

Nederlandse Homeopathiegids

De meest gestelde vragen
over klassieke homeopathie beantwoord



**Haal het beste
Uit jezelf met
Klassieke
homeopathie**

De Nederlandse Homeopathiegids is een uitgave van de Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten (NVKH).

Crown Business Cente
Tolnasingel 1
2411 PV Bodegraven
Tel.: 0172 – 499595 (ma t/m vrij 9.00-12.30 uur)

e-mail: info@nvkh.nl
website: www.nvkh.nl

De Nederlandse Homeopathiegids is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Mochten er desondanks onjuistheden in vermeld staan, dan stelt de NVKH zich niet aansprakelijk voor eventuele hieruit voortvloeiende schade.

Copyright 2009 NVKH Bodegraven.
Alle rechten voorbehouden. Voor het overnemen van gedeelten uit deze uitgave dient men zich tot de uitgever te wenden (artikel 16, Auteurswet 1912).

Tiende druk, volledig herziene versie, april 2022.
ISBN 90 75215-06-1

Tekstschrijver: Saskia Bruins
Casuïstiek: Ries IJsseldijk, Ewald Stöteler
Redactie: Bestuur 2020-2024
Eindredactie: Annemieke van Rosendaal
Vormgeving: Mediacenter, Rotterdam
Druk: Mediacenter, Rotterdam

Inhoudsopgave

1. Woord vooraf	5
2. Het ontstaan van homeopathie	6
3. Versterkte werking door verdunnen en schudden	9
4. Wat is klassieke homeopathie?	10
5. Andere vormen van homeopathie	11
6. Het verschil tussen reguliere geneeskunde en klassieke homeopathie	13
7. Wat wordt bedoeld met levenskracht?	14
8. Hoe werkt een homeopathisch geneesmiddel in op de levenskracht?	15
9. Wetenschappelijke bewijsvoering	16
10. Hoe kiest een homeopaat het juiste homeopathische geneesmiddel?	20
11. De bereiding van homeopathische geneesmiddelen	22
12. Bestanddelen van homeopathische geneesmiddelen	24
13. Hoe moet een homeopathisch geneesmiddel ingenomen worden?	25
14. Beginverergeringen bij gebruik homeopathische geneesmiddelen	26
15. Hoe ziet een homeopathische behandeling er uit?	27
16. Het verschil tussen een acute en een constitutiebehandeling	28
17. Storende factoren tijdens een homeopathische behandeling	29
18. Duur van een behandeling	30
19. Kunnen meerdere homeopathische geneesmiddelen tegelijkertijd worden gebruikt?	31
20. Is een homeopathisch geneesmiddel geschikt voor het hele gezin?	31
21. Welke klachten en ziekten kunnen homeopathisch behandeld worden?	32
22. Hoe wordt het resultaat van een behandeling beoordeeld?	34
23. Wat kosten homeopathische geneesmiddelen en behandelingen?	35
24. Worden homeopathische behandelingen vergoed?	36
25. Gaan natuurlijke therapieën goed samen?	37
26. Homeopathie en uw huisarts of specialist	38
27. Homeopathie en vaccinaties	38
28. Regulier medicijngebruik tijdens een homeopathische behandeling	39
29. Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten	41
30. Beroepsbeoefenaars in de homeopathie	42
31. Waar moet ik op letten in mijn keuze voor een klassiek homeopaat?	44
32. Waar kan ik terecht met klachten over mijn homeopaat?	45
33. De Vereniging Homeopathie	47
34. Belangrijke adressen	48

1. Woord vooraf

Voor een groot aantal mensen is klassieke homeopathie nog met veel vragen omgeven. Mogelijk weet je al iets meer over homeopathie, omdat je deze gids voor je hebt liggen en al geïnteresseerd bent. Misschien ben je zelfs al op consult geweest bij een klassiek homeopaat. Grote kans dat je deze homeopathiegids dan van hem of haar hebt ontvangen. Of misschien overweeg je om op consult te komen en wil je jezelf voorbereiden. Een andere mogelijkheid is dat je vanuit je beroep meer te weten wilt komen over klassieke homeopathie.

De redenen waarom mensen voor homeopathie kiezen zijn uiteenlopend. In veel gevallen spreekt de holistische mensvisie aan: niet alleen een specifieke aandoening, maar de gehele mens staat centraal bij de homeopathische geneeswijze. Voor anderen is bekendheid met de effectiviteit van deze geneeswijze de belangrijkste reden. Een andere, veel voorkomende, reden is dat reguliere medicijnen bijwerkingen kunnen hebben. Sommige patiënten, of hun verzorgers, zoeken dan naar alternatieve mogelijkheden die minder vervelende of schadelijke gevolgen kennen.

Vooraf bij patiënten met een chronische aandoening spelen de zorgen over langdurig medicijngebruik een rol. Vaak ondervinden patiënten hinder van de bijwerkingen van medicatie. Soms in overleg met hun huisarts, maar meestal op eigen initiatief, kiezen deze patiënten dan voor de homeopathische benadering.

Na het lezen van deze gids zul je een duidelijk en compleet beeld hebben van wat deze homeopathische benadering inhoudt.

2. Het ontstaan van homeopathie

Eind 18^e, begin 19^e eeuw waren er kritische geluiden te horen over het medisch handelen van die tijd. Eén van de grootste critici was de Duitse arts en chemicus, Samuel Hahnemann (1755-1843). Hahnemann was in zijn tijd een bekend arts die een vooraanstaande plaats innam in de Duitse medische wereld. Hij kreeg ondermeer opdracht om de Duitse farmacopee te herzien; een handboek voor apothekers, waarin precies staat beschreven hoe medicijnen moeten worden bereid. Hij voerde ook praktijk als arts, maar stopte hiermee uit onvrede. De manier waarop medicijnen werden voorgeschreven vond hij onwetenschappelijk. Bovendien constateerde hij dat de geneesmiddelen die hij zijn patiënten toediende hen vaak meer kwaad dan goed deden.

Om na het sluiten van zijn praktijk in de behoeften van zijn gezin te kunnen voorzien, legde hij zich toe op het vertalen van buitenlandse medische werken naar het Duits. Bij de vertaling van een Engelse tekst stuitte hij op een verklaring van de werking van kinabast bij malaria. Kinabast, de bast van de kinaboom, werkte volgens de auteur zo goed tegen malaria, omdat deze een bittere stof bevatte. Hahnemann vond deze verklaring zeer onbevredigend en ging zelf op zoek naar een betere verklaring. Hij besloot de werking van de kinabast op zichzelf uit te testen door de stof in te nemen. In het verslag van deze test schreef hij:

"Ik nam bij wijze van experiment tweemaal per dag ongeveer 15 gram kinabast. Eerst werden mijn voeten, vingertoppen enzovoort koud; ik werd slap en suf; vervolgens begon mijn hart snel te kloppen; mijn pols werd snel en zwak. (...) Korte tijd had ik last van kenmerkende malariasymptomen als verwardheid, een soort stijfheid in alle ledematen en een verdoofd, onaangenaam gevoel dat in het beenvlies schijnt te zetelen, in elk bot van het lichaam. Deze hevige aanval duurde telkens twee tot drie uur en keerde terug als ik de dosis herhaalde, anders niet. Ik hield er mee op en was goed gezond."

Dit was een opmerkelijke ontdekking: nadat een gezond persoon een middel tegen malaria inneemt, krijgt hij enkele uren malariasymptomen. De vraag die Hahnemann zich hierna stelde, was of dit een toevallige eenmalige gebeurtenis was of dat gelijksoortige reacties ook bij andere stoffen zouden optreden. Om op deze vraag een antwoord te vinden, begon Hahnemann allerlei stoffen op zichzelf uit te proberen. Later werd bij deze experimenten een groot aantal proefpersonen ingeschakeld. Telkens wanneer iemand een stof had ingenomen, werd nauwkeurig genoteerd van welke verschijnselen de proefpersoon last kreeg. Daarbij werd niet alleen op de lichamelijke verschijnselen gelet, maar ook op veranderingen op emotioneel en mentaal gebied. Zo werd van een groot aantal stoffen de nauwkeurige uitwerking op gezonde mensen bekend. Na een aantal jaren beschikten Hahnemann en zijn medewerkers over de resultaten van vele tientallen geneesmiddelproeven.

Om zijn bevindingen in de praktijk te kunnen toetsen had Hahnemann patiënten nodig, dus heropende hij zijn praktijk. Hij nam ruimschoots de tijd voor de patiënten om nauwkeurig alle klachten op een rijtje te zetten en vervolgens een zo passend mogelijk geneesmiddel voor te schrijven.

Zijn theorie bleek te werken. De symptomen van zijn patiënten verdwenen door middelen die soortgelijke symptomen veroorzaakten bij gezonde proefpersonen. Kort gezegd: het gelijkende werd door het gelijkende genezen. Het woord homeopathie betekent ook letterlijk: 'gelijkend lijden'. Homeopathie is afgeleid van de Griekse woorden *homeios* (= gelijkend) en *pathos* (= lijden).

