stroom

tijdschrift voor gezondheid vanuit de antroposofie I nr 4 2011 - najaar I los nummer € 5,25

Edmond Schoorel over Kinderspreekuur

Zonnehuizen aan de afgrond

Antroposana zet in op integratieve zorg

Duurzame gezondheidszorg: wat is leven?

De geest verhuist mee met Aquamarijn

Onderzoek naar kunstzinnige therapie

Mijn kind weer bij elkaar geraapt

Stroom geeft het woord aan... Jolanda Brals (41 jaar) uit Zwolle. Ze bezocht met haar dochter Bodyl (7 jaar) consultatief werkend antroposofisch arts René Slot *Tekst* I *Petra Essink* *Foto* I *Hape Smeele*

Jolanda: 'Toen ik na mijn scheiding in Zwolle kwam wonen en mijn dochter de overstap had gemaakt naar de eerste klas van de Vrije School, merkte ik dat het niet goed ging met Bodyl. Ze had de hele dag buikpijn en ze liep telkens op haar tenen. Ik voelde dat haar hele lijfje "strak" stond en ze kon zich moeilijk concentreren. De leerkracht vertelde dat Bodyl iedere keer naar de WC moest wanneer hij instructie gaf.'

'Tijdens het eerste consult was Bodyl er nog niet bij. Het eerste waar dr. Slot mij naar vroeg was wat ik mijn kinderen te eten gaf. Ik was helemaal niet bewust met voeding bezig, mijn dochter snoepte regelmatig en ik kocht vaak van die pakjes Fristi voor haar. Ik dacht dat dat gezond was. Met de nodige humor en zonder dat hij mij er een slecht gevoel over bezorgde, lukte het hem mij uit te leggen dat Fristi niet de beste keuze voor mijn kind was. Hij vertelde uitgebreid over de werking van suiker, kunstmatige additieven en de waarde van biologische voeding. Ook overtuigde hij mij dat het melkontbijt, meestal cornflakes, dat ik mijn kinderen gaf, Bodyl te weinig stevigheid bood. "Met zo'n ontbijt is het logisch dat je kind na de ochtendpauze alle concentratie kwijt is", zei hij tegen me. Hij adviseerde me de kinderen 's morgens twee bruine boterhammen te geven.
Pas in tweede instantie vroeg hij naar Bodyl, naar de relatie met mijn dochter en haar verstandhouding met haar oudere broer en jongere zusje. Nadat ik mijn verhaal had gedaan kwam hij met heel praktische opvoedingsadviezen. Die gingen vooral over meer structuur aangeven voor Bodyl. Op een bepaalde manier waren zijn adviezen best confronterend, maar ik heb ze nooit als belerend ervaren. Ik had het gevoel dat hij mij en mijn dochter goed zag en me bij de hand nam in de opvoeding. Soms was hij heel nuchter. "Gevoelige kinderen moeten ook opgevoed worden hoor!" zei hij dan en "een grote mond moet je gewoon aanpakken!"

een consult stond hij dan op en zei: "Ik ga even een ommetje maken, tijdens het lopen krijg ik altijd de juiste invallen". Binnen drie minuten kwam hij dan weer binnen met een passend advies. Naast alle "tips" kreeg Bodyl van hem antroposofische druppels. Ik heb hem nagevraagd wat er in zat. Hij mailde: een combinatie van homeopathisch verdunde medicijnen, kamille en *cuprum aceticum* tegen de onrust en buikpijn, *bryophyllum argento culto* om oude en nieuwe emoties te helpen verwerken en verteren en om minder open te staan voor alle indrukken. Verder stibium om beter te "zakken in haar lijf" en op haar te helpen meer structuur te bieden en kalium om zich beter te kunnen concentreren.
Nu, een half jaar later heb ik het gevoel dat mijn kind weer bij elkaar is geraapt. De buikpijn is over. Ze kan weer meedoen in de les, en thuis is ze ook veel rustiger. En ze loopt weer met haar voeten plat op de grond.'

s I René Slot is consultatief antroposofisch arts en houdt spreekuur in Arnhem, Deventer en Zwolle

Kinderen op het spreekuur

In september is het boek *Kinderspreekuur. Gezondheid – Ziekte – Opvoeding*, dat sinds lange tijd niet verkrijgbaar was, opnieuw verschenen bij uitgeverij Christofoor. Kinderarts *Edmond Schoorel* bewerkte het boek voor Nederland. Reden voor een gesprek *Tekst* I *Mieke Linders* *Foto* I *Mathijs IJsseldijk*

De ontmoeting vindt plaats in lommerrijk Bilthoven in het sfeer en rust uitademende huis van dokter Schoorel. Herstellend van een ziekte en werkend aan zijn conditie heeft hij juist een twee uur durende fietstocht achter de rug. Al van jongs af wilde hij 'dokter' worden. Tijdens zijn opleiding in Groningen trok de kindergeneeskunde hem, maar het werd huisarts omdat de destijds maandenlange opname van zieke kinderen in het ziekenhuis als vrijwel enige behandelingsmethode hem niet beviel. Later ontdekte hij elders dat het ook anders kon en koos hij alsnog voor deze specialisatie. Hij kwam daarbij in Leiden en Rotterdam terecht. In Leiden ontmoette hij Aart van der Stel, die hem met enthousiasme vertelde over zijn voorgenomen opleiding in Arlesheim. Dit was de toen enige mogelijkheid om antroposofisch arts te worden. De al aanwezige interesse voor de antroposofie en de antroposofische geneeskunde werd hierdoor opnieuw bij hem aangewakkerd. Dit resulteerde in zijn opleiding tot antroposofisch kinderarts in het antroposofisch ziekenhuis in Herdecke (Duitsland) bij Wolfgang Goebel. Daar zag Edmond Schoorel hoe de antroposofische geneeskunde heel goed te integreren is in het medische bedrijf. In 1996 richtte hij met anderen het Kindertherapeuticum op, waar hij nog altijd werkzaam is. Begonnen in Utrecht, later verhuisd naar het voormalige pand van de Triodos Bank in Zeist. De werking van de mooie en verzorgde omgeving is daar ook voor de ouders van kinderen voelbaar, vertelt hij.

Geniaal

Het boek *Kinderspreekuur* werd geschreven door dezelfde Wolfgang Goebel, kinderarts en hoofd van de antroposofische kinderafdeling in Herdecke, waar Edmond Schoorel zijn opleiding deed. Hij schreef het samen met Michaela Glöckler, eveneens kinderarts, eerst in Herdecke, later werd ze in Zwitserland hoofd van de internationale antroposofische medische sectie. Dat het boek nu opnieuw verschijnt is te danken aan de tomeloze en perfectionistische inspanningen van Michaela Glöckler, zegt Edmond Schoorel. 'Het is wereldwijd een buitengewoon goed verkocht en gelezen naslagwerk. In Duitsland beleeft het zijn achttiende druk sinds de eerste in 1984. Trouw en consequent verzorgt Michaela Glöckler de herdrukken. Ontwikkelingen en veranderingen die effect hebben op de kindergeneeskunde worden nauwgezet verwerkt in elke nieuwe druk. Zo integreerde ze de rol van kernenergie, de media en die van gescheiden ouders. Teksten die niet meer voldoen worden in een nieuwe druk weggelaten of aangepast.' Schoorel kwalificeert haar werk sinds de eerste verschijning van het boek als 'geniaal'.

Edmond Schoorel deed veel redactiewerk voor de Nederlandse vertaling en paste de inhoud aan de Nederlandse situatie aan. Het boek is op een enigszins stellende manier geschreven, zoals dat in het Duits gebruikelijk is (*'man soll...'*). In Nederland wordt doorgaans een beweeglijker vorm gebruikt. 'Helemaal verhollandsen kun je een Duits boek niet. Dan zou je het moeten herschrijven.' Hij noemt het een 'voorschrijfboek' dat gebaseerd is op degelijke argumenten. Een aanrader voor alle gezinnen.

Lezenswaard

Wat maakt nu *Kinderspreekuur* zo lezenswaard? 'Het is een combinatie van medische naast pedagogische adviezen. Het uitgangspunt is: hoe verzorg je de gezondheid van kinderen vóórdat ze ziek zijn, en als ze ziek zijn: hoe help je een kind die ziekte zo goed mogelijk te doorstaan? Dit is de zogenoemde salutogenese. In tegenstelling tot de pathogenese die het ontstaan van ziekte beschrijft, houdt de salutogenese zich bezig met de oorsprong van gezondheid. De rol van groei, voeding, inentingen, school, kinderziektes, warmte en media worden tegen het licht gehouden en het effect ervan op de rest van een mensenleven. Het is ook een praktisch boek dat zelfhulpmiddelen aandraagt.' Het praktische is niet per se een antroposofische verworvenheid, zegt Edmond Schoorel. Het is bij de antroposofie blijven hangen omdat het 'praktische' in Nederland en veel andere westerse landen is uitgesleten.

'Dat kleine kinderen niet meer in wol, maar eerder in katoen worden gehuld, heeft bijvoorbeeld een effect op de warmtehuishouding later in het leven. Het voorschrijven van middelen is een allopathische manier van denken. Het antroposofische gehalte zit hem in de salutogenese en in de gedachtengang dat er samenhangen bestaan in een mensenleven. De mens is een natuurlijk, biologisch, psychisch en geestelijk wezen met goed te onderscheiden wezensdelen. De reguliere literatuur beperkt zich vaak tot het opvoeden van de ziel, wat antroposofisch gezien een eenzijdig gezichtspunt is. Zo wordt al lezend de antroposofie in het boek ingevlochten.'

De toonzetting van het boek is in de loop der jaren gelijk gebleven: als ouders heb je een *'Himmelsbote'*, een godsgezant in huis. In alle bescheidenheid mag je die een tijdlang onder je hoede nemen en begeleiden naar waar dit kind voor op aarde is gekomen. 'De komst van een baby brengt de jonge ouders haast vanzelf in een sfeer van eerbied en verwondering. Dat is een ideale stemming om stil te staan bij de niet-alledaagse

kanten van het leven. De opbouw van het levenslichaam en de gewoontes moeten verzorgd worden, de geest heeft (op) voeding nodig. De mens verkommert als die verzorging niet of niet voldoende plaatsvindt. Het boek windt er geen doekjes om: bij in gebreke blijven doe je het werk van opvoeder niet goed. Het boek begint bij de zuigelingenverzorging, bij de peuters en kleuters, want zíj gaan straks de wereld bevolken!'

Kindertherapeuticum

In de wachtruimte van het Kindertherapeuticum klinkt geen achtergrondmuziek, er wordt intensief gespeeld met het houten speelgoed en op de tafel ligt voor de ouders het boek *Kinderspreekuur*. De drijfveer van het therapeuticum is salutogenetisch van aard: wat je nu doet is bepalend voor het latere leven. Dit legt op ouders een verantwoordelijkheid. 'Maar verantwoordelijkheid kan verlammend werken of deprimeren. In het Kindertherapeuticum gaat we hier op een bemoedigende manier mee om', aldus Edmond Schoorel. 'Niemand is ideaal. Alles wat je weet om te buigen is gunstig. Wat fout ging is doorgaans in te halen. En kinderen zijn vergevensgezind.'

Er kan een medische behandeling plaats vinden – een chronische oorontsteking behandel je – met reguliere en/of antroposofische middelen. Er is ook pedagogische begeleiding: hoe laat is het bedtijd, waar geef je een kind ruimte. Edmond Schoorel constateert dat moderne ouders hun kind vaak te veel ruimte geven en onvoldoende leiding nemen. 'Dat niet alles kan, dat keuzes gemaakt dienen te worden, dat dingen gaan zoals ze gaan en dat niet alles leuk is in het leven zijn zaken die een kind tegen dient te komen. Een kind wil van de volwassenen horen hoe het er in de wereld aan toegaat. Ouders zouden wat meer een standpunt kunnen innemen en daarvoor staan. Opvoeding is ook zelfopvoeding.'

Hij komt vaker schuldgevoel van ouders tegen wanneer hun kind ziek is. 'Dat is een verkeerd spoor. Proberen om de ziekte weg te toveren ("had ik maar...") is niet ja zeggen tegen het levenslot van het kind. Een innerlijke houding van de ouder: "kind wat rot voor je", werkt troostend en steunend.' Het Kindertherapeuticum helpt de ouder om het kind goed te leren zien en begrijpen. Alles wordt gedaan om te voorkomen dat het ziek wordt en bij ziekte worden kind en ouders zo goed mogelijk begeleid zodat het weer beter wordt.

Het Kindertherapeuticum is een uniek tweedelijns instituut met veel vormen van behandeling in huis, verklaart Edmond Schoorel trots. Men hoeft niet van het ene loket naar het andere. Jaarlijks worden zo'n 400 à 500 kinderen behandeld. 'Ongeveer de helft van de ouders is niet bekend met de antroposofische geneeskunde. Ze worden verwezen door een reguliere arts. Anderen komen via antroposofische artsen, vrije school, het "horen zeggen". Mensen die nieuwsgierig zijn en zien hoe in het Kindertherapeuticum ziekte niet bestreden, maar begeleid wordt tonen zich vaak dankbaar.'

s | Wolfgang Goebel, Michaela Glöckler
Kinderspreekuur Gezondheid, ziekte, opvoeding
5e druk | gebonden | 512 blz. | € 35,- |
ISBN: 9789062387700

Mieke

Tekst | *Margaret Vink*

Mieke is een meisje van drie en een half en ze komt met haar vader. Ze kijkt me even aan en wil, na wat aansporen van haar vader, mij wel een handje geven. Dan gaan haar ogen meteen rond de kamer: 'Wat is hier te beleven?' Haar vader neemt tegenover mij plaats aan tafel. Hij vertelt dat hij met Mieke komt omdat ze andere kinderen knijpt en soms ook bijt. Vooral in de straat waar ze wonen, maar soms ook op het kinderdagverblijf waar Mieke twee dagen in de week naar toe gaat. Eigenlijk gaat het verder wel goed met haar, zegt vader. Er zijn wat eczeemplekjes in de ellebooggplooien en in de knieholten. Het jeukt soms, ze zien haar krabben, maar niet zo dat ze er wakker van ligt.

Terwijl vader en ik praten, loopt Mieke de kamer rond, of eigenlijk, ze rent. Ze pakt een puzzel en probeert of ze de houten figuren op de goede plek kan leggen. Dat lukt haar goed. De puzzel ook afmaken, dat is lastiger want er is zoveel meer te zien. Vader vertelt dat als Mieke een dag op het kinderdagverblijf is geweest, ze de volgende dag nog drukker is en de hele dag aandacht nodig heeft. Eigenlijk zijn ze soms ten einde raad.

Ik kan me daar iets bij voorstellen als ik Mieke zo bezig zie. Het is mooi om te zien hoe ze in alles geïnteresseerd is, maar te veel indrukken die binnenkomen putten haar uit en het maakt dat ze de indrukken niet goed kan verwerken. Ik leg vader uit dat ik het bijten van andere kinderen zie als een uiting van angst: Mieke is erg open voor indrukken, eigenlijk te open en ervaart daarom de dingen om haar heen als bedreigend. De eczeemplekjes passen hierbij. Ook wat we eten komt van buiten bij ons binnen en door het te verteren moeten we het ons eigen maken. Als dat niet lukt, nemen we als het ware een stukje buitenwereld in ons op. Een allergie kan hiervan een gevolg zijn, met uitingen als bijvoorbeeld eczeem.

Ik schrijf Mieke een poeder voor waarin **zilver** zit, homeopathisch verdund en gebonden aan een plant met de naam Bryophyllum, **Broedblad** in het Nederlands. Deze plant krijgt langs de bladranden allemaal kleine nieuwe plantjes, met worteltjes en al en is dus heel vruchtbaar, een teken van vitaliteit. Broedblad hoort tot de vetplanten-familie en die hebben als eigenschap dat ze zich, met hun dikke sap-opsparende bladeren, goed van hun omgeving kunnen afschermen, ook in minder gunstige omstandigheden. Zilver helpt om gezonde grenzen te bouwen, om jezelf niet te verliezen en bij jezelf te blijven. En er zit kalk van de oesterschelp in. Een mooi beeld: de oester met een parel er in. Een mooie parel, net zoals wij dat zijn, en daaromheen die duidelijke, stevige en beschermende schelp.

Als Mieke vier weken later terugkomt met haar vader is ze nog steeds levendig en bezig, maar wat me opvalt is dat ze nu geregeld stopt, me aankijkt en de tijd neemt te antwoorden op mijn vragen. Ik heb nu het gevoel echt contact met haar te hebben. Het eczeem is er nog iets, maar het is verbleekt en het jeukt niet meer. En het knijpen en bijten van andere kinderen? Dat heeft ze niet meer gedaan.

s | Margaret Vink is consultatief werkend antroposofisch arts in Zutphen

Een nieuwe Stroom

Het tijdschrift van Antroposana heeft een geheel nieuw uiterlijk en zelfs een nieuwe eigen naam: Stroom. Om dit te vieren en met meer mensen te delen, sturen we het eenmalig mee met het blad voor de vrijeschool de Seizoener.
Waarom een nieuw uiterlijk? De inhoud willen wij steeds relevanter, eigentijdser en aansprekender maken. Een passende vorm maakt dit in één oogopslag zichtbaar. Vandaar de frisse uitstraling van dit totaal vernieuwde blad . U zult ongetwijfeld even moeten wennen, maar wij hopen en vertrouwen erop dat u er snel tevreden, gelukkig en enthousiast over bent.

Waarom een nieuwe naam? Het tijdschrift droeg tot nu toe de naam van de patiëntenvereniging zelf. Onduidelijk was of je met 'Antroposana' de vereniging of het blad bedoelde. Daarom hebben wij een eigen naam gekozen. Naar de oude van weleer, vóór het tijdperk van Antroposana, konden we niet teruggaan. De tijden en de omstandigheden zijn veranderd, ook het tijdschrift is verder geëvolueerd.
Waarom Stroom? Stroom is een prachtig Oernederlands woord. Zonder de stroom van rivieren zou Nederland niet hetzelfde land zijn. Die waterstroom is onontbeerlijk voor ons leven. Maar stroom staat voor meer, zoals luchtstroom, bloedstroom, gevoelsstroom, gedachtenstroom. Meteorologische, lichamelijke en innerlijke stromen, allemaal verbonden door dat ene woord. En uiteraard ook elektrische stroom. Zonder die energievorm zou onze maatschappij niet functioneren.

Ook in de gezondheidszorg is stroom van het grootste belang. Een ECG (elektrocardiogram) of EEG (elektroencefalografie) meet de elektrische stroom in het hart of in de hersenen. Een belangrijk diagnostisch hulpmiddel. Maar er gaat ook een andere stroom door het lichaam, die je een lichtstroom of levensstroom zou kunnen noemen. De vraag is hoe je die kunt meten, voor diagnostiek gebruiken, op gang brengen of herstellen. Dat gebeurt in een integratieve vorm van gezondheidszorg waaraan de antroposofie dienstbaar is. Daarvoor is er Stroom, tijdschrift voor gezondheid vanuit de antroposofie.

Namens de redactie,
Michel Gastkemper, hoofdredactie

Zorgverzekering: de Antroposana-polis

Ongeveer 200.000 mensen in Nederland maken gebruik van antroposofische gezondheidszorg. Voor mensen die deze zorg kiezen bestaat sinds 2006 de Antroposana-polis. Deze verzekering dekt bovenop de basisverzekering, die voor iedereen wettelijk verplicht is, de kosten voor antroposofische behandelingen en geneesmiddelen die niet uit de basisverzekering vergoed worden.
De polis is onderscheidend door vergoedingen voor onder andere:

- ✓ behandeling en onderzoek door een arts, aangesloten bij de Nederlandse Vereniging van Antroposofisch Artsen (NVAA) of de Vereniging Homeopathische Artsen Nederland;
- ✓ antroposofische en homeopathische geneesmiddelen op voorschrift van een arts en geleverd door een apotheek met een vergunning in Nederland of Duitsland, inclusief antroposofische geneesmiddelen van Weleda en Wala die door Duitse apotheken worden geleverd;
- ✓ antroposofische therapieën op verwijzing van een arts of specialist, mits de therapeut is aangesloten bij een beroepsverenging van de Nederlandse Vereniging van Antroposofische Zorgaanbieders;
- ✓ toelating tot deze verzekering vindt zonder medische selectie plaats.

Lees de polisvoorwaarden voor een exacte omschrijving van de dekking! De verzekering is een collectieve ziektekostenverzekering voor leden van Antroposana. Leden ontvangen korting op de premie. Samen met de nieuwe adviseur, Flexis groep, voert Antroposana rechtstreeks gesprekken met de verzekeraar (De Amersfoortse) waar de polis loopt. Het streven is een zo compleet mogelijke betaalbare verzekering voor antroposofische gezondheidszorg, die uw visie op gezondheid en ziekte ondersteunt. Speerpunt voor komend jaar is om de gunstige financiële ontwikkeling op de polis te benutten voor een kleinere premiestijging dan bij vergelijkbare verzekeringen. Dit met behoud van de dekking van dit jaar.
Voor vragen over de Antroposana polis kunt u terecht bij de Flexis Groep, t (020) 62 60 628 (tijdens kantooruren, Marlies Nolting of Jessica de Wit) of **antroposanapolis@flexisgroep.nl**. Kijk eerst op onze website **www.antroposana.nl**, want daar staat vanaf half november alles over de Antroposanapolis 2012 (AR)

Antroposana zet in op integratieve zorg

Patiëntenvereniging Antroposana wil snel af van het alternatieve imago dat vaak nog aan antroposofische gezondheidszorg kleeft. De antroposofische gezondheidszorg is nooit bedoeld als alternatief [koppelteken weghalen:] voor, maar als aanvullend op de reguliere zorg. Het samengaan van aanvullende en reguliere zorg wordt integratieve zorg genoemd. Centraal staat daarbij de eigen regie van de patiënt over zijn gezondheid, met de arts of therapeut als coach. Een werkgroep van Antroposana-leden gaat een haalbaar plan van aanpak opstellen om de integratie te versterken.
Daarnaast werkt Antroposana aan het verbeteren van de 'zichtbaarheid' van de antroposofische gezondheidszorg,door een aansprekende visie uit te dragen. Met een actieve PR en voorlichting. Ook hiervoor is een werkgroep gevormd. Begin 2012 moet alles zijn beslag krijgen. Meedenken? Mail of bel naar Antroposana, (033) 42 26 542 of leden@antroposana.nl. (TK)

Tegenstroom tegen weetjes

'De psychologie wordt gegijzeld door hersenwetenschappers', zegt klinisch psycholoog aan de Radboud Universiteit Jan Derksen in *nrc next* van 22 augustus (*'De gijzeling van de psychologie'*). Het onderzoek naar intelligentie is volgens hem 'een wezenloze feitjesmachine' geworden: verbanden leggen tussen geluksgevoel, levensverwachting en lachen, tussen sportuitoefening en vruchtbaarheid, alcoholgebruik en ondernemingszin. Statistische gegevens die een stroom van 'weetjes' opleveren.
Maar of dat nog wetenschap is te noemen? Veel wordt gemeten onder de vrouwelijke psychologiestudenten van begin twintig, die studiepunten behalen met het invullen van vragenlijsten bij sociaalpsychologisch onderzoek. 'Niemand lijkt zich nog zorgen te maken over de generaliseerbaarheid van deze "kennis".'
De *Breinadepten* hebben volgens Derksen ook grote invloed op de psychiatrische diagnostiek. Mei 2013 verschijnt *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, versie 5 (DSM-5). Het komt de geneesmiddelenfabrikanten goed uit wanneer er steeds makkelijker en vaker een stoornis 'gelabeld' kan worden die met medicamenten te beheersen is. De oorzaken liggen immers in het brein. Zo komt de diagnostiek in een fuik terecht. Klinisch psycholoog Derksen roept op psychologische processen evenzeer van belang te achten als biologische en sociologische. De mentale concepten moeten weer aanzien krijgen. 'Het vereist moed en lef in te zwemmen tegen de stroom van hersenonderzoekers, experimentalisten, empiristen en de DSM-maffia', aldus Derksen. (AM)

Jan Derksen, klinisch psycholoog aan de Radboud Universiteit

Complementaire kennis

Een op de tien Nederlanders bezoekt wel eens een homeopaat, acupuncturist of natuurgeneeskundige, meestal naast de reguliere huisarts. Ook nemen steeds meer reguliere artsen aanvullende therapieën op in hun aanbod. Het wordt tijd om deze behandelingen te voorzien van een goede wetenschappelijke basis. *ZonMw* stimuleert gezondheidsonderzoek en zorginnovatie in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO). ZonMw pleit voor een wetenschappelijke toets van complementaire behandelwijzen. Arine Vlieger, kinderarts aan het Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein zegt dat er gedegen onderzoek nodig is om 'het kaf van het koren' te scheiden. Zij wijst bijvoorbeeld op de veiligheidsaspecten bij het gebruik van kruiden. Bepaalde kruiden kunnen zware metalen bevatten die schadelijk zijn. Verder vindt Vlieger dat de discussie over reguliere en aanvullende geneeswijzen erg zwart-wit wordt gevoerd. Voor- en tegenstanders zouden elkaar moeten vinden in de noodzaak van nuchter onderzoek. Als een behandeling werkzaam blijkt te zijn, zou je dat toch verder kunnen onderzoeken? De geneeskunde heeft zich in de loop der eeuwen juist ontwikkeld door deze open mind.

Bron: Mediator, 26 augustus (AM)

ZonMw

Stelling van de Dag over alternatief

Het is best lastig in het woud van de alternatieve zorg de bomen, takken en twijgen te onderscheiden. *De Telegraaf* van 30 juni doet een poging. De alternatieve geneeswijzen waren het onderwerp van 'de Stelling van de Dag'. Een meerderheid bij de online enquête staat sympathiek tegenover alternatieve geneeswijzen. Een derde deel noemt het allemaal kwakzalverij, maar de rest brengt daar tegenin: 'Als men iets niet begrijpt hoeft het nog geen onzin te zijn.' Volgens de ochtendkrant bestrijkt de alternatieve zorg een groot gebied. Het populairst is homeopathie (55% staat hier welwillend tegenover), direct gevolgd door acupunctuur (53%). Natuurgeneeskunde (39%) en chiropraxie (36%) volgen op enige afstand.

Onder de reacties veel succesverhalen. Mensen die met een alternatieve therapie verlost werden van psoriasis, hooikoorts, migraine, rugklachten en talloze andere aandoeningen. Om welke vorm van therapie het gaat, blijft vaag. Ze zijn ook onmogelijk in een statistisch overzicht te plaatsen. Twee derde vindt dat de reguliere gezondheidszorg zich te arrogant opstelt tegenover alternatieve zorg. Tegelijkertijd maakt 57% zich wel bezorgd over het kaf onder het koren, 'oplichters en kwakzalvers die goedgelovige en wanhopige mensen veel geld uit de zak kloppen' (AM)

PGO's voor 80 ct

Het bureau *Synovate* peilde de meningen over patiënten- en gehandicaptenorganisaties (PGO's). De overheid gaat drastisch bezuinigen op deze PGO's. Zij zullen op zoek moeten naar alternatieve vormen van inkomsten. Zoals: het verhogen van de zorgpremie met 80 cent per maand. Drie op de vijf Nederlanders hebben hier geen bezwaar tegen, een kwart echter wel, en dan vooral PVV-kiezers. Het onderzoek legde de deelnemers ook de vraag voor of men – los van de ziektekostenpremie – zélf bereid was een bedrag per maand te betalen om de PGO's te financieren. 58% bleek zelfs iets meer dan 1 euro per maand hiervoor over te hebben.

Bron: Chronisch zieken en CG-Raad (AM)

Zonnehuizen aan de afgrond

Op 19 september bestond de Zonnehuizen precies tachtig jaar. Maar er viel niets te vieren. Het oorspronkelijk door Bernard Lievegoed opgerichte heilpedagogische instituut voor kinderen en jeugdigen met een verstandelijke beperking is bijna failliet. Door fusies en overnames is het de afgelopen jaren uitgebreid tot een zorgconcern op antroposofische grondslag, actief in de geestelijke gezondheidszorg, gehandicaptenzorg en speciaal onderwijs voor kinderen en volwassenen. Er wordt zorg en behandeling geboden aan 2800 cliënten, waarvan 800 intramuraal, dankzij ruim 2300 banen voor medewerkers in vestigingen verspreid over het hele land. Maar er worden enorme verliezen geleden: 16 miljoen in 2010, op een exploitatiebudget van circa 92 miljoen.

Op 12 september gaven de vakbonden na samenspraak met hun leden groen licht voor een ingrijpende reorganisatie. Zij namen een aangepast sociaal plan aan, waarbij er 400 banen verdwijnen, bestaande uit maximaal 245 voltijds arbeidsplaatsen (fte's). Het alternatief is namelijk een faillissement en dat zou helemaal desastreus zijn. Maar dat gevaar is nog niet geweken. De tijd dringt om instemming met dit plan van verzekeraars en banken te krijgen, om van financiering verzekerd te kunnen blijven. Op 26 oktober moet dat duidelijk zijn, anders trekken de bonden hun toestemming in voor de reorganisatie die bestaat uit ontslag, overname en outsourcing (uitbesteding). Getroffen door ontslag worden vooral staf- en ondersteunende diensten en andere medewerkers die niet direct met de cliënten werken, voor 65 fte's (waarvan er inmiddels al 20 via afvloeiing zijn gerealiseerd). Voor overname komt de Michaelshoeve in Brummen met ruim 80 jongeren in aanmerking, voor 115 fte's. Er is sprake van dat jeugdzorginstelling Rentray in Eefde hiervoor belangstelling heeft. Maar in de verkoop gaan ook kleinere vestigingen in Noord-Holland, zoals de poliklinieken in Amsterdam en Hoorn, voor 37 fte's. De uitbesteding betreft de eigen keukens in Zeist en Olst en de eigen schoonmaak, voor 28 fte's.

Bronlaak-Heimdal in Oploo en Eindhoven lijkt van alle vestigingen het minst te worden getroffen door de reorganisatie. Deze instelling fuseerde in 2007 met de Zonnehuizen, Michaelshoeve-Overkempe in 2009. Er kwamen kleinere overnames bij. Als reden dat de Zonnehuizen nu langs de rand van de afgrond scheert, wordt door vakbondsbestuurders vooral gewezen op te hoge kosten door onvoldoende integratie. De overhead bedroeg in 2010 bijvoorbeeld 24%, terwijl dat 15 tot 17% had kunnen zijn. De oplossing wordt nu gezocht in hechte samenwerking, eventueel binnen een consortium, met een sterke partner in met name vastgoed.

De school valt overigens buiten alle regelingen, die kent een aparte financiering via onderwijs. In een brief aan de ouders schrijft interim-bestuurder Charles Laurey dat de zorg hoe dan ook wordt gecontinueerd, ook al zou het instituut Zonnehuizen ten onder gaan. De zorgkantoren hebben namelijk een wettelijke zorgplicht (MG)

De nieuwsberichten zijn verzorgd door Michel Gastkemper (MG), Aad Meijer (AM), Thom Kloes (TK), Andreas Reigersman (AR)

Wat is leven?

In september is het boek *Duurzame gezondheidszorg. Visies en praktijkervaringen* verschenen. Hierin worden bouwstenen aangedragen voor een nieuwe toekomst van de gezondheidszorg. Diverse auteurs hebben een bijdrage aan dit boek geleverd, daaronder ook veel prominenten uit de antroposofische gezondheidszorg. Zo schrijft Erik Baars over onderzoek, Guus van der Bie over opleiding, Pim Blomaard over ethiek, Jaap Sijmons over gezondheidsrecht, Jan Huisman over de patiënt als partner en Arie Bos over het menselijk ecosysteem. Uit het hoofdstuk van Arie Bos nemen wij het volgende gedeelte over *Tekst* | *Arie Bos* *Foto* | *Getty Images*

De bedreigingen van de menselijke gezondheid zijn legio. De vraag is hoe de mens zelf met deze bedreigingen kan omgaan opdat hij zijn gezondheid behoudt. Daarmee betreden we het gebied van het menselijk gezondheidssysteem of ecosysteem. Het is tevens de vraag hoe we in staat zijn ons 'gezonde leven' in stand te houden.

Er bestaat eigenlijk geen biowetenschappelijk begrip voor leven. Leven wordt eenvoudig gezien als een bijverschijnsel van een specifieke vorm van organische chemie die is te danken aan een bijzondere ordening van de moleculen. Het betekent dat er fundamenteel geen verschil wordt gezien tussen de levende en de levenloze natuur.

De Oostenrijkse kwantumfysicus Erwin Schrödinger, Nobelprijswinnaar dankzij zijn golfvergelijking, heeft zich uitvoerig met dit vraagstuk beziggehouden. Hij is vooral bekend als de naamgever van 'Schrödingers kat', een gedachte-experiment waarbij een kat volgens kwantummechanische begrippen tegelijkertijd levend en dood zou moeten kunnen zijn.

Misschien wel hierdoor aan het denken gezet, heeft hij in Dublin in 1943 een zeer belangrijke serie lezingen gegeven over biologie, handelend over de vraag die gewoonlijk niet meer wordt gesteld: wat is het verschil tussen de levende en de levenloze natuur? Hij vroeg zich af hoe een organisme het klaarspeelt zijn speciale hoge ordening van moleculen te bewaren en niet, zoals levenloze systemen, ten prooi te vallen aan de entropie (uiteenvallen in wanorde, red.).

Deze lezingen werden gebundeld in het boek *What is Life?* dat in 1944 werd gepubliceerd. De uitkomst van zijn onderzoek heeft hij aldus geformuleerd: 'De kunstgreep waardoor een organisme zich stationair op een tamelijk hoog ordeningsniveau kan handhaven, bestaat in werkelijkheid uit een voortdurend "opzuigen" van ordening uit zijn omgeving.'

Leven berust volgens Schrödinger op het (zelf) handhaven van ordening. Dat bewaren van ordening de grondvoorwaarde is van het leven, blijkt uit het volgende. Als sommige bacteriën in omstandigheden verzeild raken waar ze absoluut niet tegen kunnen – te droog, te heet, te zout, wat dan ook – maken ze zich tot betere tijden onkwetsbaar. Ze vormen een spore. Als kernhoudende eencellige organismen dezelfde truc toepassen (cryptobiose genoemd), noemen we ze cysten. Om de structuur, de ordening te bewaren, wordt water uitgeperst; daarvoor in de plaats komt een suiker (trehalose). Een spore en een cyste zijn dan als het ware geconserveerd. De vraag of ze leven wordt beantwoord zo gauw de spore of de cyste in leefbare omstandigheden terechtkomt. Dan vullen de spore en de cyste zich met water en beginnen ze zich weer bezig te houden met metabolisme.

Er zijn planten die dezelfde truc toepassen, zoals de roos van Jericho. En ook een 'klinisch dode' patiënt of een drenkeling kan alleen in het land van de levenden terugkeren als in deze toestand, waarin veel fysiologie stilvalt, de ordening niet verloren gaat.

Het menselijk ecosysteem

De term ecosysteem heeft de term 'het milieu' verdrongen. Alleen in de uitdrukking 'goed voor het milieu' leeft dit nog voort. Maar voordat het milieu deze aandacht opeiste, sprak Claude Bernard al vanaf 1854 over het *Milieu interieur*, waarmee hij de begrenzing van de biochemische voorwaarden beschreef waaraan het interstitiële vocht waarin onze cellen zijn ingebed moest voldoen. Hiervoor wordt nu de term homeostase gebruikt. Toen was overigens nog niet bekend dat ons lichaam uit veel meer organismen bestaat dan onze eigen cellen.

We hebben tienmaal zoveel bacteriën in onze darm dan eigen cellen, die samen één tot anderhalve kilo wegen. Trouwens, onze eigen cellen bevatten weer organellen met ieder een eigen DNA. Ooit, in een heel ver verleden, zijn de voorouders van die organellen waarschijnlijk zelf eencelligen geweest die een eigen leven hebben geleid.

Kortom, we hebben niet alleen een intern milieu, maar vormen een samenleving van verschillende levende wezens, een geheel eigen ecosysteem. Overigens is ieders ecosysteem weer zo uniek, dat een speurhond de biochemische kenmerken ervan meteen herkent.

Bedreiging

De uitwisseling van een levend organisme met de omgeving gaat zo ver dat vrijwel alle cellen en alle moleculen (dus ook het DNA) gestaag worden vernieuwd.

Eigenlijk bestaat de activiteit van het leven maar uit twee bezigheden: voortplanting en zelfherstel. De meest subtiele en elegante vorm van geneeskunde is natuurlijk de geneeskunde die van dat laatste gebruik weet te maken

Dat is – naast de opname van het voedsel, de gasuitwisseling en de andere invloeden van de omgeving – een enorme bedreiging voor de ordening, voor het bewaren van de homeostase. Het organisme is 24 uur per dag in de weer om al die storingen ongedaan te maken. En wel op alle niveaus: moleculair (DNA-reparatie, chaperonne-eiwitten), biochemisch (handhaven van het interne milieu), cellulair (immuunsysteem) en macroscopisch (wondgenezing). De uitwisseling van moleculen en de vernieuwing van cellen maken zelf ook deel uit van het zelfherstel, het handhaven van de eigen ordening.

Het beroemde en veel aangeroepen zelfgenezend vermogen van een organisme is dus de kernactiviteit van het leven zelf. *Eigenlijk bestaat de activiteit van het leven maar uit twee bezigheden: voortplanting en zelfherstel.* De meest subtiele en elegante vorm van geneeskunde is natuurlijk de geneeskunde die van dat laatste gebruik weet te maken. Voor wat betreft de farmacotherapie kan dat het beste met middelen die zelf ordening bieden. Bijvoorbeeld met medicamenten uit de natuur waarin de eigen samenhang aanwezig is gebleven, zodat die de eigen ordening helpen handhaven. Zo is aangetoond dat vitamine C in een sinaasappel wat betreft haar antioxidatieve eigenschappen in hoge mate superieur is aan 'zuivere' vitamine C.

s | ***Duurzame gezondheidszorg. Visies en praktijkervaringen.*** Marko van Gerven, Jan Huisman, Hans Nijnens et al. Uitgeverij Christofoor, 224 blz., € 24,50

Arie Bos is huisarts te Amsterdam en auteur van het succesvolle boek ***Hoe de stof de geest kreeg. De evolutie van het ik***, Uitgeverij Christofoor, 460 blz., € 29,90, nu al in derde druk

agenda

Apeldoorn, vanaf 7 oktober
Inloopochtenden | iedere vrijdagochtend een mogelijkheid tot uitwisseling en activiteit

Vanaf vrijdag 7 oktober | 10.00-12.00 uur | Kosten: € 5 inclusief koffie en thee | Plaats: Therapeuticum de Es, Glazeniershorst 159 | Info/opgave: gewoon binnenlopen!

Apeldoorn, 17 oktober
Introductieavond klankschalen | Ervaar wat klankschalen met je kunnen doen

Maandag 17 oktober | 19.00-20.30 uur | Kosten: € 5 | Plaats: Therapeuticum de Es, Glazeniershorst 159 | Info/opgave: Saskia de Groot, (0570) 56 19 29 of saskia.de.groot@hetnet.nl

Groningen, 17 oktober-28 november
Inner Focus | Cursus met oefeningen gebaseerd op mindfulness, concentratie en meditatie. Leven met meer kalmte en betere zelfacceptatie. Bedoeld voor mensen met stressgerelateerde klachten. Tevens voor mensen met een chronische ziekte.

Maandagochtenden 09.45-12.30 uur | Plaats: Therapeuticum Lemminkäinen, Noorderhaven 32 | Kosten: € 185. | Opgave: paulivanengelen@hetnet.nl of 050-5735639 of via therapeuticum 050-3124052 | Info: www.meditatie-en-innerlijke-groei.nl

Bergen, vanaf 1 november
Massagecursus | ritmische massage, aanbod komen: de aanraking, ritme, oliën, warmte, inwrijving, de pakking en eenvoudige massagevormen

Dinsdags 20.00-22.00 uur (1 nov t/m 6 dec) | Plaats: Therapeuticum Egelantier, Prinsesselaan 52, Bergen | Kosten: € 65 | Opgave: Chris Vree, (072) 58 96 699 of info@therapeuticum-egelantier.nl | Info: (072) 58 94 803, www.therapeuticum-egelantier.nl

Tilburg, 15 november
Presentatie Antroposofische gezondheidszorg | o.a. lezing *Antroposofische geneeskunde van deze tijd?* door Peter Staal, antroposofisch huisarts, diverse workshops

19.00-21.45 uur | Plaats: Therapeuticum de Linde, Cornelstraat 1 | Info: (013) 46 82 997

Zeist, 17 november
Michael als tijdgeest | lezingen en workshops. NVAZ Herfstconferentie

9.00-17.00 uur | Plaats: Stichting Zonnehuizen, Utrechtseweg 86, Locatie Stenia, Rafaelzaal | Kosten: € 80, met reductie: € 50 | Organisatie en info: Info@nvaz.nl of (030) 69 45 544, aanmeldingsformulier: www.nvaz.nl

Amsterdam, 25 en 26 november
Overbeweeglijke en apatische kinderen | Herfstcongres, lezingen van *Christie Amons* (psycholoog), *Edmond Schoorel* (kinderarts) en *Peter Borm* (tandarts). Diverse workshops.

Kosten: € 95, studenten € 60 | Info: Jelle van der Schuit (079) 32 11 837, info@herfstcongres.nl, www.herfstcongres.nl

Bergen, 10 december
Het oliedispersiebad | workshop o.l.v. *Chris Vree*. Het oliedispersiebad naar W. Junge wordt geïntroduceerd en geoefend. Doelgroep: verpleegkundigen, fysiotherapeuten en geïnteresseerden

10:00 uur | Plaats: Prinsesselaan 52, Bergen | Info: (072) 58 96 699, www.therapeuticum-egelantier.nl

Alkmaar, 16 februari
Kanker bekeken vanuit de antroposofische zorg | Eerste van drie avonden over kanker, door antroposofisch huisarts Jos Dries

20.00 uur | Plaats: de Rietschoot, Saskerstraat 22 | Kosten: leden Antroposana gratis, niet-leden € 5 | Info: (072) 56 25 175, antroposana-alkmaar@live.nl, www.antroposana.nl/dewilg

Heeft u iets voor op deze agenda? Mail het ons: redactie@antroposana.nl

Colofon
7e jaargang, nr. 4, oktober 2011

Redactie Petra Essink (hoofdredactie), Michel Gastkemper (hoofdredactie), Thom Kloes (bestuurslid), Mieke Linders, Inica Loe en Aad Meijer
Redactiesecretariaat Stationsstraat 79G, 3811 MH Amersfoort
Omslag
Vormgeving Gerda Peters, www.fingerprint.nl
Drukwerk Zijlstra Drukwerk, Rijswijk.
Oplage 14.500 exemplaren
ISSN 1574-8723
Kopijsluiting 4 december 2011
Advertenties (06) 4862 3741, adverteren@antroposana.nl
Redactie tijdschrift redactiestroom@antroposana.nl
Ledenvragen en mutaties leden@antroposana.nl
Overige zaken info@antroposana.nl
Bestuur van Antroposana Annemieke Jansen, voorzitter; Harjo Walvis, secretaris; Theo Helling, penningmeester; Andreas Reigersman en Thom Kloes
Directeur Lia Kemerink
Secretarieel medewerkster Inica Loe
Stroom wordt verzonden in afbreekbaar biofolie, mede gefinancierd door Zijlstra Drukwerk

© 2011, ANTROPOSANA, Amersfoort, alle rechten voorbehouden.

Het tijdschrift Stroom is het ledenblad van Antroposana, landelijke patiëntenvereniging antroposofische gezondheidszorg. Secretariaat: Stationsstraat 79G, 3811 MH Amersfoort, (033) 42 26 542 (di-wo-do 10.00-13.00 uur), leden@antroposana.nl, www.antroposana.nl.
Een abonnement op Stroom kost € 19,- per jaar. Het lidmaatschap van de vereniging, inclusief een abonnement op Stroom, kost € 25,- per jaar. Abonnement en lidmaatschap worden beide steeds stilzwijgend met een periode van een jaar verlengd. Opzegging schriftelijk aan bovenstaand adres, vóór 25 december.

Disclaimer De inhoud van alle uitingen van Antroposana, landelijke patiëntenvereniging antroposofische gezondheidszorg, zoals website, tijdschrift, brochures, posters, folders, banners en dergelijke, is met de grootst mogelijke zorg samengesteld onder eindverantwoordelijkheid van het bestuur van de vereniging. Deze uitingen beogen bij te dragen aan de realisering van de doelstellingen van de vereniging Antroposana.
Het bestuur van Antroposana kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele, buiten haar schuld ontstane, onjuistheden en evenmin voor de gevolgen van het gebruik van de inhoud.
Het bestuur wijst eveneens elke aansprakelijkheid van de hand voor bijdragen van derden, of voor de inhoud of het functioneren van informatiebronnen waarnaar wordt doorverwezen.

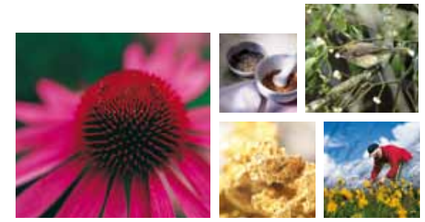
<advertentiepagina>

BABY NATURA

Online Babyspeciaalzaak
Voor kinderen van 0 tot 6 jaar
Kleding - Speelgoed - Verzorging
Slaapgoed - Matrassen - Babydragers
Biologisch katoen - wol - zijde
WWW.BABYNATURA.NL

<1/12 Biografiek > = nieuwe
maat 54x71 = 3-koloms.
liever 1/8 = 87x48 mm

<1/12 Biografie loms.
liever 1/8 = 87

WELEDA

In harmonie met mens en natuur

Niet 'wat doet het geneesmiddel met jou' is de spannende vraag, maar 'wat doe jij met het geneesmiddel'? Onze geneesmiddelen dwingen niet. Ze nodigen uit om zelf aan de slag te gaan. Ze versterken het zelfherstellend vermogen dat elk lichaam - jong of oud - eigen is. Daarvan word je beter.

Weleda geneesmiddelen zijn ontwikkeld vanuit antroposofisch- medische inzichten en kennen een lange traditie van medisch gebruik.

In harmony with nature and the human being
Since 1921

www.winterlok.nl
Wollen ondergoed voor jong & oud
Sokken, maillots, pantoffels, lamsvachten en veel meer.
Kijk op: www.winterlok.nl
Wolletjewinterlok | Weerdingerweg 3 | 7872 TC Valthe | Tel: 0591-51 35 56 | info@winte

Hoe je de geest mee laat verhuizen
Therapeuticum Aquamarijn in Arnhem

Tekst: Michel Gastkemper

Foto's:

De vraag kwam vanuit Therapeuticum Aquamarijn in Arnhem zelf: of we wilden komen kijken hoe men daar met een ingrijpend veranderingsproces bezig is. Daar zeg je als redactie natuurlijk geen nee op. Het riep ook diverse vragen op. Welke veranderingsproces is daar dan gaande? En waarom is het zo ingrijpend?

Therapeuticum Aquamarijn bleek dicht bij de noordzijde van station Arnhem te liggen. Al wandelend moet je een beetje stijgen, maar dat kun je in deze heuvelachtige stad verwachten. Achterom kijkend een mooi uitzicht op het centrum van de stad. Helemaal beneden moest de rivier zijn. Aan mijn linkerhand de weilanden van Park Sonsbeek. Een dwarsstraat toonde het bordje De Wetstraat; vervolgens liep ik aan nummer 10 voorbij zonder er erg in te hebben. Een flinke heg onttrok het statige witte pand en daarmee ook het naambord aan het gezicht.

Maar eenmaal gevonden, kon ik zonder moeite of bellen de voordeur openen. Een leeg halletje en een donkere gang. Op een bord aan de muur wie zich in het gebouw bevond en wie niet. Meteen na binnenkomst moest ik de deur rechts hebben, had antroposofisch arts Gerard Rotteveel me al gezegd. En dat ik zo kon binnenlopen. Toch verkoos ik eerst in de wachtkamer aan het eind van de gang links te gaan zitten, want ik was te vroeg. Nauwelijks bezig de omgeving in me op te nemen, of Rotteveel kwam er al aan.

HOED
In zijn spreekkamer had ik het eerste gesprek van die middag. Hij vertelde me over de verhuisplannen van Aquamarijn. Het pand was eigenlijk niet geschikt meer en er diende zich een prachtmogelijkheid aan: een HOED. Dat betekent 'Huisartsen Onder Eén Dak'. Dat is een al langer bestaande vestigingsvorm waar huisartsen bij aan kunnen schuiven, door met elkaar één pand te delen. Niet met antroposofische partners, maar dat sprak hem juist aan, want dat maakte de integratie met de bestaande geneeskunde des te duidelijker. Hij wilde dat ik er vooral met andere medewerkers over zou spreken. De kans liet ik me echter niet ontgaan om eerst wat meer over zijn beroepsleven te horen.
Gerard Rotteveel bleek al zeventien jaar als consultatief arts in Arnhem te werken, nadat hij zijn werk als huisarts in 1994 had overgedragen aan twee opvolgers, Barbara Bischot en Hans van Vugt. Die hebben beiden hun spreekkamer op de eerste verdieping. Zijn eigen doktersloopbaan nam na de opleiding zijn aanvang in Afrika. Daar trof hij antroposofisch arts Bob Witsenburg die hij later, toen deze in Haarlem praktiseerde, weer terug in Nederland opnieuw ontmoette. De drang om zelf antroposofisch arts te worden, kwam pas later, rond zijn zevendertigste. Nu is hij dat op 73-jarige leeftijd al bijna net zo veel jaren als hij toen oud was. Het grootste deel daarvan heeft hij praktijk gehouden in Arnhem.

Denktank
Maar we moeten gauw naar boven, de rest van het pand bekijken, en vooral deelnemen aan een bijeenkomst met een groep actieve mensen die nauw bij de nieuwste ontwikkelingen zijn betrokken. We worden op de tweede verdieping al opgewacht door een select gezelschap van vier personen, die voor deze vergadering in de startblokken zitten. En ik mag meedoen.
Gerard had zelf de aanzet tot de vorming van deze club gegeven. Hij vond het van de gekke dat er geen patiënten bij de verhuizing betrokken waren. Sinds een jaar bestaat deze aparte groep, als een soort denktank, of antroposofischer: een klankbordgroep. Met als vraag: hoe krijg je patiënten meer betrokken bij het therapeuticum? En dan niet alleen wanneer er iets aan het gebouw moet worden gedaan en de handen uit de mouwen gestoken. Erna formuleert het mooi: hoe krijg je de geest ook mee verhuisd? Dat is niet alleen het werk van artsen en therapeuten. Aanvankelijk waren ze er helemaal niet oplossingsgericht mee bezig, maar hebben ze alleen vragen gesteld.
Jan Goorissen vertelt dat er ter informatie aan de hele praktijk een goede brief is geschreven, op de juiste toon. Namelijk dat iedereen een bijdrage mag en kan leveren aan de ontwikkeling van het therapeuticum. De aanhef is al belangrijk: er is niet gekozen om mensen aan te spreken als patiënten, maar als deelnemers. Als patiënt zit je in een afhankelijke en passieve rol, als deelnemer kun je actief vanuit jezelf iets schenken om het therapeuticum mogelijk te maken. Urgent zijn vragen geworden als: waarheen ontwikkelt het therapeuticum zich, en tot wat wil het zich ontwikkelen?
Het zichtbaar maken en de communicatie verzorgen is een hele inspanning, beaamt ook Jeroen. Sinds kort zit hij in de redactie van Aquatinten, het blad van het therapeuticum. Dat kan goed laten zien wat Aquamarijn is, en vooral ook wat er allemaal omheen mee verbonden is. Dat is veel! Maar ook mooi om te doen. Ook de website wordt daartoe opgetuigd.
Euritmietherapeute Andrea Wellenstein komt binnen. Ze wil me nu de rest van het gebouw laten zien, straks is ze vertrokken. Ik verlaat tijdelijk de vergadering, want ik wil zo min mogelijk ervan missen, en laat me door haar meevoeren, door alle deuren, trappenhuizen, gangen en gangetjes, en vooral: therapieruimtes. Wat is er inventief omgegaan met al die ruimtes, het doorbreken naar een tweede pand ernaast, en daar de zaken zo aanpakken dat weer nieuwe therapie-, behandel- en uitrustruimtes zijn ontstaan. Sommige heel klein. En dan die zolder voor de kunstzinnige therapie met een pracht lichtinval. Ik kan me voorstellen dat niet iedereen zit te springen om te verhuizen naar een andere locatie. Dit is ingeleefd en heeft sfeer.

Houdingskwestie
Terug bij de 'denktank' gaat de discussie over alternatieve therapievormen, bijvoorbeeld reiki, en of je die ook een plek in je therapeuticum zou geven als je daarvoor ruimte vrij had. Daarop klinkt een sterk 'ja maar', want dan raak je aan de eigen identiteit. Waarvoor zou je het doen, verwater je dan niet je eigen doelstellingen? Het is vooral een houdingsvraagstuk, brengt Joukje Pothoven in. Je kunt het onderzoekend benaderen en vragen stellen, zonder het van tevoren helemaal af

te wijzen. En ook de mens leren kennen die zich ermee bezig houdt en die erop afkomt. Kortom, in gesprek zijn. Wordt er niet hetzelfde gevraagd als je straks als Huisartsen Onder Eén Dak zit? Zolang je maar trouw blijft aan je eigen idee van antroposofische therapieën en daarin duidelijk bent. Bijvoorbeeld ook bij het aannemen van nieuwe therapeuten.

Gaandeweg de vergadering zijn er allerlei ideeën ontstaan om mensen er meer bij te betrekken. En zijn er ook actief vooroordelen bestreden die je daarbij in de weg kunnen zitten. Als laatsten die middag spreek ik nog met medisch assistente Lidwien van Vliet en huisarts Barbara Bischot, die werkelijk als sluitpost de deur van het pand achter zich dichttrekt. Zij merken duidelijk dat het pand niet geschikt meer is als therapeuticum. Het is oud en verouderd, benauwd en gehorig. Hoog tijd om te verhuizen naar een nieuwe locatie. Maar tegen welke kosten?

Het oude pand bood relatief goedkope huisvesting, hoewel dat in de nabije toekomst ook zal ophouden. Durf je te investeren in iets nieuws, in iets waarvan je nog niet honderd procent zeker weet of het goed uit zal pakken? En kun je het ook, heb je vertrouwen in de toekomst? Niet alleen financieel, maar ook mentaal? Niet iedereen binnen het therapeuticum is overtuigd dat de verhuizing een goede stap is. Toch lijkt die onontkoombaar. Samenwerken binnen een setting van reguliere gezondheidszorg, Gerard Rotteveel kan zich niets mooiers voorstellen. Dit heeft hij altijd al gewild. De toekomst is echter niet aan hem, maar aan anderen. In oktober of november moet het definitieve besluit vallen.

Antroposofische geneeskunde

Roermond/Melick/Nuenen
Lou Crijns
Consultatief antroposofisch arts | Spreekuur volgens afspraak | T: 0475 520 980

Rotterdam
Aart van der Stel
Antroposofisch en consultatief arts | Boy Edgarstraat 208, 3069 ZA Rotterdam | Spreekuur volgens afspraak | T: 06 463 116 86

Zaanstreek
'**Raphael**', Centrum voor antroposofische gezondheidszorg in de Zaanstreek | Tjotterlaan 14c, 1503 LB Zaandam | T: 075 612 1028

Zutphen
Margaret Vink
Consultatief antroposofisch arts | Therapeuticum De Rozenhof | T: 0575 574 466 | www.margaretvink.nl

Muziektherapie

Dearsum
Anne Marie van Hoeven
Nummer 32, 8644 VS, Dearsum | T: 0515 336 570 | www.ruimte-muziek.nl

Den Haag
Praktijk Muziek Speciaal
Praktijk voor Kunstzinnige Therapie Muziek, specialisme: kind en jeugd | Zonnebloemstraat 44, 2565 RZ Den Haag | T: 070 388 1201

Groningen
Gooyke van der Schoot
Balans-Muziek, praktijk voor muziektherapie | Gerard Doustraat 91, 9718 RH Groningen | T: 050 527 8453 | www.Balans-Muziek.nl

Noordgouwe
Connie Alblas
Klinker Klankwerk & Muziektherapie | Ring 32, 4317 AB Noordgouwe | T: 06 403 666 47 of 0111 712 045 | muziek@deklinker.net | www.deklinker.net

Chirofonetiek

Zutphen
Angelique Petersen
Praktijk voor Chirofonetiek | Burgemeester Dijckmeesterweg 14, 7201 AL Zutphen | T: 0575 515 332 | www.praktijkvoorchirofonetiek.nl

Psychosociale therapie

Arnhem
Hilde Hooiberg
Waarom loop ik steeds tegen hetzelfde aan? Wat wil ik met mijn leven? Wie ben ik...?, Biografiegesprekken. Praktijk digame (zeg het me) | www.digame.nu | T: 06 273 11 283

Arnhem/Nijmegen
Herman Klaassen
Biografisch ouder- en gezinscoach. Praktijk voor hulp aan passend moeder-zijn en vaderzijn in deze tijd | