

Inleiding

Vanaf december 1997 heb ik met enige regelmaat voor `De Sleutel`, een regionaal weekblad voor Oss en omstreken, zo'n veertigtal columngrote artikelen geschreven over homeopathie. Dit met het doel lezers op een zo begrijpelijk mogelijke manier op de hoogte te brengen van de achtergronden van deze geneeswijze, waarmee ik vanaf 1984 talloze patiënten, van jong tot oud, uit Oss en omgeving heb behandeld. Ik deed en doe dat nog steeds als consultatief arts voor homeopathie. Dit betekent, dat patiënten mij alleen consulteren voor homeopathie en niet voor andere, zoals reguliere behandeling. Iedereen kan zich altijd aanmelden voor een eerste consult, waar men ook woont. En daarnaast blijft ieder gewoon ingeschreven bij een eigen reguliere huisarts. Tijdens de spreekuren kreeg ik menige positieve reactie te horen over de artikelen in het regionale blad. Men vroeg vaak spontaan om bepaalde onderwerpen een volgende keer eens aan de orde te stellen. Er bleek nog veel behoefte aan achtergrondkennis over deze geneeswijze. Voor nogal wat mensen was het verkrijgen van informatie over homeopathie op deze manier ook een directe aanleiding om eens naar mij als homeopathisch arts toe te gaan. En zo verscheen van mijn kant een bonte verzameling van publicaties over aspecten van deze voor patiënten fantastische, maar voor een arts niet makkelijke geneeswijze. Tot er op een keer iemand bij me op het spreekuur kwam, die zelf in de journalistiek zat, en me vroeg, waarom ik die artikelen niet eens zou bundelen in boekvorm. Ik was meteen enthousiast over deze suggestie en na enige tijd informeerde ik eens bij de plaatselijke boekhandel naar mogelijke uitgeverij, die belangstelling zouden kunnen hebben om een boek over homeopathie uit te geven. Ankh-Hermes was de eerste van mijn lijstje waar ik bij aanklopte. Ik kende zelf verschillende boeken van deze uitgeverij over spiritualiteit en alternatieve geneeswijzen. Daarom was ik des te meer verheugd over het feit, dat ik juist bij hen groen licht kreeg voor dit boek. Er moest nog wel een grondige bewerking en vooral forse uitbreiding komen van de oorspronkelijke artikelen. Ook zijn er een paar compleet nieuwe hoofdstukken geschreven en toegevoegd.

Van huis uit ben ik een regulier opgeleide arts. Ik ging in 1967 medicijnen studeren in Nijmegen, omdat mijn persoonlijke ervaringen als patiënt met de gezondheidszorg allerm minst positief waren, zowel wat betreft de medisch-technische kant als de manier waarop artsen mij vroeger als kind, en later ook als volwassene, benaderden. Ik nam mij voor te laten zien, dat het ook anders kon.

Al in mijn studententijd werd ik geboeid door literatuur en lezingen over alternatieve geneeswijzen. Nog tijdens mijn co-assistentenschappen werkte ik van 1973-1976 ook als vrijwilliger in een gezondheidswinkel in Klarendal, een sociale achterstandswijk in Arnhem. Gezondheidswinkels waren in de zeventiger jaren op meerdere plaatsen in Nederland opgericht om te voorzien in 'n behoefte van mensen naar adequate informatie over gezondheidszaken. Zij kregen die van de reguliere gezondheidswerkers blijkbaar niet of veel te weinig. Er werden in de gezondheidswinkel door de wijkbewoners veel vragen aan mij gesteld over bijwerkingen van medicijnen, en of er geen goede alternatieven waren om hun klachten te behandelen. Kortom, ik merkte, dat mijn persoonlijk animo voor alternatieve geneeswijzen ook gedragen werd door de `man uit de straat`. Bij toeval kwam ik na mijn afstuderen als jeugdarts te werken aan een GGD te Oss. Dat doe ik nu nog steeds, naast mijn praktijk als homeopathisch arts. Maar naast dit preventieve werk bleef de curatie, het genezen van patiënten, mij trekken. Ik bleef me dus vanaf het begin verder oriënteren in allerlei richtingen, ook binnen de alternatieve gezondheidswereld, en toen ik gedurende een jaar ook weer eens parttime ervaring opdeed als regulier werkzaam huisarts in een gezondheidscentrum in Oss, merkte ik, dat na het voorschrijven van gewone oftewel

reguliere geneesmiddelen aan patiënten, de klachten vaak wel even verdwenen, maar na verloop van tijd gewoon weer terugkwamen, en de patiënten eveneens. Daarbij waren er ook nog al eens vervelende bijwerkingen te constateren, waar dan weer andere middelen tegen gegeven konden worden, en zo kwamen, in mijn optiek althans, patiënten van de regen in de drup. Voor mij uiteindelijk de definitieve aanleiding om op zoek te gaan naar een echt helende geneeswijze.

