaam. Nog niet echt zoveel, maar toch.....Ze werd wat hongerig en de oogjes stonden ook niet helemaal helder meer. Op mijn vraag of er alleen vlekjes waren of ook blaasjes, bevestigde moeder dat ze ook één of twee blaasjes had gezien. Dit was voor mij het bewijs dat de waterpokken zich hadden aangediend!

Waterpokken is op zich een onschuldige kinderziekte, die een kind heel goed door kan maken zonder complicaties. De incubatietijd (periode waarin het kind besmet is, maar nog niet de verschijnselen heeft), is twee tot drie weken. Daarna komen de vlekjes, blaasjes gevuld met vocht, en later met een korstje erop, alle drie gelijktijdig voor. En zolang is het kind ook besmettelijk voor anderen. Er kan kort koorts bestaan en alleen dan is bedrust nodig. Verder kan het kind eigenlijk gewoon zijn gang gaan, misschien in een wat minder hoog tempo. Dus lekker thuisblijven en worden vertroeteld, bijvoorbeeld.



Het virus van de waterpok is verwant aan het gordelroos virus, daarom is het goed doormaken van de waterpokken wel een voorwaarde. Anders kan het virus zich verstoppen in het lichaam en later weer tot uiting komen als bijvoorbeeld gordelroos. En dat is een zeer vervelende, pijnlijke aandoening. Met het doormaken van een kinderziekte verwerft een kind levenslange (!) immuniteit, maar

ontdoet het zich ook van een stukje erfelijke belasting. Zodat het kind zich zolang mogelijk in zijn eigen leven kan verweren tegen chronische ziekten. Ook zie je dat het kind echt een sprong in ontwikkeling heeft gemaakt erna, en ook vaak lichamelijk is het een stukje gegroeid.

Terug naar de moeder die belde voor advies. Een tip voor de jeuk was bijvoorbeeld maïzena als talkpoeder te gebruiken, lichte kost als voeding, voldoende drinken als er koorts is. Ook had ze enkele homeopathische eerste hulp middeltjes in huis, waar ze eventueel gebruik van kon maken. Zo ben ik er zeker van dat Eline over een poosje weer lekker en gezond kan spelen en haar zwemdiploma kan gaan halen. Mocht het nodig zijn, kan haar moeder altijd bellen.

Ovariumcyste.

Het komt nog best regelmatig voor: ovariumcysten. Lastig, en soms ook pijnlijk. Het kan de hele cyclus ook in de war gooien. De enige remedie in de reguliere gezondheidszorg is vaak: hormonen.

Ook bij een patiënte die bij de homeopaat kwam met deze klacht had er al een lange tijd last van. Ze werd eraan geopereerd, maar na een maand was er al weer één. Daarna stelde de gynaecoloog een spiraaltje voor. Dat leek een tijdje goed te gaan, maar na een poos deed er zich weer een cyste voor. Dan maar aan de

hormoonpillen, waarop de menstruatie helemaal wegbleef. Bovendien ging ze zich heel ellendig voelen, emotioneel en steeds vaker depressief! Zó depressief dat werken ook niet meer ging. Zo zat ze al snel in een neerwaartse spiraal. Ze herinnerde zich vroeger wel eens een homeopaat geraadpleegd te hebben, en wilde dat maar eens opnieuw proberen. In overleg met de gynaecoloog werden de hormonen gestopt, en de homeopathische middelen ingezet. Eerst moesten de bijwerkingen van de hormonen geneutraliseerd worden, en al dat goed gaat, kunnen middelen ingezet worden die ook specifiek op het vormen van cystes werken. Ook wordt er naar tal van andere dingen gevraagd, die bij iemand horen, zoals karaktereigenschappen, voedselvoorkeuren, slaapgewoonten, etc. Dat alles maakt dat er een specifiek middel wordt gezocht, wat bij die persoon past.

Een vrijgezellenfeestje met een naar staartje.

Wat een leuk en gezellig vrijgezellenfeestje moest worden, ontardde onbedoeld in een drama voor één van de deelnemers! Het begon onschuldig en met veel hilariteit: het aandoen van de ski's. Om er op te skiën is soms al lastig, maar om er op te lopen zonder sneeuw is helemaal moeilijk! Zo moeilijk, dat Nelleke viel. En niet gewoon vallen, nee, ook nog zó dat haar voet dubbelslaat in een rare en pijnlijke draaibeweging. Lopen op de ski's ging natuurlijk niet meer, en dat er meer aan de hand was, bleek ook al snel. De voet werd dik en blauw, en een gang naar de

dienstdoende huisarts moest worden gemaakt. Gebroken, stelde hij vast, en niet zo'n beetje ook. Eerst maar eens foto's maken, en ja hoor: de grote teen was op 2 plaatsen kapot, en er zaten nóg drie breuken in het midden van de voet. Dat werd gipsen en voorlopig rust.

Nelleke belde naar haar homeopaat om te vragen of er homeopathisch ook nog iets was om goed en het liefst zo snel mogelijk te genezen. Gelukkig kon ze direct beginnen met het middel Arnica, wat ze in huis had. Dat zorgt er voor dat de zwelling, bloeduitstorting en de pijn snel verdwijnen. Ze kreeg ook nog een homeopathisch middel mee voor een goede botvorming, evenals celzouten daarvoor. Die zorgen voor een goede en optimale aanvoer van de calcium, zodat de stofwisseling geactiveerd wordt en de calcium in voldoende mate kan worden opgenomen. Wat ook belangrijk is, is dat je voor zover het mogelijk is het aangedane ledemaat voorzichtig beweegt, eigenlijk tot je het hoort kraken. Ook dat stimuleert het lichaam om bot aan te maken! Met al deze goede maatregelen zal Nelleke weer snel (letterlijk!) op de been zijn.

Voetbal.

De vader (een buurman van 2 huizen verderop) kwam even langs: of ik misschien kon helpen? Want wat was het geval? Dochterlief had behoorlijk blauwe benen! Opgelopen met

voetbal.....het ging er nogal ruig aan toe.....En de Arnica zelf hielp niet zo héél veel, eigenlijk....Maar daar waren ze ook nog maar net 's middags mee begonnen, bleek even later. “Wanneer is dit gebeurd?”, vroeg ik. Dat bleek vorig weekend al geweest te zijn, en nu waren we al een week verder. De onderbenen zagen behoorlijk blauw en geel, en omdat ze er gewoon mee doorgelopen was (“ik had er toch niet zo'n last van”), waren de enkels en voeten toch wel erg dik van het vocht en de bloeduitstortingen.

Ze kreeg Arnica in druppelvorm, die ze regelmatig in moest nemen door elke keer een paar keer te schudden en dan eraan te ruiken. Te ruiken?? Opsnuiven dus?? Ja, leg ik uit, door aan het middel te ruiken, wordt het het snelst via de slijmvliezen opgenomen, en kan het lichaam aan de slag om zo vlug mogelijk de bloeduitstorting en het vocht weer op te nemen.

“Cool!”, zei ze, “dan doe ik morgen gewoon mee met sport: we gaan nl waterskien!”

Tja.....wat moet je daar nu op zeggen?? “Doen, kind, maar neem de Arnica mee!”.

Lastig gedrag.

Basisscholen worden regelmatig geconfronteerd met probleemkleuters. Ze zijn nog heel jong, maar slaan, duwen,

schelden, schoppen dat het een lieve lust is. Leerkrachten zitten met hun handen in het haar. Ze hebben geen tijd meer voor de andere kinderen in de klas. En doorverwijzing naar het speciaal onderwijs is niet zo gemakkelijk en kan jaren duren!

Een jeugdorganisatie en het speciaal onderwijs in Utrecht hebben de handen in elkaar geslagen om deze kleuters eerder te helpen. Dat behandelproject biedt hulp aan kleuters met gedragsproblemen. Uit de wijde omtrek komen kinderen hier naar toe. De essentie lijkt simpel: beloon gewenst gedrag en negeer ongewenst gedrag. Maar dat dat nog niet zó gemakkelijk was, liet de reportage duidelijk zien!

Ook de ouders moeten erbij betrokken worden, om een eenduidige aanpak te kunnen creëren.

Bij het bekijken van deze reportage vroeg ik me af, welke oorzaken hieraan ten grondslag konden liggen. Was het alleen de opvoeding, of zijn er andere factoren die



maken dat een kind zich zo moet manifesteren. Dat zal vast wel zo zijn.

Dit soort kinderen zie ik regelmatig in de praktijk. Vanuit homeopathisch oogpunt bekeken, is dan ook van belang na te gaan welke omstandigheden er zijn geweest in het leven van het kind. Heeft het nare, angstige, onveilige situaties meegemaakt. Is er een opname geweest in het ziekenhuis, of is er een andere verdrietige gebeurtenis geweest die de veilige wereld van het kind heeft bedreigd? Ook het verloop van de zwangerschap en de bevalling zijn van cruciaal belang. Hoe heeft moeder die beleefd, hoe waren de omstandigheden. Is de zwangerschap spontaan tot stand gekomen, of is er “kunst-en vliegwerk” aan te pas gekomen. De medicijnen die daarvoor gebruikt worden hebben ook invloed op het kind. Maar ook: de vaccinaties en hoe de reactie erop is geweest! Tegenwoordig wordt al op zéér jonge leeftijd frequent ingeënt, en dat heeft zeker z'n invloed op het immuunsysteem en op het gedrag. Wat betreft het immuunsysteem kun je dat zien aan veelvuldig voorkomende verkoudheden, allergieën, vroegtijdige diabetes, keel-neus-en oorproblemen, etc. Maar ook het gedrag kan erdoor beïnvloed worden en dat is iets wat veel mensen niet weten, of onderschatten.

Dit alles, en nog veel meer, komt in een homeopathisch consult aan de orde. Door een zo compleet mogelijk beeld te maken, kan er een goed bij het kind passend middel worden uitgezocht,

waarop er van binnenuit een verbetering kan gaan ontstaan. Dit komt iedereen ten goede, in de eerste plaats het kind, maar ook de ouders en de omgeving.

Borstontsteking.

Er belde een moeder naar de praktijk met de verheugende mededeling dat zij oma was geworden! Geweldig, en alles was goed! Heerlijk is dat als er een gezond, nieuw mensje de wereld kan begroeten. Toch had zij een vraag: of ik wat had voor de borstontsteking van haar dochter, die dus een paar dagen geleden bevallen was. Zelf (oma dus) had in het acute EHBO boekje voor de homeopathie, die ze had omdat ze vorig jaar een EHBO cursus voor homeopathie volgde, al het één en ander nagekeken. Maar toch wilde ze even overleggen over welk middel hier het beste kon worden toegepast. En dat is altijd goed, natuurlijk. Dat kun je beter doen, dan iets geven wat misschien niet helemaal past. Het maakt bovendien soms ook uit waardóór de borstontsteking is ontstaan: meestal is dat het geval omdat de baby de borst niet goed leegdrinkt. Algemene adviezen als goed de borst leeg laten drinken, extra aanleggen, beginnen met de aangedane borst, masseren, e.d. kunnen ook helpen. Vaak wordt vanuit het consultatiebureau of de verloskundige aangegeven om koude compressen erop te leggen. Dit, om de ontsteking niet verder te laten uitbreiden. Toch vinden sommige vrouwen warmte erop fijner, en daar is

ook niets mis mee! Want juist door de warmte wordt de bloedtoevoer verhoogd, zodat afvalstoffen ook snel kunnen worden afgevoerd. Het is dus heel persoonlijk wat iemand het prettigst vindt.

Terug naar de jonge moeder met de borstontsteking: zij kreeg een homeopathisch middel wat ze zo vaak mocht gebruiken als nodig was, totdat de pijn minder werd. Dan kon ze ook minderen met het middel. Door middel van het homeopathisch medicijn, wordt het lichaam zélf aangezet tot genezen, op een heel natuurlijke manier. Dan kan het de volgende dag al over zijn! En dat is heerlijk, zowel voor moeder als kind.

Wintersport

Heerlijk is het om op wintersport te gaan, zeker als hier in Nederland niet echt sprake is geweest van sneeuw/winterpret! Zo ook die twee vriendinnen in de bus, op weg naar Oostenrijk. Een van beiden zag er wel heel erg naar uit, nu ze net drie weken in de lappenmand had gezeten door een griep en een forse middenoorontsteking. De antibioticakuur was op de eerste lesdag ten einde.....Op de tweede dag voelde ze zich toch niet erg fit. Natuurlijk had dat ook te maken met de andere omgeving, het ongetraind zijn, (zelfs als je een "ervaren" skiër bent), de lange reis, en niet te vergeten de impact van een antibiotica kuur op een lichaam! De ontgifting moet dan nog plaatsvinden, dat

kost ook energie van het lichaam. En o wee.....merkte ze daar ook al de eerste symptomen van haar jaarlijks weerkerende hooikoorts? Kortom: de derde dag zag ze de les niet zitten, al ging ze wel mee in de bus naar het skigebied. Op een terras was het natuurlijk ook goed toeven, de zon scheen tenminste heerlijk.

Nu heb ik natuurlijk op elke reis/vakantie een doos met homeopathische (EHBO)middelen bij me. Dus vroeg ik haar of ze een middeltje van mij wilde hebben, zodat ze zo snel mogelijk weer op zou knappen. Zou dat echt helpen dan, vroeg ze zich af?? " Nou, probeer het gewoon, dan merk je het vanzelf wel", zei ik. "Als je niets doet, weet je zeker dat je je niet happy voelt vandaag." In de pauze skiede ik even naar haar toe, benieuwd naar haar bevindingen. Ze zat inmiddels heerlijk achter een Oostenrijks gerecht en vertelde dat binnen een uur de hoofdpijn weg was, de neus al niet meer verstopt zat, en ze zich al duidelijk beter ging voelen.....morgen gewoon weer mee met de les, hoor! En de rest van de week? Nou, gewoon de lessen gevolgd, en ja.....die hooikoorts.....het leek wel of die zich weer terugtrok. Gek, he? Nou nee, het was wel wat ik er van verwachtte, maar het is des te leuker als iemand dat zelf ook vol verbazing vaststelt. Het middel mocht ze houden. Het kan ingezet worden als deze verschijnselen zich nog eens voordoen. En mocht het niet meer voldoende zijn: dan gewoon even de homeopaat bellen!

Wintersport 2

Tja, de meeste mensen gaan ongetraind op wintersport, hooguit doe je wat oefeningen van te voren.....Dus wordt er ten tijde van die beoefening van sport heel wat gevergd van onze spieren en/of gewrichten. En dat is te merken na een dag of wat! Oei....uit bed komen gaat moeizaam, en die trap.....zijn die treden altijd zo hoog?? Maar eenmaal op gang gekomen lukt het wel weer. Als je dan eindelijk op de piste staat, heb je het idee al een hele slag geleverd te hebben. Of als je tijdens de lessen moet wachten op elkaar in een voor jou lastige houding...dan ga je die spieren weer voelen. Handig is dan om altijd een flesje van het een of ander homeopathisch EHBO middeltje bij je te hebben: je kunt dan regelmatig die symptomen snel verhelpen. Te denken valt aan Arnica of Ruta. Simpele middeltjes met een groots effect! De vraag ernaar werd in de loop van de week steeds hoger.....en het idee om een EHBO cursus te volgen met homeopathie ook! Het is handig om zelf in een handomdraai die lastige symptomen te kunnen verhelpen!

Coxitis fugax

Eigenlijk belde moeder voor haar jongste zoontje, maar terloops kwam ook naar voren dat de oudste plotseling zo'n last had van zijn been/heup. Het viel haar op dat hij het aangedane been naar binnen slingerde, niet meer wou lopen omdat het zo'n pijn deed.

Het was echt geen aanstellerij, want ook op school liet hij zich niet verleiden tot lopen, rennen en wat dies meer zij. Ook de trap oplopen ging niet meer. Ze had besloten toch maar langs de huisarts te gaan. Tenslotte was ze zelf als fysiotherapeut niet onbekend met verschillende gewrichtsaandoeningen, en dit leek er wel veel op!

De huisarts bekeek het en bevestigde haar vermoeden: dit was een gewrichtsontsteking. Echter, niet zoals bij volwassenen (een vorm van) reuma (artritis), maar een virale infectie waarbij het heupgewricht was aangedaan. Een soort irritatie. Het gaat niet gepaard met ziek zijn of koorts, er is geen ontsteking vast te stellen in het bloed en op evt. röntgenfoto's worden geen afwijkingen gevonden, maar het lopen doet wel veel pijn. Meestal gaat het vanzelf wel over, en moet er een tijdje rust worden gehouden.

Nou ja, een verder levendig kind wat rust moet houden.....dat kan soms veel gevraagd zijn!

“Heb jij niet wat?”, vroeg ze daarom. Ik ken het jongetje van eerdere behandelingen, en kon dus snel een plannetje maken om met homeopathische middelen te ondersteunen.

Hij kreeg van mij 3 middelen, een op de erfelijke belasting, en twee op het feit dat er een ontsteking gaande was. Het mocht frequent worden ingenomen als dat nodig was, en als het weer opknapte kon het geminderd worden.

De volgende avond belde de moeder op: “ik wil je even vertellen dat het super gaat met Wim! Hij is al helemaal pijnvrij en hij rent en speelt dat het een lieve lust is! Ik geloof mijn eigen ogen niet. 't Is dat ik het zelf gezien heb, gisteren, en de huisarts het bevestigde, anders zou je denken dat ik het maar verzonnen heb”.

Ongelooflijk....zo snel kan homeopathie werken! Ik sta er soms zelf ook weer versteld van. Heerlijk!

Oorontsteking.

In de praktijk is het een veel voorkomende klacht: oorontstekingen bij kinderen. Er zijn kinderen die er wel heel gevoelig voor zijn! Om de haverklap kan er zich een ontsteking voordoen, en dat is uiteraard zeer vervelend voor het betrokken kind.. Maar ook kunnen de herhaaldelijke ontstekingen voor schade zorgen aan het gehoor. In de reguliere gezondheidszorg wordt er dan antibiotica in gezet om de ontsteking tot staan te brengen. Echter: aan de tendens tot het vormen van oorontstekingen wordt op die manier niets gedaan. Die gevoeligheid ligt in het kind zelf besloten en kan soms bij het minst geringste optreden. En dat is bijzonder vervelend.

Gelukkig kunnen we met behulp van homeopathie hier veel mee! Allereerst zijn er acute geneesmiddelen die we kunnen inzetten zodra zo'n oorontsteking zich voordoet. Daarbij is het van belang

te weten van de moeder hoe zich dat voordoet: is er een kwakkelige aanlooptijd of werd het kind plotseling ziek met hoge koorts. Is het blootgesteld geweest aan koude noordoosten wind, of kwam het door het zwemmen? Is het kind hongerig of juist grillig? Mede aan de hand daarvan kan de homeopaat een acuut snel werkend middel inzetten. Als dan de ontsteking voorbij is, en alles weer in rustig vaarwater, kan de behandeling zich richten op de constitutie, dat betekent dus o.a op de



gevoeligheid van het krijgen van bijvoorbeeld steeds een oorontsteking. Daarmee breng je weer zoveel mogelijk balans in

het lichaam, zodat zich dat niet steeds weer voordoet bij het minste geringste incident.

Heel handig is ook om een acute doos in huis te hebben, en bijvoorbeeld een EHBO cursus gevolgd te hebben, waarin deze en nog veel meer acute dingen die zich met enige regelmaat voordoen in bijna wel elk gezin. Zo kun je als je op vakantie bent, zelf direct een middel inzetten wanneer dat nodig is, en zodoende nare gevolgen direct een halt toeroepen.

Dit soort cursussen worden regelmatig gegeven in verschillende praktijken, kijk daarvoor op de site: www.klassiekehomeopathie.nl, of vraag ernaar bij uw homeopaat.

Enkele veel voorkomende middelen bij oorontsteking.

Aconitum

Plotselinge hoge koorts, 's avonds of 's nachts, vaak na blootstelling aan koude noordoosten wind. Kind is rusteloos en angstig. Soms met 1 rode en 1 bleke wang, wat weer verdwijnt bij het gaan zitten.

Belladonna

Net als bij Aconitum ook plotselinge hoge koorts, meestal na 3 uur 's middags. Bijvoorbeeld bij het uit bed halen na een middagslaapje, of zomaar als vanuit het niets. Onrust, ijlen. Rode wangen en koude handen en voeten.

Pulsatilla

Gevoelige, huilerige kinderen, graag op schoot. Oorpijn verergert 's avonds en 's nachts, met roodheid en zwelling. Eventuele afscheiding uit het oor is geelgroen. Klachten verergeren in warmte en verbeteren in frisse lucht.

Een doof been na een nieuwe heup.

Een al wat oudere vrouw moest voor een operatie. Er zou een nieuwe heup worden ingezet. Jaren geleden was dat ook al gebeurd aan de ene kant, nu moest ook de andere kant er aan geloven. Er werd afgesproken dat de verdoving plaats zou vinden via een ruggeprik. Dat was best eng eigenlijk.....als ze het maar goed deden.

Op het moment dat de ruggeprik plaatsvindt, wordt er eerst nauwkeurig gekeken en gevoeld waar de naald naar binnen moet gaan, om vervolgens de verdoving in te kunnen spuiten. Toen de prik er werkelijk inging, voelde mevrouw een felle, diepe scheut, vanuit het ruggemerg, naar het linkerscheenbeen. Ai!! Snel werd de naald iets teruggehaald, om daarna op een iets andere plek de verdoving in te spuiten. Gelukkig, dat ging goed.

Na de operatie moest ze weer opnieuw leren lopen en allerlei oefeningen doen. Dat ging best goed, maar 1 ding was toch wel vervelend: nog steeds had ze een doof gevoel aan haar scheenbeen. Als de huid werd aangeraakt, kon ze dat niet voelen,

terwijl ze zag dat het wel gebeurde. Vreemd. Toch maar eens vragen aan de arts. Die zei, dat dat wel vaker voorkwam, en dat het zich heel langzaam zou herstellen, het kon soms wel 1 jaar duren.

Dat was niet zo leuk, vond ze, kon niemand daar iets aan doen? Aan de homeopaat vragen dan maar. Gelukkig, die had wel een idee. Twee middelen kwamen ervoor in aanmerking, Hypericum en Ledum. Die mocht ze inzetten, elk een paar keer per dag, en ja hoor....de doofheid werd geleidelijk aan steeds minder! De fysiotherapeut was verbaasd dat die doofheid al zo snel weer wegtrok. Ook hij zag vaak in de praktijk dat dat wel heel lang kon duren.

Ook krijgt deze mevrouw andere homeopathische middelen die haar helpen het hele proces zo goed mogelijk te laten verlopen. Er zit weer voldoende schot in de zaak. Nog een poosje flink door oefenen, dan loopt ze hopelijk straks weer als een kievit.

Slaapproblemen door EK voetbal.

Eigenlijk was hij niet zo'n hele erge voetballiefhebber, Johan, maar toen Nederland moest spelen die eerste avond wilde hij toch wel die wedstrijd zien. Want ja, stel dat Oranje won.....dat zou toch wel leuk zijn. En ja hoor, die eerste wedstrijd won Oranje glorieus! Feest! Dan ook maar de tweede wedstrijd volgen.....dan wil je toch ook weten hoe het verder gaat,

nietwaar? En o jongens...weer gewonnen! Hoewel geen voetballiefhebber, zoals hij zelf zei, dit was toch geweldig! Johan volgde dus ook alle nabesprekingen, tot in de late uurtjes. Gek, hij ging het steeds leuker vinden. Maar wat niet zo leuk was, was dat hij daarna niet meer slapen kon. In zijn hoofd hoorde hij nog steeds die gesprekken, meningen, oordelen, zag hij steeds weer stukjes van de gemaakte doelpunten. Tjonge, dit werd vervelend. Morgen moest hij weer gewoon aan het werk, en wilde hij toch uitgerust zijn. Zo ging dat niet lukken. Wat nu te doen? Een glaasje warme melk? Kan, maar eigenlijk houdt hij daar niet zo van. Wat dan? O, wacht eens even.....laatst tijdens de EHBO cursus met homeopathie, kwam ook ter sprake welk middel paste bij slapeloosheid ten gevolge van allerlei gedachten! Dat hij daar niet eerder aan dacht! Gauw naar beneden, een korreltje



Coffea in de mond, en weer terug in bed. Zijn vrouw merkte er niets van, die was allang in dromenland. En werkelijk: al snel voelde hij zich wegzakken.....en viel in slaap. Wat een heerlijk hulpmiddel is dan de homeopathie.

Is dat geschikt voor elke vorm van slapeloosheid? Nee, je moet wel onderscheid maken waardoor je niet in slaap kunt komen. Als het chronisch wordt, is het zaak om verder te kijken. Bij een klassiek homeopaat wordt er dan gevraagd bijvoorbeeld sinds wanneer dat is. Of er omstandigheden waren of dingen gebeurd, waardoor zich dat zo heeft kunnen ontwikkelen. Dan is het ook geen EHBO meer, maar is de behandeling gericht op de constitutie of de leefomstandigheden waarin de klachten zijn ontstaan. Dan wordt er ook uitgebreid ingegaan op de klacht om zo een duidelijk beeld te kunnen krijgen.

Hartkloppingen

Velen zullen het wel herkennen: hartkloppingen, een gejaagd gevoel van binnen. Geen prettig gevoel, ook omdat je er op dat moment zelf niet veel aan kunt doen. Het gebeurt gewoon buiten je eigen wil om. De oorzaak van hartkloppingen is niet zo goed bekend. Het voelen kloppen van het eigen hart kan op een hartaandoening berusten, maar het kan ook het gevolg zijn van emoties, zoals angst, boosheid of schrik.

Dat was ook het geval van een jonge vrouw die vertelde last te hebben van hartkloppingen, een gevoel alsof het bloed door de aderen joeg. Heel vervelend. Ze had wel het idee dat het zou kunnen komen van de emoties van de afgelopen tijd, waarin haar schoonmoeder was overleden. Voor haar gevoel was alles daaromtrent goed verlopen, dus zei ze dat ze niet snapte hoe dat nou kon komen, dat ze zo plotseling toch last er van had. “ Het voelt,” zei ze, “alsof je ergens heel erg van geschrokken bent, dan kan je hart ook zo tekeer gaan”. Op deze beknopte informatie heb ik een acuut middel gekozen wat ze kon nemen uit de EHBO doos voor homeopathie die ze in huis had. De volgende dag vertelde ze dat het middel binnen vijf minuten hielp, en dat het nu bijna helemaal over was! Ze wist nu ook te vertellen waar het vandaan kwam: elke ochtend zong er een vogel heel vroeg dicht bij haar raam. Maar dit vogeltje had wel een rare triller: het leek net op de ringtone van een mobieltje! En dat was waar ze dan van wakker schrok en in haar onderbewustzijn dacht: “ hoor ik de telefoon, is er wat”? Daar paste dus precies het middel op wat ze ingenomen had: Aconitum: hartkloppingen van schrik! Wat is homeopathie dan een geweldige methode, als je met soms zo weinig aanwijzingen precies in de roos schiet!

Ogentroost voor de verveelde reiziger.....

Deze aanhef stond inde krant, boven een artikel waarin het ging om kunstobjecten waar mensen naar konden kijken als ze lang moeten wachten op Schiphol. Na alle voorbereidingen kunnen ze na de pascontrole de stress van zich af laten glijden, door in alle rust de kunst te bekijken.

Dat deed me denken aan het homeopathische middel ogentroost.

Ook in de homeopathie maken we geregeld gebruik van “ogentroost”, oftewel “Euphrasia officinalis”. Dit kan zijn in tinctuur of in korreltjes. Het middel wordt vervaardigd van deze plant, die een opvallende affiniteit heeft met de ogen. Ook in de kruidengeneeskunde wordt hier gebruik van gemaakt.

Wanneer kan het dan gebruikt worden? Voor een aantal aandoeningen, zoals: hooikoorts, verkoudheid, mazelen, oogontsteking. De klachten gaan gepaard met een overdadige bijtende tranenvloed (roodheid onder de ogen), knippen, jeuk. De afscheiding uit de neus daarentegen is niet bijtend. De verkoudheid kan gepaard gaan met een barstende hoofdpijn en afdalen naar het strottenhoofd, geeft dan een harde hoest met overdadig, makkelijk op te geven slijm in het strottenhoofd. De hoest is overdag erger, 's nachts en liggend minder.

Ook bij oogontstekingen is het een doeltreffend middel. De ogen voelen droog en brandend aan alsof er zand in zit, de oogleden zijn rood en gezwollen, hevig knippen en een gevoeligheid

voor licht. Ook bij hooikoorts kunnen deze symptomen aanwezig zijn, en dan geeft Euphrasia snel verlichting.

Hoe kan het gebruikt worden? De tinctuur kan als een compres op een watje op de oogleden gelegd worden. Dit verzacht de zwelling en de jeuk. Ook kun je daarmee het oog uitwassen bij een ontsteking, bv. Of in korrelvorm te gebruiken zoals op de verpakking staat aangegeven. Dit is te verkrijgen bij de drogist of apotheek. Het meest doeltreffend echter is een homeopathische potentie van C30 of hoger. Dat is alleen verkrijgbaar bij een geregistreerd homeopaat. Die sterkte zit ook in de acute EHBO doos, en de toepassing ervan (en van vele andere huis-tuin-en-keuken incidenten) worden in een homeopathische EHBO cursus uitgebreid besproken. Kijk voor informatie hierover op de site:www.klassiekehomeopathie.nl.

van dit probleem, maar gebruiken wel steeds vaker spaarlampen. Dat kan in de nabije toekomst grote milieurisico's hebben, zegt LightRec, de organisaties van lampenrecyclaars. Bovendien is kwikvergiftiging gevaarlijk voor mens en dier. Hersenen, het zenuwstelsel, lever en nieren kunnen beschadigd worden door blootstelling aan kwik.

Inderdaad.....dit kan grote problemen opleveren. En heel goed dat daar aandacht aan wordt besteed! Maar dat brengt mij wel op een andere gedachte, nl die van vaccinaties. Het is weer oktober, en zoals te verwachten worden er weer reclamecampagnes opgezet om de griepvaccinatie te promoten. Maar wist u wel dat er in die vaccinaties een keur van dergelijke schadelijke stoffen zitten? Niet alleen het griepvaccin zelf, maar met name de hulpstoffen (o.a formaldehyde, aluminiumfosfaat, 2-fenoxyethanol (onderdeel van antivriestoffen!), mononatriumglutamaat (MSG, ofwel Ve-tsin),er in zijn allemaal van dat kaliber als de kwik in de spaarlamp. Erger nog.....ze worden gewoon ingespoten in de mens. Dat betekent een directe invoer in de bloedbaan! Als er milieurisico's zijn van spaarlampen, dan toch zeker milieurisico's in ons immuunsysteem, ten gevolge van vaccinaties. Als ingeademde kwikdampen al zulke ellende kan veroorzaken, dan toch zeker als we dat soort stoffen rechtstreeks inspuiten in ons lichaam.

Ik ben er voor om spaarlampen op een goede manier in te zamelen, maar ik ben er nog meer voor om ons immuunsysteem

zo gezond mogelijk te houden! Dus voor mij geen griepvaccinaties, gewoon goed gezond eten, voldoende rust en ontspanning. En als je dan toch eens ziek wordt? Dat is nog geen (milieu)ramp, gewoon lekker uitzielen.

Griep

Griep is een virusinfectie die koorts, een loopneus, hoesten, hoofdpijn, een ziek gevoel (algehele malaise) en ontsteking van de binnenkant van de neus en de luchtwegen veroorzaakt. Soms



ook bestaan de verschijnselen uit spierpijn of pijnlijke botten.

Het virus wordt verspreid door inademing van besmette druppeltjes die een patiënt door hoesten of niezen heeft verspreid, of door direct contact met de afscheidingsproducten van een patiënt. Hoewel de griep voor iedereen hinderlijk is, voelen de meeste gezonde mensen zich na zeven tot tien dagen weer beter. Er zijn verschillende griepvirusstammen, en mensen die voor het eerst met een nieuwe stam te maken krijgen, kunnen er ziek van worden. De laatste grote griepepidemie was in 1918, waarbij veel mensen zijn overleden. Inmiddels is de weerstand tegen verschillende griepsoorten gegroeid, en, ook niet onbelangrijk: de algemene weerstand is door goede voeding en behuizing zodanig, dat de griep niet meer zo dramatisch verloopt.

De belangrijkste behandeling bij griep is het bed houden of voldoende rust nemen, voldoende te drinken en het vermijden van zware inspanning, het liefst zodra de symptomen beginnen tot 24 tot 48 uur nadat de lichaamstemperatuur weer is teruggekeerd naar normaal. In principe is koorts niet erg, daarmee zorgt het lichaam er voor, dat virussen /bacteriën niet verder kunnen groeien. Zij gedijen niet in een temperatuur van 38 graden of meer. Dus met medicijnen de koorts bestrijden is niet aan te raden. Als dat middel uitgewerkt is, zal het lichaam als het ware een inhaalslag moeten maken om zich alsnog te

ontdoen van die indringers. Dat betekent dat de temperatuur weer zal oplopen. Zo hou je de griep langer in stand.

Het griepvirus muteert regelmatig. De antistoffen die het lichaam het ene jaar aanmaakt, herkennen niet automatisch het virus van het jaar daarop. Hierdoor kan het griepvirus ons ieder jaar opnieuw verrassen en kun je elk jaar opnieuw de griep krijgen. Dat kan natuurlijk alleen als je weerstand niet hoog genoeg is.

De Wereld Gezondheids Organisatie (WHO) onderzoekt elk jaar welke virusstammen naar alle waarschijnlijkheid in het komende jaar gaan heersen. Aan de hand van die gegevens maken de fabrikanten elk jaar een nieuw vaccin met daarin de bestanddelen van, meestal drie, van die virusstammen. Hiervoor maakt men gebruik van bestanddelen van gedode virussen. De theorie is dat het lichaam, na inspuiting van het vaccin, antistoffen aanmaakt, zodat, wanneer men later in aanraking komt met een griepvirus, het lichaam reageert met antistoffen. Echter, waar men niet aan denkt, is, dat het vaccin ook vele hulpstoffen (o.a. kwik, aluminiumfosfaat, dierlijk eiwit, antibiotica) bevat. Deze zijn allemaal giftig, zelfs in de kleinste hoeveelheid zijn ze schadelijk voor het lichaam. Er is geen minimale aanvaardbare dosis die onschadelijk is voor het lichaam. Ook de manier waarop men ermee in aanraking komt verschilt wezenlijk van de natuurlijke besmetting. Via de natuurlijke weg (luchtwegen), komt het lichaam in actie door o.a.

de tonsillen aan het werk te zetten, en daarna de lymfeklieren. Bij een vaccinatie gaat men aan dat systeem voorbij, en wordt alles direct in het bloed opgenomen, waardoor er verwarring in het lichaam ontstaat over de aan te maken stoffen!

Op lange termijn kunnen herhaalde vaccinaties ook debet zijn aan het ontstaan van o.a. auto-immuunziekten als M.S, diabetes, kanker.

Dus vaccinaties om een griep te voorkomen zijn zeker niet aan te raden.

Wat kunnen we zelf doen aan het *voorkomen* van griep? Nog altijd gedijt de mens het best bij de drie 'R's: rust, reinheid en regelmaat! Gezonde voeding, voldoende vitamine C en voldoende beweging en buitenlucht zijn onontbeerlijk. Maar ook op het mentaal/emotionele gebied is het belangrijk dat er een balans is. Immers, ook omgevingsfactoren hebben invloed op de gezondheid. Wie gestresst is, is eerder vatbaar voor bv. griep, maar ook verdriet kan de constitutie ondermijnen.

Een goede emotionele balans is dus net zo belangrijk als goede voeding. En op zijn tijd een heerlijke lachbui is ook heel gezond!

Klachten na inenting

In Nederland worden alle kinderen volgens een bepaald schema ingeënt om ze te beschermen tegen ernstige ziektes als difterie, kinkhoest, tetanus en polio. Soms echter ontstaan door de inenting klachten die het kind jaren kunnen belasten.

Er zijn organisaties die de voor- en nadelen van het inenten belichten en daarmee ouders voorlichting geven over dit onderwerp. De bescherming die inenting ons kunnen bieden in boven genoemde ziekten is natuurlijk heel positief. Toch is het goed ons te realiseren dat er ook kinderen zijn die aan deze inenting klachten overhouden. Die kunnen variëren van baby's die altijd maar huilen, jonge kinderen die steeds oor-, blaas- of keel ontstekingen hebben tot jongeren die om onverklaarbare redenen depressief zijn. Er wordt nog volop onderzoek verricht naar reacties op entingen. Zo wordt bijvoorbeeld de BMR-enting, die 20 jaar geleden werd ingevoerd, ervan verdacht vormen van autisme te veroorzaken. Inmiddels is in Amerika gebleken dat deze relatie er wel degelijk ligt. Veel ouders leggen nu een claim bij de regering voor de gevolgen van deze inenting.

Als baby's na een goede start opeens allerlei klachten krijgen en/of erg gereageerd hebben op de inenting, moeten we ons afvragen of de klachten misschien door de inenting zijn ontstaan.

De homeopathie biedt de mogelijkheid deze negatieve gevolgen van de entingen te 'ontstoren' o.a.

door het innemen van een middel gemaakt van het ingespoten vaccin. Of het geven van een middel wat past bij iemand op dat moment. Vaak zie je kinderen, zelfs na jaren, hiervan enorm opknappen. Ook kunnen we vóór de enting een homeopathisch middel voorschrijven waardoor de negatieve effecten zoveel mogelijk voorkomen worden. Het geven van hoge doses vitamine C is ook raadzaam, rondom de vaccinatie.

Voor meer informatie/vragen kunt u altijd terecht bij de NVKP, site: www.nvkp.nl.

Ook voor eventuele schademeldingsformulieren kunt u daar terecht.

Een jongetje met buikpijn.

Verlegen kwam hij binnen, een jongetje van 8jaar, met zijn moeder. De reden waarom hij kwam wilde hij liever niet zelf vertellen, maar liet dat over aan zijn moeder. Zij gaf aan dat Pieter veel klaagde over buikpijn, vooral als hij naar school moest. Hij wees dan rondom zijn navel aan waar de pijn zat. En hij wist niet goed waar het van kwam. De ene dag was het ook erger dan de andere. Moeder was alles al eens nagegaan: lag het aan het eten, of te veel snoepen, of te laat gegeten...ze wist het niet. Er leek geen verband te bestaan tussen het eten en de

buikpijn. In het weekend was er meestal niet zoveel aan de hand. Dan had hij toch ook wel dingen als voetbal, maar dan waren er minder klachten. Ook was hij dan vrolijker.....

Moeder dacht dat het te maken kon hebben met school: hij ging niet met veel plezier.

Ook met juf had ze er al eens over gesproken, en het was juf wel opgevallen dat hij erg stil was in de klas. Hij durfde ook niet goed een antwoord te geven als er wat gevraagd werd, terwijl juf er van overtuigd was dat hij wel het antwoord zou weten!

Het gebeurt heel vaak dat kinderen buikpijn aangeven als ze geen raad met iets weten of het niet kunnen benoemen. Als je dan vraagt *waar* de buikpijn zit, wijzen ze meestal rondom hun



navel aan.

Als er zich zoiets voordoet is het belangrijk te weten hoe de omgeving van het kind er uit ziet. Dus de gezinssamenstelling, maar ook de leefomgeving van het kind is belangrijk, zoals school en vriendjes. En natuurlijk hoe het kind in elkaar zit wat betreft karakter, hoe het reageert op de dingen om hem heen.

Een heel verlegen kind kan soms moeilijker zich aanpassen of vriendjes maken dan een extrovert kind. Of het heeft moeite met zich dingen eigen te maken.

Ook dan kan homeopathie een ware uitkomst zijn. Door middelen te geven die passen bij het kind, kan het zich sterker gaan voelen en daardoor een ontwikkeling doormaken die hem/haar ten goede komt. Dat kan in de leerprestaties liggen maar zeker ook in de sociale vaardigheden!

En als je kind gelukkig is, dan ben je het als moeder zeker!

Pieter kreeg middelen die pasten bij zijn constitutie. Een hele snelle verandering zul je niet zien, meer een geleidelijke. Langzaam werd hij zekerder van zichzelf en minder verlegen. Kwam hij meer voor zichzelf op, en durfde in de klas wat te vertellen. Ook kreeg hij in de loop van de tijd leuke vriendjes, en voelde hij zich een stuk beter!