

‘Homeopathie, hoe werkt dat?’

Als homeopaat ga ik ervan uit dat iedere ziekte daar begint, waar het zelf-genezend vermogen niet tot een oplossing leidt.

Sada Landers: “Als klassiek homeopaat ga ik ervan uit dat ieder mens verbonden is met zijn of haar omgeving en dat allerlei factoren uit die omgeving invloed uitoefenen op ons. De mens creëert dan zelf een optimale balans. Ik beschouw de mens als een geheel, waarbij het fysieke en het psychisch functioneren tezamen ons totale welzijn bepalen”.

Zelf-genezend vermogen

Vanuit onze omgeving en door het leven zelf, worden wij blootgesteld aan alle soorten invloeden. Soms moeten we ons b.v. haasten om een deadline of afspraak te halen. Een gezond persoon is in staat om zich een tijd lang aan te passen aan dergelijke omstandigheden, en gaat weer ontspannen en rustig aan doen op het moment dat de deadline gepasseerd is.

Dit vermogen tot aanpassing wordt ook wel het zelf-genezend vermogen genoemd. Dat klinkt ongrijpbaar, maar het is in het dagelijkse leven aan talloze reacties van het lichaam af te lezen: een wondje bijvoorbeeld, wat na enige tijd stopt met bloeden. En een verkoudheid, die door het immuunsysteem overwonnen wordt. Of weer tot ontspanning kunnen komen, nadat we een tijdje onder grote stress hebben moeten werken.

Sada: ‘Als homeopaat ga ik ervan uit dat iedere ziekte daar begint, waar het zelf-genezend vermogen niet tot herstel of tot een oplossing leidt’.

Bijvoorbeeld: als iemand die onder grote tijdsdruk moest presteren heel gehaast is, maar ook na afloop van de deadline niet in staat is om een tandje terug te nemen, te ontspannen en de bezigheden weer op een rustige manier te doen.

In een dergelijke situatie is men soms geneigd om rustgevende medicatie te nemen, of een therapie te volgen die weer rustig maakt.

In de praktijk zie ik regelmatig dat dit een zeer beperkt effect heeft. Die therapie heeft in dat geval alleen grip op de klachten, en niet op de oorzaak van het probleem. Dit betekent dat iemand steeds weer terugvalt in de toestand van compensatie; steeds weer in het oude patroon van haast en onrust vervalt, wanneer het kortdurend effect van symptoombestrijding achterwege blijft.

Een homeopathische behandeling is er op gericht om het zelf-genezend vermogen te stimuleren en om iemand zelf het evenwicht van inspanning en ontspanning weer te

laten terugvinden. Een homeopathisch geneesmiddel helpt de mens dus om zichzelf te genezen.

Anamnese

Maar hoe vindt een homeopaat nu een homeopathisch geneesmiddel, dat hoort bij de persoon en dat passend is bij zijn of haar klachten?

Iedere behandeling begint met een uitgebreid gesprek: de anamnese. Daarin vormt een homeopaat een gedetailleerd beeld van alle klachten van de patiënt. En, uiteraard, is er aandacht voor de persoon achter die klachten.

Aspecten van die meestal ook worden uitgevraagd zijn: de slaap, het energieniveau, hoe zit het met eetlust en dorst, is iemand warmbloedig of eerder een koukleum? Ook: in welke situatie zijn de klachten ontstaan, wat is de ziektegeschiedenis van de persoon en zelfs: welke klachten komen in de familie voor, althans bij ouders en broers of zussen?



Zo goed mogelijk passend geneesmiddel

Na dit gesprek, wat bij chronische klachten één tot anderhalf uur kan duren, gaat de homeopaat op zoek naar een geneesmiddel dat zoveel mogelijk overeenkomsten vertoont met de klachten van deze patiënt.

Waarom al die moeite, om voor deze persoon een zo goed mogelijk passend geneesmiddel te vinden?

De reden is dat homeopathie berust op de wet van de gelijksoortigheid. Dit betekent dat een geneesmiddel alleen dan kan werken, als het gelijksoortig is aan de klachten van de patiënt. Gelijksoortig betekent trouwens niet dat het geneesmiddel 'het gelijke' moet zijn! Klachten na een bijensteek bijvoorbeeld, hoeven niet per se behandeld te worden met het homeopathisch middel van de honingbij; de huidreactie kan dan om een ander geneesmiddel vragen, zoals bijvoorbeeld *Urtica urens* (gemaakt van de brandnetel), omdat de werking van dit middel beter overeenkomt met de huidreactie van de patiënt.

Hoe werkt het dan?

Bijna alle homeopathische geneesmiddelen worden getest op gezonde mensen. De proefpersonen nemen een bepaald geneesmiddel meerdere keren per dag in, totdat ze een verandering merken; er treden dan testsymptomen op: lichte vergiftigingsklachten.

Het geneesmiddel prikkelt na de inname kennelijk het zelf-genezend vermogen. Een proefpersoon kan erg gevoelig zijn voor precies deze prikkel, omdat de prikkel precies daar inwerkt waar de zwakte bestaat. Een hele kleine prikkel is voldoende. Door een juiste prikkel herkent het lichaam waar het uit balans is en kan het zichzelf weer herstellen.

Doordat de homeopaat deze symptomen nauwkeurig leert kennen is het mogelijk om tussen de verschillende homeopathische geneesmiddelen er één uit te zoeken, die exact past bij de persoon en zijn of haar klachten.

Specifieke verwerking

Homeopathische geneesmiddelen worden gemaakt van de meest uiteenlopende substanties, van verschillende origine. Enkele bekende voorbeelden zijn de wolfskers (*Belladonna*, op basis van planten), *Apis* (gemaakt uit de honingbij), kiezelzuur (*Silicea*, een mineraal) en goud (*Aurum*, een metaal).

Veel van deze gebruikte substanties zijn in hun oorspronkelijke toestand zeer giftig of moeilijk opneembaar. Om die reden worden homeopathische middelen sterk verdund en geschud. Juist door deze specifieke bewerking blijft zelfs bij sterk giftige planten de geneeskrachtige werking bestaan, zonder dat het als geneesmiddel bijwerkingen of vergiftigingsverschijnselen veroorzaakt.

Bij welke klachten homeopathie?

In theorie kan elke klacht homeopathisch behandeld worden, al is de aard en ernst van de situatie natuurlijk van invloed op de prognose en wat er van de behandeling verwacht mag worden.



Een wijdverbreid misverstand over homeopathie is dat het lang duurt voordat een homeopathisch geneesmiddel werkt. Niets is minder waar! Bij acute klachten, zoals een pijnlijke middenoorontsteking, kan een homeopathisch middel al in korte tijd verlichting geven (soms zelfs binnen enkele minuten). Inmiddels zijn er tal van studies waarin de werkzaamheid van homeopathie bij acute ziekten aangetoond wordt (*).

Bij chronische klachten kan het langer duren voordat een duidelijk effect zicht- of voelbaar wordt. Maar toch: binnen enkele dagen tot weken zal er een reactie plaatsvinden. Ook bij de behandeling van chronische klachten gaat het niet alleen om het verminderen van klachten of symptomen die iemand heeft. Want als een constitutiemiddel goed werkzaam is, zal men een algemene verbetering ervaren – zoals een toegenomen energie en een verbeterde stemming. Stap voor stap zal inderdaad iemands algehele gezondheidstoestand en welbevinden verbeteren. Als een chronische klacht door een passend constitutiegeneesmiddel verbetert, dan zal dit effect, zonder nadelige bijwerkingen, blijvend zijn. De inwendige oorzaak van ziekte is door de werking van het middel aangepakt, waardoor de symptomen duurzaam verdwijnen.

De moderne homeopathiepraktijk

Steeds meer mensen weten de weg naar een homeopaat te vinden. De homeopaat werkt op individuele basis en hanteert geen standaard protocollen. Om die reden is voor de homeopaat iedere patiënt uniek. Ook de 200ste patiënt met migraine kan mij nog steeds verrassen – immers, geen enkele hoofdpijn is hetzelfde en de persoon achter de klacht is altijd uniek. De jongste patiënten zijn enkele dagen oud.

Voor de homeopathische behandeling maakt het niet uit hoe oud de patiënt is. Het maakt niet uit of zijn of haar klachten fysiek of psychisch zijn, en of het om milde of ernstige klachten gaat.

Het is prachtig om van dichtbij mee te mogen maken hoe klachten in korte tijd duurzaam verminderen, hoe iemand zich in korte tijd beter en vitaler kan voelen. Het mooiste aan dit vak is dat je echt aandacht voor degene tegenover je hebt, vragend mag zijn en jezelf altijd kan laten leiden door het verhaal van de ander.

Geen protocollen, maar individuele hulpverlening op maat! Dit garandeert dat iedere dag iets nieuws met zich meebrengt.

- Sada Landers, Hoofddocent aan AURYN