Ik startte in 1979 met een opleiding iriscopie aan het Nederlands College voor Natuurgeneeskunde te Hilversum. Dit is een alternatieve diagnostische methode, waarbij tekens en kleuring van de iris een beeld te zien geven van actuele en doorgemaakte ziektes. Bovendien kun je door bestudering van de iris een indruk krijgen over de constitutie van een persoon en met name de zwakke plekken daarin. Met constitutie bedoelen we de aangeboren en verworven psychische en lichamelijke gesteldheid van de mens, die mede bepalend is voor de manier waarop je op je omgeving reageert.

Ik vond dit alles echter onvoldoende, omdat de iriscopie slechts een diagnostische methode is en geen behandelwijze, en ik vond, dat ik arts was geworden om mensen beter te maken. De iriscopie biedt wel mogelijke aanknopingspunten voor behandeling, maar het zoeken was voor mij naar een methode, die de constitutie en dus de vitaliteit van de patiënt ook daadwerkelijk therapeutisch positief zou kunnen versterken. Ik vond die methode uiteindelijk in de homeopathie, een consistente geneeswijze, die bij correcte toepassing de gezondheid van de patiënt wezenlijk en op een niet-schadelijke manier blijkt te kunnen verbeteren. Aan het ook eerder genoemde College voor Natuurgeneeskunde in Hilversum startte ik in 1981 met de studie homeopathie, die ik in 1984 succesvol afsloot. Omdat dit een lekenopleiding was en ik me wilde laten registreren bij een artsenvereniging voor homeopathie, moest ik nadien nog aan de artsenopleiding voor homeopathie, georganiseerd door de SHO., de Stichting Homeopathische Opleidingen, te Wageningen mijn kennis laten toetsen middels een examen. Toen dat ook met goed gevolg was gedaan, was een inschrijving mogelijk in het register van de Nederlandse Artsenvereniging voor homeopathie, de VHAN.

Ondertussen was ik in 1984 mijn eigen praktijk in Oss gestart, en ging ik patiënten homeopathisch behandelen. Met vallen en opstaan weliswaar, want de homeopathie is geen eenvoudige geneeswijze, zeker niet voor een beginnend homeopathisch arts. Je moet het vak al doende leren. Je trekt je op aan de in het begin sporadisch succesvolle casussen. Daardoor blijf je gestimuleerd om door te gaan. Zo groeide door me te blijven bekwamen het aantal positieve resultaten, maar nog blijf ik me dagelijks verwonderen, hoe je met ogenschijnlijk eenvoudige middelen zo'n grote veranderingen in iemands welbevinden aan kunt brengen. Hoe dat te verklaren is, hoe een homeopathisch arts te werk gaat, en nog vele andere items rond het thema homeopathie hoop ik u als lezer, in dit boek uit te leggen. Ik heb altijd graag uitgelegd en doorgegeven aan anderen van wat ik zelf te weten ben gekomen over gezondheid en ziekte, en over homeopathie in het bijzonder. In de loop der jaren gaf ik menige cursus, lessen of interviews, of verzorgde lezingen over dit onderwerp. Een boek is voor mij een logische volgende stap. Ik hoop er mee te bereiken dat nog meer mensen kennis krijgen van deze geneeswijze, en gemotiveerd raken om hun klachten eens homeopathisch te willen laten behandelen.

Het boek pretendeert geenszins een volledig handboek of leerboek over homeopathie te zijn. Daarvoor is er te weinig opgenomen over de gedetailleerde werking van meerdere geneesmiddelen, en staat er ook te weinig in voor ingewijden in de homeopathie over allerlei specifieke details betreffende de concrete uitoefening van de homeopathische geneeskunst. Het boek is meer een neerslag van wat ik zelf in de loop der jaren vanuit de literatuur heb gelezen over homeopathie en wat ik uit eigen ervaring als homeopathisch arts, en van mijn collega's en collega-docenten te weten ben gekomen.

In de allereerste plaats is dit boek vooral bedoeld voor eenieder, met of zonder gezondheidsklachten, die wat meer wil weten over het onderwerp homeopathie. Daarbij heb ik niet geschuwd, met name in het eerste gedeelte van het boek, om ook stil te staan bij voor sommigen wellicht wat moeizaam te begrijpen onderdelen van de homeopathie. Ik heb er bewust voor gekozen juist zoveel mogelijk, en zo volledig mogelijk, alle basale aspecten van deze, indien goed toegepast, effectieve geneeswijze aan bod te laten komen. Maar ook voor de vele uiteenlopende disciplines in de reguliere gezondheidszorg kan het boek wellicht een eerste, maar toch voldoende breed zicht bieden op de homeopathie, waardoor de achterstand in kennis ten opzichte van deze geneeswijze bij hen wellicht weggehaald kan worden. Daardoor zijn deze reguliere gezondheidswerkers mogelijk ook beter in staat, zonder vooroordelen, maar ter zake kundig, met hun patiënten te communiceren, als deze bijvoorbeeld naast de reguliere ook een homeopathische behandeling wensen. Hopelijk worden reguliere artsen, huisartsen en specialisten, wellicht hierdoor ook gestimuleerd, om daadwerkelijk te willen gaan samenwerken met homeopathische collega's. Voor studenten in de geneeskunde kan dit boek mogelijk een stimulans zijn om zich later na 't afstuderen op te geven voor de opleiding tot arts voor homeopathie bij de SHO. Ook studenten, die een opleiding willen gaan volgen aan ■ ■ n van de Academies voor Natuurgeneeswijzen kunnen met de inhoud van dit boek wellicht hun hart ophalen.

In deel A komen historie, uitgangspunten, achtergronden en filosofie van de homeopathie aan bod. Hierbij worden de verschillen tussen de reguliere en de homeopathie duidelijk gemaakt. Daarnaast wordt ook aangegeven waar er raakvlakken zijn tussen beide geneeswijzen, waarbij ik pleit voor een additionele, aanvullende, plek van de homeopathie ten opzichte van de reguliere geneeskunde, met respect voor elkaars sterke kanten. Deel B gaat over de praktijk: het homeopathisch consult, het uitzoeken, de bereiding, en de toepassing van homeopathische geneesmiddelen, ook aan de hand van enkele voorbeelden. In deel C wordt stil gestaan bij een willekeurige volgorde van bepaalde problemen en de mogelijke rol van de homeopathie daarbij. De daarbij genoemde medicijnen zijn niet bedoeld om zomaar als zelfmedicatie te gebruiken, enkele uitzonderingen, die duidelijk worden vermeld, daargelaten.

Komt u in de loop van het boek begrippen of termen tegen, die voor u alsnog onbekend overkomen, dan kunt u deze toegelicht zien in de verklarende begrippenlijst achter in het boek.

Verder kunt u andere interessante boeken over homeopathie vinden in de literatuurlijst.

Tenslotte wil ik graag een aantal mensen bedanken, zonder wie dit boek er niet was gekomen, of er heel anders had uit gezien.

In de eerste plaats mijn ouders voor hun liefdevol aandeel aan wat en hoe ik geworden ben. Verder Noortje, mijn vrouw, voor het meeleven en kritisch doorlezen van alle oorspronkelijke artikelen en menige tekst van dit boek. Bart en Stijn, onze kinderen voor de uren, die ik in mijn toch al niet al te ruime vrije tijd kon besteden aan het schrijven van dit boek.

Ik dank de auteurs en docenten, die mij op mijn zoektocht naar en later tijdens mijn scholing in de homeopathie geïnspireerd hebben. Verschillende boeken liggen ten grondslag aan dit werk. Al deze bronnen heb ik vermeld in de literatuurlijst, ook achter in dit boek.

Speciaal wil ik bedanken voor het beoordelen van het manuscript van dit boek en het geven van zeer waardevolle tips en aanvullingen: Frans Kusse, collega- arts voor homeopathie; Peter Jeurissen, regulier collega, en mijn vriend Henk v. Rees, die in zijn vakantie met zorg en

toewijding zijn commentaar heeft geformuleerd . En uiteraard Annet Teunissen ,
kunstenares uit Oss, voor de medewerking aan de omslag van dit boek.

Tevens dank ik die patiënten, die toestemming gaven om hun casus te verwerken in dit boek.

Ik draag het boek op aan al mijn patiënten, die in mij hun vertrouwen hebben gesteld , en dat
in de toekomst nog zullen gaan doen. Zij zijn degenen, die daadwerkelijk het levende bewijs
zijn van deze geneeswijze.

In de hoop dat steeds meer mensen de homeopathie zullen gaan zien en ervaren ,als een
wezenlijke mogelijkheid om zich gezond te houden of te maken, en hun levensweg in
harmonie te vervolgen, wens ik een ieder veel genoegen toe bij het lezen van dit boek.

Jan Hoes.