Stel dat er een patiënt kwam die klaagde over uitputting, brandende pijn in de maag, slapeloosheid, rusteloosheid, angst voor de dood, angst voor het alleen zijn, angst voor inbrekers, ijskoude handen en voeten en een onlesbare dorst. Dan zou Hahnemann moeten onderzoeken of één van de geteste stoffen een soortgelijk beeld bij de proefpersonen had veroorzaakt. In dit geval zou dat arsenicum zijn, want toediening van geringe hoeveelheden arsenicum aan proefpersonen geeft precies het genoemde symptomenbeeld.

Hahnemann merkte dat de behandeling het meest succesvol was als hij alle verschijnselen, dus ook de emotionele en mentale kenmerkende eigenschappen van de patiënt, vergeleek met zijn kennis van de werkstoffen. Niet een enkel symptoom moest behandeld worden, maar de hele mens.

Hahnemann ging door met het testen van allerlei stoffen en na zijn dood werd dit voortgezet. Nog steeds vinden er over de hele wereld dergelijke onderzoeken op gezonde proefpersonen plaats. Inmiddels is van enkele duizenden stoffen de nauwkeurige werking bekend.

Helemaal nieuw is het gelijksoortigheidsprincipe niet. De Griekse arts en natuurfilosoof Empedokles en de Griekse geleerde Hippocrates, die beiden in de vijfde eeuw voor Christus leefden, waren al bekend met dit principe. De Zwitserse arts/alchemist Paracelsus (1493-1541) onderkende eveneens dat ziekteverschijnselen door een vergiftiging met een kleine hoeveelheid van het gelijke vergif kunnen verdwijnen. Hij gebruikte zijn verworven kennis door mineralen en plantenextracten in de geneeskunde toe te passen. Paracelsus werd daardoor een voorloper van de moderne farmacie, farmacologie en chemotherapie. Hahnemann was de eerste die, op basis van het gelijksoortigheidsprincipe, een volledig en nauwkeurig uitgewerkte geneesmethode ontwikkelde. Hij heeft dit beschreven in zijn "Organon der geneeskunst", een standaardwerk, dat voor iedere klassiek homeopaat de basis is voor de beroepsuitoefening.

3. Versterkte werking door verdunnen en schudden

Met de (her)ontdekking van het gelijksoortigheidsprincipe was Hahnemann er nog niet. Het bleek dat patiënten die een gelijkend geneesmiddel kregen toegediend, weliswaar genazen, maar eerst last kregen van een zogenaamde "beginverergering". Dit was een verergering van de klachten die na de inname van het middel ontstond en uren of dagen kon duren. Vooral bij ernstige ziekten kon dit uiterst vervelend zijn en soms zelfs levensbedreigend.

Nu werd er in de vorige eeuw ruim gedoseerd: met grammen tegelijk werden gevaarlijke stoffen (bijvoorbeeld opium, zwavel, kwikzilver) als medicijn toegediend. Het eerste wat Hahnemann probeerde om de beginverergering te verminderen, was het geleidelijk verlagen van de dosis door het middel te verdunnen. Daardoor werd de beginverergering minder naarmate hij de dosis kleiner maakte, maar er was één nadeel: met de beginverergering verdween ook de genezende werking van het middel. En Hahnemann was weer terug bij af.

De stap die Hahnemann vervolgens nam bleek wel succesvol. Nadat hij een stof honderd maal verdund had, schudde hij de oplossing een bepaald aantal malen krachtig door met het flesje op een harde, maar meegeevende ondergrond te slaan. Na opnieuw verdunnen, schudde hij weer een bepaald aantal malen en dit proces herhaalde hij een aantal keer. Hoewel de beginverergering even snel verdween als bij zijn vorige proefneming, bleef in dit geval de genezende werking volledig behouden. Sterker nog, de genezende werking werd groter. Daarom noemde Hahnemann dit proces van afwisselend verdunnen en schudden potentiëren. Letterlijk betekent dit krachtig maken. Na elke stap van verdunnen en schudden wordt een hogere potentie verkregen, een krachtiger en langer doorwerkend geneesmiddel.

4. Wat is klassieke homeopathie?

Uit het ontstaan van de homeopathie mag blijken dat homeopathie bij uitstek een empirische geneesmethode is: een methode die door veel onderzoek en ervaring tot stand is gekomen. De daarbij verworven kennis is vastgelegd in een aantal principes, waaraan elke klassiek homeopaat zich houdt. Met klassieke homeopathie wordt dus de homeopathie bedoeld, zoals deze oorspronkelijk door Hahnemann ontwikkeld is, met inachtneming van al haar principes.

Kenmerkende principes van de klassieke homeopathie zijn:

- *Het gebruik maken van de tweeledige werking van stoffen: een stof die bij gezonde mensen bepaalde ziekteverschijnselen kan opwekken, kan soortgelijke verschijnselen bij zieke mensen juist genezen. Dit heet het gelijksoortigheidsprincipe, dat de basis vormt van de homeopathie.*
- *Het bereiden van geneesmiddelen door middel van afwisselend verdunnen en schudden van de basisstof.*
- *Het testen van werkstoffen op gezonde mensen.*
- *Het uitgangspunt dat ieder mens uniek is en daarom een individueel geneesmiddel nodig heeft.*
- *Een holistische mensvisie. Deze visie gaat er van uit dat de mens niet moet worden opgesplitst in onderdelen, maar moet worden gezien als een eenheid van lichaam en geest, die in voortdurende wisselwerking met zijn omgeving is. Deze visie treft men niet alleen bij de homeopathie aan, maar ook bij veel andere natuurlijke geneesmethoden.*

Net zoals Hahnemann zijn patiënten uitgebreid ondervroeg, neemt een klassiek homeopaat in het consult ruim de tijd om de symptomen van een patiënt op een rijtje te zetten. Aan de hand hiervan zoekt de homeopaat een bij die persoon passend homeopathisch geneesmiddel dat genezing zal stimuleren. Na een aantal weken zullen in een tweede gesprek de reacties op het geneesmiddel besproken worden. Soms zijn dan alle klachten grotendeels verdwenen, maar vaker zullen meerdere consulten nodig zijn voor volledig of voldoende herstel.

5. Andere vormen van homeopathie

Doordat er in de klassieke homeopathie veel tijd uitgetrokken wordt voor de consulten en de uitwerking ervan, kan er per dag maar een beperkt aantal patiënten behandeld worden. Wanneer iets ingewikkeld én populair is, wordt er vaak een poging gedaan om de werkwijze te vereenvoudigen. In het geval van de klassieke homeopathie betekent dit, dat veel beoefenaars afwijken van één of meer principes zoals die hiervoor beschreven zijn.

Soms verlaat men de holistische mensvisie en krijgt iemand een geneesmiddel voor zijn klacht zonder acht te slaan op de toestand van en de gevolgen voor de hele persoon. Homeopaten die de homeopathie volgens de regels der kunst willen toepassen vinden deze vereenvoudigde manier van werken onjuist. De ervaring leert dat de resultaten optimaal zijn als de principes van de homeopathie zuiver worden toegepast. Om zich van deze vereenvoudigde wijze van homeopathie beoefenen te onderscheiden, noemen zij zich 'klassiek homeopaat'. Als in deze gids homeopathie vermeld staat dan wordt daarmee de klassieke homeopathie bedoeld.

Vereenvoudigde vormen van homeopathie zijn de 'klinische homeopathie' en de 'complex homeopathie':

- *In de klinische homeopathie worden homeopathische geneesmiddelen voor afzonderlijke klachten gegeven: een geneesmiddel voor hoofdpijn, een ander geneesmiddel voor aandoeningen van de luchtwegen, weer iets anders voor spijsverteringsstoornissen, enzovoort. Men handhaaft hier de klachtgerichte benaderingswijze van de reguliere geneeskunde, maar in plaats van reguliere medicijnen geeft men één of meerdere homeopathische geneesmiddelen. Omdat de geneesmiddelen niet worden voorgeschreven op grond van het totale symptomenbeeld is de uitwerking dikwijls plaatselijk en van kortere duur. Soms treedt een verschuiving van klachten op.*
- *In de complexhomeopathie worden verschillende homeopathische geneesmiddelen met affiniteit tot bepaalde klachten samengevoegd. Het is dan betrekkelijk eenvoudig om voor een bepaalde kwaal een geneesmiddel uit te zoeken. Zo kan men bijvoorbeeld voor hooikoorts een bepaald mengsel van geneesmiddelen in één flesje geven en voor hoest een combinatie van weer andere geneesmiddelen. Sommige van de geneesmiddelen die in het flesje zitten, kunnen een verlichting van de klachten geven. De ervaring is dat langduriger gebruik noodzakelijk is en dat klachten soms eerder terugkeren dan wanneer een homeopathisch geneesmiddel op een totaal symptomenbeeld is voorgeschreven.*

6. Het verschil tussen reguliere geneeskunde en klassieke homeopathie

In homeopathische kringen wordt voor de reguliere geneeskunde de term alopatie gebruikt, dat is afgeleid van de Griekse woorden allos en pathos. Allos staat hier voor tegenovergesteld en pathos voor lijden. De geneesmiddelen die de huisarts voorschrijft, werken namelijk niet gelijksoortig maar juist tegengesteld aan de klacht.

Als je bijvoorbeeld last van maagzuur hebt, krijg je bij de reguliere geneeskunde een geneesmiddel dat tegengesteld is: een basisch middel dat zuur kan binden. Als je angstig of opgewonden bent, krijg je een kalmerend middel; zijn de luchtwegen verkrampd, krijg je iets dat verslappend werkt op de spieren van de luchtwegen, enzovoort.

In de homeopathie geeft men een geneesmiddel dat gelijksoortig is aan de klachten. Een voorbeeld kan dit wellicht verduidelijken. Iemand heeft last van koude voeten. In de reguliere geneeskunde zou men adviseren de voeten op de verwarming of op een elektrische deken te leggen. Dat helpt, maar zodra de warmtebron is verwijderd, zijn de voeten snel weer koud, zo niet nog kouder dan tevoren. Het lichaam krijgt namelijk een signaal dat de voeten te warm zijn. Daarop wordt het warmte reguleringsmechanisme in werking gezet om de voeten juist nog verder af te laten koelen.

In de homeopathie zou men bijvoorbeeld kunnen aanraden om een tijd met blote voeten in de sneeuw te lopen. Zo worden de voeten weliswaar in eerste instantie nog kouder, maar bij binnenkomst zullen de voeten al gauw vanzelf gaan gloeien en warm aanvoelen. Het interne mechanisme wordt op deze manier namelijk gestimuleerd om de voeten extra te verwarmen. Met andere woorden: Bestrijd de klacht met iets wat een gelijkend effect heeft, dan zorgt de reactie van het organisme er zelf voor dat de klacht verdwijnt. In de homeopathie heet dat een beroep doen op de levenskracht van de patiënt. Deze levenskracht zet het organisme aan tot zelfgenezing.

7. Wat wordt bedoeld met levenskracht?

Levenskracht is niet te zien, te voelen of te meten, maar wel zien we in alles de werking ervan. Zonder dat je er iets aan hoeft te doen, klopt je hart, wordt je lichaam op temperatuur gehouden, sterven je cellen af en worden er weer nieuwe gevormd. Dit alles wordt gestuurd door de levenskracht. Zonder deze kracht valt het lichaam uiteen in zijn scheikundige elementen. De levenskracht zorgt ervoor dat het lichaam in stand wordt gehouden.

Deze levenskracht zet ook je afweersysteem in werking. Bij een goede vitaliteit zal het lichaam zonder hulp van buiten virussen, bacteriën en dergelijke wegwerken. Een klein wondje groeit vanzelf weer dicht.

Als de levenskracht verstoord raakt, ontstaan er klachten. Je kunt dit bijvoorbeeld merken als je een paar nachten niet hebt geslapen. Je vitaliteit wordt dan minder. De gevolgen van een verlaagde vitaliteit kunnen per individu verschillen, maar in alle gevallen wordt de drempel voor binnenkomende ziekmakende prikkels verlaagd. Je wordt vatbaarder voor virussen of bacteriën.

8. Hoe werkt een homeopathisch geneesmiddel in op de levenskracht?

De mens bestaat uit energie. Einstein gaf dit met zijn veldtheorie al aan: *"We kunnen materie beschouwen als iets wat gevormd wordt door die delen van de ruimte waar het energieveld extreem intens is. Er is geen plaats in de nieuwe fysica voor zowel het energieveld als de materie. Het energieveld is de enige realiteit."* Sommige delen van dit energieveld zitten zo dicht op elkaar dat ze zichtbaar zijn (het lichaam). Andere delen zitten verder uit elkaar en zijn niet zichtbaar (levenskracht).

Wat er bij de bereiding van een homeopathisch geneesmiddel gebeurt, is dat een proces in werking wordt gezet, waarbij een heel dicht energieveld (materie) wordt omgezet in een lossere samenhang. Er ontstaat een minder compact energieveld, dat in staat is het energieveld van de mens (zijn levenskracht) te beïnvloeden. Door een passend homeopathisch geneesmiddel in te nemen, kan de levenskracht geholpen worden om met een bepaalde ziekmakende prikkel af te rekenen. Je weerstand wordt verhoogd en oorzaken, die je eerder ziek zouden maken, hebben nu geen vat meer op je.

9. Wetenschappelijke bewijsvoering

Het gaat te ver om in deze gids op de vele onderzoeken in te gaan die gedaan zijn om de werking van homeopathie te bewijzen. We zullen ons beperken tot de belangrijkste en meest opzienbarende onderzoeken.

Onderzoek naar het gelijksoortigheidsprincipe

In 1997 rondde de vakgroep celbiologie aan de Universiteit van Utrecht een fase van een baanbrekend onderzoek af dat het gelijksoortigheidsprincipe wetenschappelijk aantoont.

Een onderzoeksteam, onder leiding van dr. Roeland van Wijk, heeft in een serie onderzoeken dierlijke cellen in het laboratorium blootgesteld aan warmte, zodanig dat er schade aan de cellen optrad. Daarna voegde men opnieuw maar in iets mindere mate warmte toe en men constateerde een sneller herstel van de cellen, dan zonder deze extra toevoeging van warmte. Op dezelfde wijze beschadigde men dierlijke cellen met een arsenicumverbinding. Behandelde men vervolgens de cellen met een hoge verdunning van deze arsenicumverbinding, dan trad een aanmerkelijk sneller herstel in van de cellen, dan wanneer men niets deed. Dezelfde proeven werden herhaald met cadmium, met hetzelfde resultaat. Het herstel van de cel bleek vooral effectief te zijn als een verdunde dosis van dezelfde stof snel na de aanvankelijke schade werd toegediend.

Uit verdere proefnemingen bleek dat als een verdunning van dezelfde stof, in latere fases na de beschadiging, geen effect meer had, een verdunde dosis van een andere stof nog wel in staat was het herstel te bespoedigen. Dat herstel verliep des te beter als de andere stof een zekere gelijkenis vertoonde met de stof die gebruikt werd om de cel te beschadigen.

Resultaten van dit onderzoek zijn vastgelegd in een publicatie van de Universiteit van Utrecht: *The Similia Principle in surviving stress; mammalian cells in homeopathy research*. Auteurs: R. van Wijk en F.A.C. Wiegant.

Blue Print-project

Elektrische geleidbaarheid is een manier om te meten hoe watermoleculen zich rangschikken. Via rangschikking geven watermoleculen elektronen de kans tussen verschillende groepen of 'clusters' van moleculen te circuleren. Dat dit van nature gebeurt, is aangetoond door Samal en Geckeler in 2001. Maar wat gebeurt er als je deze waterige oplossingen ook nog eens sterk verdunt en schudt?

Het getal Avogadro geeft de grens aan van nog meetbare concentraties in oplossingen. Prof. Dr. Vittorio Elia uit Napels heeft aangetoond dat een verdunning boven het getal Avogadro in chemisch opzicht identiek is aan gedestilleerd water, maar in fysische eigenschappen (elektrodynamisch gedrag) wel degelijk verschilt. De geleidbaarheid bleek groter in de gepotentiëerde (verdunde) reeks dan in de controlevloeistof gedestilleerd water. De verandering is duidelijk meetbaar en ondersteunt de stelling dat stapsgewijs verdunnen en schudden de eigenschappen van de oplossing verandert.

Voor meer informatie: Vittorio Elia and Marcella Niccoli, '*Thermodynamics of Extremely Diluted Aqueous Solutions*', Annals of the New York Academy of Sciences, 1999, 827:241-248.

Voorwaardelijk kansberekenen in de homeopathie

In het Homeopathie Magazine van augustus 2008 publiceerde arts voor homeopathie en onderzoeker Lex Rutten de bevindingen van een uitgebreid onderzoek uitgevoerd door de Commissie Methode en Validering van de Vereniging van Homeopathisch Artsen in Nederland (VHAN). De commissie bracht in maart 2000 vijftien artsen voor homeopathie bij elkaar om hun succesvolle behandelingen met het homeopathische geneesmiddel Lachesis te vergelijken. Alle symptomen van patiënten waarbij Lachesis was voorgeschreven, werden naast elkaar gezet en daar kwamen interessante conclusies/kansberekeningen uit. Belangrijk was de verhouding tussen de groep die goed op het geneesmiddel reageerde en de rest van de patiënten. Deze verhouding is de commissie de Likelihood Ratio (LR) gaan noemen ofwel de waarschijnlijkheidverhouding.

Bij patiënten die met succes het geneesmiddel Lachesis voorgeschreven hadden gekregen, bleek dat spraakzaamheid bij 14 van de 42 patiënten (33,3%) voorkwam en bij 6% van de patiënten die andere geneesmiddelen voorgeschre-

ven hadden gekregen. Dit duidt er op dat Lachesis een hoge kans op genezing geeft bij patiënten die veel praten.

Medio 2004 is de commissie in tien praktijken zes homeopathische symptomen bij alle nieuwe patiënten gaan inventariseren en heeft deze gekoppeld aan het voorgeschreven geneesmiddel. Dit onderzoek heeft uiteindelijk bijna vijftig nieuwe typerende verschijnselen opgeleverd.

Door het structureel vastleggen van symptomen en voorschriften kunnen nieuwe statistische berekeningen worden gemaakt. Hierdoor wordt de kennis over homeopathische geneesmiddelen betrouwbaarder en zijn de uitkomsten van homeopathische behandelingen beter te voorspellen.

Bewijsvoering homeopathie doet niet onder voor reguliere wetenschap

Dezelfde Lex Rutten schrijft in het eerste nummer van het Homeopathie Magazine van 2009: 'Het bewijs voor homeopathie doet sinds 1991 niet onder voor regulier bewijs, terwijl de kwaliteit van het onderzoek beter is dan van regulier onderzoek.' Over het algemeen wordt op het bewijs voor homeopathie veel meer kritiek geleverd dan op bewijs voor reguliere geneeskunde. Het bewijs voor homeopathie toont in feite de gebrekkige wetenschappelijke onderbouwing van de reguliere geneeskunde. Deze reageert hierop steevast met het argument dat homeopathie onmogelijk kan werken. 'Dit argument stamt uit de negentiende eeuw en is volkomen achterhaald.'

Lüdtke R, Rutten AL. *The conclusions on the effectiveness of homeopathy highly depend on the set of analyzed trials. J Clin Epidemiol. 2008;61:1197-1204 / Rutten ALB, Stolper CF. The 2005 meta-analysis of homeopathy: the importance of post-publication data. Homeopathy 2008;97:169-177*

Voor meer informatie over wetenschappelijke studies naar de werking van homeopathie kunt u terecht op onze website www.nvkh.nl of op de website van Vereniging Homeopathie (www.vereniginghomeopathie.nl).

10. Hoe kiest een homeopaat het juiste homeopathische geneesmiddel?

Er zijn drie bronnen die ons informatie verschaffen over de werking van homeopathische geneesmiddelen. De geneesmiddelproeven op gezonde mensen, de vergiftigingsgevallen die in het verleden zijn voorgekomen en in de medische literatuur zijn opgenomen en de waarnemingen van de homeopaat bij zijn/haar patiënten. Door nauwlettend te kijken welke verschijnselen genezen na toediening van een homeopathisch geneesmiddel, krijgt men een beeld van alle symptomen die een bepaald geneesmiddel kan veroorzaken (bij gezonde mensen) en kan genezen (bij zieke mensen). Al deze geneesmiddelen, met de symptomen die ze kunnen veroorzaken en genezen, staan beschreven in boeken die de Materia Medica's worden genoemd. Alle symptomen die bij een geneesmiddel horen, vormen samen het geneesmiddelbeeld. In de praktijk noteert de klassiek homeopaat alle symptomen die de patiënt vermeldt en probeert daaruit een geneesmiddelbeeld te ontdekken.

Een voorbeeld is het homeopathisch geneesmiddel Apis dat is gemaakt van de honingbij. De oppervlakkige werking van het gif van een bij is bekend. Opvallend is de brandende, stekende pijn, de (enorme) zwelling, de jeuk en sommige mensen krijgen blaren. In het geval van een bijensteek blijft het meestal bij deze lichamelijke symptomen. Wanneer het bijengif echter langzamer en langduriger wordt toegediend, ontstaan er veel meer symptomen. Niet alleen lichamelijke, maar ook psychische.

Hieronder volgt een beknopt geneesmiddelbeeld van Apis. Er zijn veel symptomen van Apis bekend, daarom volgt hier de beschrijving van de belangrijkste symptomen die bij de meeste proefpersonen zijn opgetreden:

- *geïrriteerdheid, nervositeit, niet stil kunnen zitten, niet tevreden te stellen*
- *druk bezig, maar niet effectief; onderneemt van alles maar maakt niets af*
- *voortdurend praten*
- *jaloerie*
- *onhandigheid, laat dingen vallen*
- *last van warmte; alle klachten worden erger bij warmte*
- *oedemateuze zwellingen*
- *zakachtige zwelling onder de ogen*
- *netelroos (met hevige jeuk en bultjes gepaard gaande huiduitslag)*
- *brandende, stekende pijnen, die verbeteren bij kou*
- *afwezigheid van dorst*
- *met name klachten aan de rechterkant van het lichaam*

Wanneer een patiënt met dergelijke klachten bij een klassiek homeopaat komt, zal deze het homeopathische geneesmiddel Apis voorschrijven en de klachten zullen verdwijnen.

Natuurlijk past een geneesmiddel zelden volledig. Vaak zullen patiënten last hebben van een deel van bovengenoemde symptomen. Dan wordt het voor een klassiek homeopaat moeilijker: is er misschien een ander geneesmiddel waarvan het beeld meer lijkt op wat de patiënt vertelt?

Hoe beter het geneesmiddelbeeld overeenkomt, hoe groter de kans is op genezing. Als het geneesmiddel goed past, maakt het feitelijk niet uit met welke specifieke klacht iemand komt. Als welke klacht dan ook met bovengenoemde symptomen gepaard gaat, kan het homeopathische geneesmiddel Apis genezing brengen.

11. De bereiding van homeopathische geneesmiddelen

Als je bij de drogist een potje of flesje met een homeopathisch geneesmiddel koopt, dan staat daar een naam op met daarachter een code. Je ziet bijvoorbeeld staan: Chamomilla D3, China D6, Apis D12, enzovoort. Een klassiek homeopaat kan geneesmiddelen voorschrijven als Lachesis C30, Ferrum C200 of Hepar Sulfuris LM2. De Latijnse naam vertelt van welke stof men is uitgegaan. Zo betekent Chamomilla dat het geneesmiddel van kamille is gemaakt. De lettercijfercombinatie achter de Latijnse naam zegt iets over de manier waarop het geneesmiddel is bereid, namelijk over het aantal keren dat er verdund en geschud is.

Men begint de bereiding van homeopathische geneesmiddelen door de gewenste stoffen oplosbaar te maken. Bijvoorbeeld door een aftreksel van een plant te maken door deze in alcohol te leggen of door het sap ervan uit te persen. Andere stoffen, bijvoorbeeld metalen, zijn moeilijk in water oplosbaar en moeten eerst worden fijngewreven voor ze bruikbaar zijn.

De volgende stap bestaat uit een afwisseling van verdunnen en schudden. Er zijn hierin drie belangrijke wijzen van bereiding te onderscheiden, die leiden tot drie verschillende soorten geneesmiddelen.

De verschillende bereidingsmethoden zijn:

- *D-potenties*
- *C-potenties en M-potenties*
- *LM-potenties*

Bij D-potenties (D = Decimaal = 10), verdunt men steeds tien maal. Men gaat uit van de oorspronkelijke stof, de zogenaamde oerstof of oertinctuur (aangeduid als Ø). Daarvan neemt men een deel en verdunt dit met negen delen alcohol of water. Vervolgens schudt men de oplossing een bepaald aantal keer, waarna de eerste potentie is gemaakt (een oplossing van 1:10). Van deze D1 neemt men weer een deel, verdunt dit met negen delen alcohol of water, schudt tien keer, en dan heeft men D2 (een oplossing van 1:100). Zo gaat men door tot aan D30 en D200 toe. De D-potenties worden niet vaak voorgeschreven door een klassiek homeopaat, maar meestal op eigen initiatief door de patiënt gekocht bij de apotheek.

De bereiding van C-potenties (C = centimaal = 100) is vergelijkbaar, met dit verschil dat men in plaats van tien keer, honderd keer verdunt. Bij een deel van de oertinctuur doet men dus 99 delen alcohol of water, schudt een bepaald aantal keer en men heeft C1 (oplossing 1:100). Hiervan neemt men weer een deel met 99 delen alcohol of water, schudt tien keer en men heeft C2 (oplossing 1:10.000). De meest gebruikte C-potenties zijn C30, C200, C1000 (ook wel M genoemd), 10M en 50M.

De bereiding van LM-potenties (LM staat voor 50.000) is anders dan die van de D- en C-potenties. Eerst wordt hiervoor een C3-potentie gemaakt (1:1.000.000), maar in plaats van dat men nu verder gaat met steeds honderd keer verdunnen, verdunt men verder met een factor 50.000. Na iedere verdunning wordt bij deze potentiesoort steeds honderd keer geschud. Bij het gebruik van LM-potenties wordt er meestal met de potenties LM1, LM2 of LM3 in aangepaste dosis begonnen.

12. Bestanddelen van homeopathische geneesmiddelen

In principe kan elke stof worden gebruikt als basis voor een homeopathisch geneesmiddel. Het grootste deel, ongeveer tachtig procent, van alle homeopathische geneesmiddelen is bereid uit plantaardig materiaal. Een kleiner deel is afkomstig uit dierlijk materiaal. Eén van de bekendste homeopathische geneesmiddelen, Sepia, is bijvoorbeeld bereid uit de 'inkt' van de inktvis. Daarnaast zijn er homeopathische geneesmiddelen die hun oorsprong vinden in het mineralenrijk, zoals calcium, zwavel, fosfor en magnesium.

13. Hoe moet een homeopathisch geneesmiddel ingenomen worden?

Voor de inname van een homeopathisch geneesmiddel ontvang je van je klassiek homeopaat duidelijke instructies. Gebruikelijk zijn de volgende:

- *Zoek een rustig moment voor de inname. Soms geeft je homeopaat een bepaald tijdstip op, afhankelijk van het voorgeschreven geneesmiddel.*
- *Gebruik enige tijd vóór en ná de inname geen eten of drinken, gedurende die tijd ook de tanden niet poetsen.*
- *Slik het geneesmiddel niet direct door. Houd het even in de mond (pilletjes onder de tong), zodat het via het mondslijmvlies opgenomen kan worden.*

Het is ook mogelijk dat je het advies krijgt om aan een geneesmiddel te ruiken. Het homeopathisch geneesmiddel zit dan opgelost in alcohol die vervliegt als je het flesje opent. Een homeopathisch geneesmiddel wordt opgenomen in het lichaam via de slijmvliezen, die onder andere in je mond en neus zitten. Neem bij onduidelijkheden over de inname contact op met je homeopaat.

14. Beginverergeringen bij gebruik homeopathische geneesmiddelen

Na het innemen van een homeopathisch geneesmiddel kan het voorkomen dat er korte tijd een verergering van de klachten optreedt. Ook kunnen er na inname kortdurende uitscheidingsreacties voorkomen, zoals meer transpiratie, witte vloed, neusloop, huiduitslag en dergelijke. Dit zijn genezingsreacties die slechts bij enkele patiënten optreden.

Het gebeurt ook wel dat tijdens de behandeling bepaalde klachten terugkomen die je vroeger hebt gehad. Dit kan in principe als een gunstig verloop van de therapie worden beschouwd. Bij alle reacties geldt dat als ze in jouw ogen te heftig worden je contact kunt opnemen met je homeopaat.

Ongewenste reacties kunnen optreden bij langdurige inname van homeopathische geneesmiddelen zonder professionele begeleiding van een klassiek homeopaat. Deze reacties moeten goed worden onderscheiden van een beginverergering van klachten. Een beginverergering is tijdelijk en niet schadelijk. Alleen een goed opgeleid klassiek homeopaat kan het verschil tussen beide reacties op juiste wijze beoordelen.

15. Hoe ziet een homeopathische behandeling eruit?

In de homeopathie wordt niet de ziekte behandeld, maar de zieke mens. Omdat bij de behandeling de hele mens centraal staat, neemt een eerste consult bij een klassiek homeopaat al gauw anderhalf uur in beslag. Deze tijd is nodig om een inventarisatie te maken van de gehele gezondheidstoestand. Tijdens dit eerste consult verzamelt de klassiek homeopaat drie soorten gegevens.

Allereerst wordt gevraagd naar de symptomen die direct te maken hebben met de klacht of de ziekte.

Daarna wordt er een onderscheid gemaakt in de symptomen die typisch zijn voor je reactie op de klacht of de ziekte. Waardoor wordt de klacht beter of juist erger? Sinds wanneer heb je de klachten? Waren er in die periode ook bijzondere gebeurtenissen? Hoe was je reactie hierop?

Als laatste wil de homeopaat persoonlijke kenmerken weten die niet direct verband houden met de klacht. Voorbeelden zijn eerder doorgemaakte ziekten en ziekten die zich voordoen in de familie. Hoe is het met je concentratie, geheugen en nauwkeurigheid gesteld? Hoe reageer je op warmte en koude, het klimaat en het weertype? Hoe slaap (en droom) je en hoe en wanneer transpireer je? Hoe is je hormonale cyclus en heb je voorkeur of afkeur van bepaalde voedingsmiddelen?

Aan de hand van deze gegevens stelt de klassiek homeopaat een geneesmiddelbeeld samen dat past bij je klacht en bij jou als persoon. Dit beeld wordt vervolgens getoetst aan een homeopathisch naslagwerk; de *Materia Medica*'s en het repertorium. Op basis daarvan wordt een homeopathisch geneesmiddel gekozen dat het meest overeenkomt met je beeld. Het repertorium is een boek, waarin een groot aantal symptomen en de daarbij behorende geneesmiddelen overzichtelijk staan gerangschikt. Soms zie je tijdens het consult de homeopaat al in dit boek bladeren. Tegenwoordig gebruiken veel homeopaten hiervoor een computerprogramma.

Als de homeopaat tot de keuze van een geneesmiddel is gekomen, ontvang je meestal één of meerdere korreltjes al dan niet opgelost in een water/alcoholmengsel met een voorschrift hoe deze in te nemen. Hoe vaak je een homeopathisch geneesmiddel in dient te nemen is afhankelijk van de aard van de klacht en de sterkte (potentie D, C, M of LM) van het geneesmiddel.

16. Het verschil tussen een acute en een constitutiebehandeling

De klassieke homeopathie maakt onderscheid in acute behandelingen en constitutiebehandelingen.

Acute behandelingen worden toegepast bij acute ziektes. Deze ontstaan plotseling, duren kort en verlopen heftig. Meestal gaan patiënten met een ernstige acute ziekte naar de huisarts of direct naar het ziekenhuis. Maar voor onschuldige acute ziektes, zoals een acute keelontsteking, kunnen patiënten ook prima homeopathisch behandeld worden. Verlichting van de (keel)pijn treedt vaak al na enkele minuten op.

Bij een constitutiebehandeling is er geen sprake van een plotselinge klacht, maar van een gezondheidsprobleem dat al langer speelt. Met constitutie wordt hier het gestel bedoeld. Dit gestel is voor een deel aangeboren en voor een deel door je karakter en leefstijl verkregen. Op ontregelingen zal het lichaam altijd zoveel mogelijk proberen op een onschuldige manier te reageren. Het orgaan dat een ontregeling vaak als eerste toont is de huid. Er ontstaat bijvoorbeeld eczeem. Is de levenskracht echter verzwakt dan kunnen de symptomen zich ook op een dieper niveau gaan vastzetten. Zo kan er na eczeem astma ontstaan. Omdat een chronische ziekte vaak in de loop van iemands leven op deze manier wordt opgebouwd, moet de behandeling ook vaak laag voor laag worden aangepakt. Na elkaar zijn er dan verschillende homeopathische geneesmiddelen nodig. Het behandelen van chronische ziektes vergt dan ook vaak langere tijd.

17. Storende factoren tijdens een homeopathische behandeling

Voor een homeopathische behandeling is het over het algemeen niet nodig om een bepaald dieet te volgen, tenzij duidelijk is dat er een rechtstreeks verband bestaat tussen je voedingsgewoonten en je klachten. Wel zullen een verstandige voedingsgewoonte en een gezonde leefwijze de behandeling ondersteunen en bijdragen aan een blijvend herstel. Je kunt het advies krijgen om bepaalde stoffen gedurende de behandeling te vermijden.

Voor bepaalde homeopathische geneesmiddelen kunnen er nog andere storende factoren zijn, die per geneesmiddel verschillen. Je homeopaat zal je hierover informeren.

18. Duur van een behandeling

De duur van de behandeling is afhankelijk van de ernst van de klacht en hoe lang deze al bestaat. Als er geen sprake is van een acute situatie wordt er meestal na vier tot zes weken een nieuwe afspraak gemaakt. Bij acute klachten is dat eerder.

In dit tweede consult staat je reactie op het geneesmiddel centraal; wat is verbeterd, wat is verslechterd, zijn er nieuwe symptomen naar voren gekomen? Hieruit blijkt of het gebruik van het gekozen geneesmiddel moet worden voortgezet of dat een ander geneesmiddel nodig is of dat er moet worden gewacht, omdat het geneesmiddel nog steeds werkzaam is. Het is gebruikelijk dat er meerdere geneesmiddelen na elkaar nodig zijn om een volledige genezing tot stand te brengen.

Vervolgconsulten vinden plaats zolang je nog niet voldoende bent hersteld en zolang er vooruitzichten zijn op verbetering. Als je het passende geneesmiddel hebt ingenomen, treedt in de regel bij een chronische klacht binnen vier tot acht weken verbetering op. Dikwijls treedt al binnen enkele dagen een reactie op, maar dat wil niet zeggen dat je dan al genezen bent. Het is wel duidelijk dat je reageert en dat je op de goede weg bent.

Het kan voorkomen dat enige tijd na inname van een homeopatisch geneesmiddel je ziektebeeld zodanig verandert, dat een nieuw geneesmiddel voorgeschreven moet worden. In dat geval is er sprake van een nieuwe situatie.

Het gebeurt zelden dat iemand in een keer volledig genezen is en nergens meer last van heeft. Je kunt je voorstellen dat, als je al enkele jaren aan een chronische ziekte lijdt, je organisme tijd nodig heeft om te herstellen. De duur van het genezingsproces is afhankelijk van de vitaliteit van de patiënt en de tijd dat de klachten al spelen.

19. Kunnen meerdere homeopathische geneesmiddelen tegelijkertijd worden gebruikt?

Het is niet verstandig om tijdens een homeopathische behandeling uit eigen beweging nog een homeopathisch geneesmiddel te gebruiken. De door de homeopaat voorgeschreven geneesmiddelen stimuleren het zelfgenezende vermogen van de mens. Dat vermogen zorgt er weer voor dat de klachten op de bestemde tijd en wijze verdwijnen. Het is van belang dat je je aan het behandelplan houdt. Wil je toch graag een ander homeopathisch geneesmiddel gebruiken, doe dit dan in overleg met je homeopaat.

20. Is een homeopathisch geneesmiddel geschikt voor het hele gezin?

Een homeopathisch geneesmiddel wordt altijd individueel voorgeschreven. Stel dat je dochter dezelfde hoofdpijn heeft als jij, dan betekent dat niet dat ze hetzelfde geneesmiddel nodig heeft. Ze kan immers een ander karakter hebben. Haar overige klachten zijn waarschijnlijk ook niet dezelfde als die van jou. Ze heeft wellicht een heel andere constitutie en daarvoor is een ander homeopathisch geneesmiddel nodig.

21. Welke klachten en ziekten kunnen homeopathisch behandeld worden?

Veel mensen gaan pas naar een klassiek homeopaat als ze uitgedokterd zijn in het reguliere circuit. Homeopathie wordt vaak gezien als voornamelijk geschikt voor langdurige, chronische situaties, waar de reguliere geneeskunde dikwijls weinig aan kan veranderen. Het is waar dat de homeopathie juist dan veel kan betekenen, maar dat is niet het enige werkterrein. Ook bij acute ziektebeelden, zoals blaasontsteking, borstontsteking of een migraineaanval, kan heel snel (soms binnen minuten, maar meestal binnen enkele uren) verlichting worden verkregen met behulp van homeopathie. Juist in het beginstadium van een ziekte kan door toepassing van homeopathie worden voorkomen dat een ernstiger ziekte toestand ontstaat.

Homeopathie kan over het algemeen succesvol worden toegepast, zolang de ziekte of de klachten nog in een omkeerbaar stadium zijn. Wanneer er dus nog geen onomkeerbare weefselbeschadiging heeft plaats gevonden. Zo is een reumatisch ontstekingsproces aan de gewrichten in de regel gunstig te beïnvloeden. Ernstige misvormingen aan de gewrichten bij chronische reumapatiënten zijn niet of nauwelijks te beïnvloeden. In het beginstadium van ernstige ziekten is het proces nog te stoppen of te vertragen met behulp van homeopathie. De mogelijkheden bij onomkeerbare ziekten, zoals kanker, zijn beperkt en des te beperkter naarmate het ziekteproces verder is voortgeschreden. Homeopathie kan dan ingezet worden om pijnklachten te bestrijden of het algemene welbevinden te vergroten.

Ook acute, levensbedreigende situaties kunnen in principe behandeld worden, maar dit is alleen verantwoord in overleg met de reguliere behandelend arts. Bij ernstig verloopende virusinfecties kan de homeopathie een uitkomst bieden, omdat de mogelijkheden van de gewone geneeskunde hier veel beperkter zijn.

Tijdens de zwangerschap zijn homeopathische geneesmiddelen, mits door een deskundige voorgeschreven, niet gevaarlijk. Sterker nog; een homeopathische behandeling is bijna altijd bevorderlijk voor de gezondheid van de moeder en het nog ongeboren kind. Slik in deze periode geen geneesmiddelen op eigen initiatief.

Kinderen, die in de regel een hoge vitaliteit hebben, reageren vaak snel en gunstig op homeopathie en kunnen op deze manier gevrijwaard blijven van 'antibioticakuurtjes' en de bekende KNO-ingrepen als het verwijderen van de amandelen en het plaatsen van buisjes.

Om verder nog een beeld te krijgen van de gezondheidsproblemen die regelmatig homeopathisch worden behandeld, volgen hier voorbeelden van veel voorkomende klachten:

Psychische problemen

- *verlegenheid*
- *depressies*
- *rusteloosheid*
- *angsten*
- *trauma's*

Chronische ziekten

- *hyperactiviteit (ADHD)*
- *hoofdpijn en migraine*
- *huidproblemen*
- *slapeloosheid*
- *terugkerende verkoudheden*
- *allergieën (bijvoorbeeld hooikoorts)*
- *reumatische klachten*
- *astma*
- *menstruatiestoornissen*
- *vermoeidheid*

Acute klachten

- *griep, koorts*
- *ongevallen*
- *ontstekingen, pijn*
- *misselijkheid, vermoeidheid en wisselende stemmingen tijdens de zwangerschap*

22. Hoe wordt het resultaat van een behandeling beoordeeld?

Tijdens ieder consult bekijkt een klassiek homeopaat welke symptomen veranderd zijn ten opzichte van eerdere consulten. Door het homeopathische geneesmiddel kan het klachtenpatroon immers veranderen. Daarbij bekijkt de homeopaat of deze verandering een verbetering of verslechtering is van de totale gezondheidstoestand.

Het is mogelijk dat na een behandeling een bepaalde klacht is verdwenen, maar dat er een andere voor in de plaats is gekomen. Het gaat er dan om of iemand in zijn totaliteit door een behandeling voor of juist achteruit is gegaan. Niet alleen directe resultaten van de behandeling dienen daarbij in ogenschouw te worden genomen, maar ook de gevolgen van de behandeling op langere termijn. Dit vormt een onderdeel van de beoordeling van de geneesrichting.

Stel dat bij een patiënt de astma verdwijnt en er ontstaat een eczeem: is dat een verbetering of een verslechtering? Een psychiatrische patiënt met waanbeelden ziet deze tijdens een homeopathische behandeling verdwijnen, maar wordt depressief: een verbetering of een verslechtering?

De klassiek homeopaat leert tijdens de opleiding hoe deze veranderingen in het klachtenpatroon moeten worden geïnterpreteerd. Wanneer ondanks de verslechtering van bepaalde symptomen, de patiënt er in zijn geheel op vooruit is gegaan, dan is er sprake van een genezingsreactie. Wanneer ondanks verbetering van bepaalde symptomen, de patiënt er in zijn geheel op achteruit is gegaan, dan wordt gesproken van het onderdrukken van klachten.

23. Wat kosten homeopathische geneesmiddelen en behandelingen?

Het homeopathisch geneesmiddel dat wordt voorgeschreven is veelal een integraal onderdeel van de behandeling. Hier worden geen kosten voor in rekening gebracht. In sommige gevallen kun je het voorgeschreven homeopathische geneesmiddel bestellen bij je eigen apotheek of bij een speciale apotheek voor homeopathische geneesmiddelen. In dat geval betaal je het geneesmiddel zelf.

Consultprijzen zijn bij iedere klassiek homeopaat verschillend. Kijk hiervoor op de website van je homeopaat of laat je telefonisch informeren. Voor telefonische consulten kan ook een bedrag in rekening worden gebracht.

24. Worden homeopathische behandelingen vergoed?

Door ruim vijftientig procent van de zorgverzekeraars worden - via de aanvullende verzekering - consulten gedeeltelijk vergoed indien de klassiek homeopaat bij de beroepsvereniging NVKH (Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten) is aangesloten.

De vergoedingsregelingen kunnen per verzekeraar verschillen. Meestal is er een maximumbedrag per consult of een maximum aan het aantal consulten per jaar. Het is raadzaam contact op te nemen met je zorgverzekeraar over de vergoeding. Of bekijk hiervoor je polis of de website van je ziektekostenverzekeraar.

Omdat vergoeding voor klassieke homeopathie vanuit een aanvullende verzekering betaald wordt, gaat dit niet ten koste van je eigen risico.

Je hebt geen verwijzing van de huisarts of specialist nodig om bij klassiek homeopaten terecht te kunnen.

25. Gaan natuurlijke therapieën goed samen?

Soms gaan verschillende therapieën goed samen, soms niet. Het kan moeilijk zijn om de behandelresultaten te interpreteren als er tegelijkertijd andere therapieën worden gevolgd. Dat scheidt verwarring en komt het eindresultaat niet ten goede. Overleg daarom altijd met je homeopaat of bepaalde therapieën met de klassieke homeopathie te combineren zijn.

26. Homeopathie en uw huisarts of specialist

Het merendeel van de huisartsen vindt het geen probleem als een patiënt naar een klassiek homeopaat gaat. Wel gebeurt het nog regelmatig dat een patiënt niets aan de huisarts vertelt over zijn homeopathische behandeling. Toch is dit aan te raden. Probeer in alle openheid met je huisarts, specialist en klassiek homeopaat te overleggen. Als je dat wilt, kan ook je homeopaat de huisarts op de hoogte brengen van je behandeling of je een brief meegeven voor je huisarts. De samenwerking tussen huisarts en homeopaat is soms noodzakelijk om het genezingsproces voorspoedig te laten verlopen.

27. Homeopathie en vaccinaties

Klassiek homeopaten zijn geen principiële tegenstanders van vaccineren, maar velen zijn wel van mening dat er meer onderzoek nodig is naar de bijwerkingen van vaccinaties. Ouders die bijwerkingen signaleren, vinden soms geen gehoor bij hun arts. Anderen krijgen de indruk dat hun arts een verband tussen bepaalde klachten en de voorafgaande vaccinatie bij voorbaat uitsluit.

Mocht je kind gevoelig blijken te zijn voor bijwerkingen, dan kan hij/zij bij de volgende vaccinaties begeleid worden om die bijwerkingen met homeopathische middelen zoveel mogelijk te voorkomen of te behandelen.

Voor meer informatie over dit onderwerp kun je kijken op de website van de Nederlandse Vereniging Kritisch Prikken: www.nvkp.nl

28. Regulier medicijngebruik tijdens een homeopathische behandeling

Het komt nogal eens voor dat iemand bij een huisarts of specialist onder behandeling is voor chronische klachten en tegelijkertijd wil proberen of er homeopathisch iets gedaan kan worden. Aan twee behandelingen tegelijk beginnen, schept geen ideale situatie. Zomaar de medicijnen laten staan die door de huisarts of specialist voorgeschreven zijn, is ook af te raden.

De klassiek homeopaat hanteert met betrekking tot het afbouwen van reguliere medicijnen de volgende regel: de behandelaar die iets voorschrijft, is verantwoordelijk voor het afbouwen van of stoppen met medicijnen. Als je bepaalde medicijnen wilt afbouwen, zal je klassiek homeopaat je hiervoor verwijzen naar je huisarts of specialist. Hiermee dien je de mogelijkheden van het afbouwen verder te bespreken.

Als stoppen met of afbouwen van de reguliere medicatie in eerste instantie niet mogelijk blijkt, kan er toch met de homeopathische behandeling begonnen worden. Reguliere medicijnen kunnen in sommige gevallen zonder veel problemen naast de homeopathische geneesmiddelen gebruikt worden. In andere gevallen kunnen reguliere medicijnen de werking van homeopathische geneesmiddelen verstoren. Als deze kans aanwezig is, kan de homeopaat er voor kiezen u met LM-potenties of heel lage potenties te behandelen. Deze moeten dagelijks of om de paar dagen worden ingenomen en er wordt in meerdere stappen gewerkt. De genezing verloopt hierdoor geleidelijker, milder en efficiënter. Dikwijls kan, zodra je positief reageert op de homeopathische behandeling, de hoeveelheid reguliere medicijnen alsnog worden verminderd. Maar ook dan geldt: wie voorschrijft, is verantwoordelijk voor de afbouw. Dus overleg altijd met je huisarts of specialist.

Het belang van een goede samenwerking met de huisarts zal verduidelijkt worden aan de hand van het volgende voorbeeld. Een patiënt die al tien jaar met chronische reumatische klachten kampt en dagelijks reguliere medicijnen slikt om de pijn te bestrijden, krijgt een homeopathisch geneesmiddel voorgeschreven. Een week na inname ontstaat er een lichte acute gewrichtsontsteking en de patiënt is koortsig. Dit is een stereotype homeopathische reactie die als positief wordt beschouwd, omdat het wijst op een herstel van het afweermecanisme. De huisarts zal geneigd zijn om de ontsteking te bestrijden met bijvoorbeeld antibiotica of prednison. Bij goed overleg tussen huisarts en klassiek homeopaat zal de huisarts dit enkele dagen uitstellen. De ontsteking zal

dan vanzelf of met behulp van een ander homeopathisch geneesmiddel langs natuurlijke weg kunnen verdwijnen. Daarna is de chronische situatie in veel gevallen verbeterd. Wordt er toch antibiotica of prednison gegeven, dan zal de ontsteking hoogstwaarschijnlijk verdwijnen en de oude chronische situatie terugkeren. De werking van het homeopathische geneesmiddel is dan tegengewerkt en verdere homeopathische behandeling wordt moeilijker.

29. Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten

De NVKH is een vereniging van professionele homeopaten die op deskundige wijze de klassieke homeopathie bedrijven. Het kwaliteitsbeleid van de NVKH is erop gericht de kwaliteit van de geregistreerde leden te waarborgen en verder te stimuleren. Om de herkenbaarheid van de op hbo-niveau opgeleide leden te bevorderen heeft de NVKH het keurmerk NVKH R-Hom® gedeponeerd.

Het kwaliteitsbeleid van de NVKH wordt zeer gewaardeerd. De meeste zorgverzekeraars vergoeden derhalve gedeeltelijk de consulten, uitgevoerd door leden van de NVKH, via aanvullende verzekeringspakketten.

Tevens kunnen patiënten van bij de NVKH aangesloten homeopaten rekenen op een onafhankelijke klachten- en tuchtrechtprocedure, mocht dat nodig zijn.

De NVKH is vóór samenwerking met andere zorgverleners, zoals huisartsen, psychologen, fysiotherapeuten en verloskundigen. Een andere belangrijke doelstelling is ervoor te zorgen dat de klassieke homeopathie voor een zo groot mogelijk publiek bereikbaar is. Hierin werkt de NVKH nauw samen met de KVHN. Er bestaat voor patiëntenverenigingen de mogelijkheid een lid van de NVKH uit te nodigen als spreker en op de website is uitgebreide informatie te vinden over allerlei facetten van homeopathie.

Op de website van de NVKH vind je ook de aangesloten klassiek homeopaten vermeld en kun je eenvoudig een homeopaat bij jou in de buurt vinden. Voor vragen of opmerkingen is de NVKH telefonisch van maandag tot en met vrijdag bereikbaar: 0172 – 499595 van 9.00 – 12.30 uur.

NVKH
Crown Business Center
Tolnasingel 1
2411 PV Bodegraven
Tel. 0172 499595
e-mail: info@nvkh.nl
website: www.nvkh.nl

30. Beroepsbeoefenaars in de homeopathie

Steeds meer beroepsgroepen gaan homeopathie toepassen in hun praktijkuitoefening, omdat zij hiermee goede resultaten weten te behalen. Er bestaan in Nederland naast klassiek homeopaten eveneens artsen voor homeopathie. Maar er zijn ook dierenartsen en verloskundigen die gebruik maken van homeopathie.

Klassiek homeopaten

Klassiek homeopaten die aangesloten zijn bij de NVKH hebben een vijfjarige deeltijdopleiding gevolgd aan een van de door hun beroepsorganisaties erkende homeopathieacademies. Klassiek homeopaten hebben zich gespecialiseerd in de homeopathische geneeswijze en zijn opgeleid om een homeopathische diagnose te stellen en patiënten op grond daarvan deskundig te behandelen. Klassiek homeopaten kunnen uitwendig lichamelijk onderzoek verrichten als dit nodig is om een homeopathische diagnose te stellen. Zij stellen geen medische diagnose en verrichten geen voorbehouden handelingen. Daarvoor werken zij samen met (huis)artsen en medisch specialisten. Zoek je een adres van een klassiek homeopaat bij jou in de buurt? Wend je dan tot het secretariaat van de NVKH: tel.: 0172-499595. E-mail: info@nvkh.nl of zoek op de website: www.nvkh.nl.

Artsen voor homeopathie

Artsen voor homeopathie zijn universitair opgeleide artsen die meestal zijn aangesloten bij de beroepsvereniging AVIG. Zij werken vaak eerst een periode als regulier arts en volgen daarna een driejarige deeltijdvervolgopleiding in de homeopathie. In de praktijk werken de meeste artsen voor homeopathie eveneens volgens de principes van de klassieke homeopathie, met het verschil dat zij naast een homeopathische diagnose ook als arts een medische diagnose kunnen stellen en patiënten lichamelijk mogen onderzoeken. Ook kunnen zij zo nodig een reguliere behandeling voorschrijven (als zij ook huisarts zijn) of verwijzen naar een collega.

Homeopathisch werkende verloskundigen

Er zijn ook verloskundigen die een gespecialiseerde opleiding hebben gevolgd voor het gebruik van klassieke homeopathie bij zwangerschap en bevallingen. Deze verloskundigen zijn aangesloten bij de Vereniging Verloskunde en Homeopathie.

Voor meer informatie kijk op www.vvenh.nl.

Homeopathisch werkende tandartsen

Verder is er ook een gerichte homeopathische opleiding voor tandartsen met een universitaire tandheelkundige opleiding. Deze tandartsen worden biologische tandartsen genoemd.

Voor meer informatie hierover kun je kijken op www.nvbt.nl.

Homeopathie voor dieren

Er bestaat ook klassieke homeopathie voor dieren. De Beroepsvereniging Klassiek Homeopaten voor Dieren is een vereniging die staat voor homeopathische geneeskunde die uitgeoefend wordt door goed geschoolde en door de vereniging geregistreerde therapeuten oftewel klassiek homeopaten.

Voor adressen kun je kijken op www.bkhd.nl.

Homeopathisch werkende dierenartsen

Tenslotte zijn er homeopathisch werkende dierenartsen. Deze hebben naast de opleiding tot dierenarts ook een opleiding in de homeopathie gevolgd.

Voor adressen kun je kijken op: www.scwd.nl.

31. Waar moet ik op letten in mijn keuze voor een klassiek homeopaat?

Het beroep van klassiek homeopaat is niet wettelijk beschermd. Dat betekent dat iedereen zich (klassiek) homeopaat kan noemen, ongeacht opleiding of werkervaring.

Het is niet verplicht om aangesloten te zijn bij een beroepsvereniging. Als je van plan bent naar een klassiek homeopaat te gaan, is het belangrijk te informeren naar diens deskundigheid. Deze deskundigheid wordt gecontroleerd door een beroepsvereniging die een register bijhoudt van professionele klassiek homeopaten.

Beroepsorganisaties verzorgen de controle op kwaliteit door middel van visitatie. Ze ondersteunen de leden met advies, maar stellen daarnaast ook een aantal eisen. Bij toetreding tot een vereniging wordt gecontroleerd of de betreffende homeopaat een beroepsopleiding op HBO-niveau heeft afgerond, een diploma medische basiskennis heeft, of degene aan bijscholing en intercollegiale toetsing doet, een verzorgde en goed bereikbare praktijkruimte heeft en of er sprake is van een goede waarnemingsregeling.

Nadat registratie een feit is, verwacht de beroepsvereniging dat de klassiek homeopaat een aantal bijscholingsdagen volgt, met een aantal collega's actief deelneemt in een regionale werkgroep (voor kennisoverdracht, intercollegiale toetsing en waarneming) en dat er geen gegronde klachten tegen hem/haar worden ingediend. Voldoet de klassiek homeopaat niet aan deze voorwaarden, dan wordt het lidmaatschap beëindigd.

32. Waar kan ik terecht met klachten over mijn homeopaat?

Goede zorg vindt iedereen belangrijk. Homeopaten doen er alles aan om je op een goede en respectvolle manier hulp te bieden. Toch kan het voorkomen dat je ergens niet tevreden over bent.

Het is belangrijk om je onvrede of klacht eerst met je homeopaat te bespreken. Misschien is er sprake van een misverstand en komen jullie er samen uit als je kenbaar maakt waarover je ontevreden bent of wat je anders wilt. Is het moeilijk je onvrede mondeling te uiten? Probeer het je homeopaat dan schriftelijk voor te leggen. Mogelijk ontstaat er op deze manier een opening om met elkaar te praten en het probleem de wereld uit te helpen. Meestal lost een goed gesprek je onvrede of klacht op. Klachten kunnen gaan over je behandeling, bejegening, of de bereikbaarheid.

Voel je je niet in staat je klacht te bespreken met je homeopaat, laat de situatie dit niet toe of kom je er samen niet uit? Dan kun je je wenden tot de klachtenfunctionaris van de beroepsorganisatie waar de homeopaat bij is aangesloten. In geval het een homeopaat betreft die bij de NVKH is aangesloten, dan kun je kosteloos de onafhankelijke klachtenfunctionaris van Quasir Expertisecentrum klachtbehandeling, inschakelen. Deze ondersteunt je bij het formuleren van je klacht en bij het onderzoeken van oplossingen.

Samen met jou wordt gekeken naar de mogelijkheden om gehoor te vinden voor je klacht. De klacht wordt binnen zes weken afgehandeld. De homeopaat om wie het gaat, heeft er recht op om dit te weten en wordt op de hoogte gesteld. De klachtenfunctionaris is onafhankelijk en onpartijdig.

Wordt de klacht, naar jouw mening, niet opgelost dan kan een geschil ontstaan. Homeopaten die lid zijn van een beroepsvereniging zijn aangesloten bij een onafhankelijke geschilleninstantie. Je kunt je hiertoe wenden met je klacht. De geschillencommissie doet uitspraak waar beide partijen zich aan moeten houden en kan ook een schadevergoeding toekennen.

Als er sprake is van een ernstige klacht over het handelen van je homeopaat dan kan de klachtenfunctionaris je adviseren om de klacht te deponeren bij het Tuchtrecht Complementaire Zorg (TCZ), bij de Inspectie van de Volksgezondheid of een civiel rechter. Meer informatie over TCZ lees je op www.tcz.nu onder het tabje: u-heeft-een-klacht.

Het is ieder geval belangrijk dat je klachten over klassiek homeopaten meldt bij de NVKH. Inlichtingen over de wijze waarop je een klacht moet indienen, verkrijg je op het secretariaat van de NVKH. In alle gevallen zal je gevraagd worden om je klacht op papier te zetten. Op de website van de NVKH – over de NVKH – klachtenafhandeling staat een klachtenformulier wat je kunt invullen en insturen naar de NVKH.

33. De Vereniging Homeopathie

De Vereniging Homeopathie, voluit Koninklijke Vereniging Homeopathie Nederland, is een onafhankelijke consumentenbelangenorganisatie, die een platform wil zijn voor alle personen en organisaties die affiniteit hebben met homeopathie. Doel van de KVHN is meer bekendheid te geven aan de homeopathische geneeswijze.

Voor hen die zelfsturend willen omgaan met ziekte en gezondheid is het bevorderen van de homeopathie belangrijk. De Vereniging Homeopathie is van mening dat homeopathische zorg voor iedereen beschikbaar en toegankelijk moet zijn. Dit kan alleen als voor iedereen de mogelijkheden en beperkingen van homeopathie duidelijk zijn. Met dit doel verstrekt de vereniging objectieve informatie, zodat iedereen de keuze kan maken die het best bij hem of haar past. Een bijkomend effect van deze aandacht zal zijn dat de kwaliteit en dienstverlening van de homeopathische zorg verbeteren.

Met een lidmaatschap steun je het werk van de Vereniging Homeopathie. Dat is nu harder nodig dan ooit, omdat door regelgeving steeds minder over homeopathie geschreven mag worden en er hierdoor steeds meer homeopathische middelen uit de winkels verdwijnen.

Zo investeren zij in wetenschappelijk onderzoek, lobby bij politiek en verzekeraars en verstrekken ze informatie over homeopathie via onze media.

Lidmaatschap brengt je nog meer voordelen:

- *Welkomstgeschenk*
- *Gratis verzending van bestellingen bij de Hahnemann Apotheek (bij automatische incasso)*
- *4 x per jaar het Homeopathie Magazine*
- *Korting op producten en diensten in vele webshops*

Voor de prijs van het lidmaatschap en voor nog meer (actuele) voordelen die het lidmaatschap met zich meebrengen kun je kijken op de website van de KVHN: www.vereniginghomeopathie.nl

34. Belangrijke adressen

Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten (NVKH)

Crown Business Center
Tolnasingel 1
2411 PV Bodegraven
0172 - 499595
info@nvkh.nl
www.nvkh.nl

Koninklijke Vereniging Homeopathie Nederland (KVHN)

Marius Bauerstraat 30-3
1062 AR Amsterdam
020-6178308
info@vereniginghomeopathie.nl
www.vereniginghomeopathie.nl

Nederlandse Vereniging Kritisch Prikken (NVKP)

Postbus 1106
4700 BC Roosendaal
0900-2020171
info@nvkp.nl
www.nvkp.nl

Vereniging Verloskunde & Homeopathie (VV&H)

Van Linden v.d. Heuvelsingel 27
3135 KH Vlaardingen
010-4343804
secretariaat@vvenh.nl
www.vvenh.nl

Platform Integrale Gezondheidszorg

De la Reyklaan 42
3707 TM Zeist
secretaris@platform-ig.nl
www.platform-ig.nl

Beroepsvereniging Klassiek Homeopaten voor Dieren (BKHD)

Heribertlaan 20
3984 KS Odijk
info@bkhd.nl
www.bkhd.nl

Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde (AVIG)

Koningsweg 234
3582 GM Utrecht
06-14805117
info@avig.nl
www.avig.nl

European Central Council of Homeopathy (ECCH)

School House
Market Place Kenninghall
Norfolk NR 16 2AH
(+44) 1953887521
ecch@gn.apc.org
www.homeopathy-ecch.org

Quasir

Wisselweg 33
1314 CB Almere
085-4874012
info@quasir.nl
www.quasir.nl

Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF)

Postbus 1539
3500 BM Utrecht
030-2970303
npcf@npcf.nl
www.npcf.nl

Klassieke homeopathie is een geneeswijze die de afgelopen jaren erg in populariteit is toegenomen en dat is niet verwonderlijk. Homopathische geneesmiddelen kennen immers weinig tot geen schadelijke bijwerkingen, waardoor deze natuurlijke geneeswijze heel toegankelijk is. Bovendien geneest homeopathie al ruim 250 jaar met goede resultaten op duurzame wijze.

Toch is voor een groot aantal mensen homeopathie nog met veel vragen omgeven. Deze gids geeft u antwoord op de meest gestelde vragen en verwijst u waar nodig gericht door naar andere informatiebronnen. Aan de hand van alledaagse voorbeelden uit een homeopathische praktijk wordt de geneeswijze nog inzichtelijker gemaakt.

Verder komen aan bod: hoe homeopathie is ontstaan, hoe een behandeling verloopt, op welke wijze homeopathische geneesmiddelen werken, wanneer homeopathie het beste kan worden toegepast en of het samengaat met andere geneeswijzen. Na het lezen van de gids zult u een duidelijk en compleet beeld hebben van wat klassieke homeopathie inhoudt en wat deze geneeswijze voor u kan betekenen.



Crown Business Center
Tolnasingel 1
2411 PV Bodegraven

Tel 0172 - 499595

info@nvkh.nl
www.nvkh.nl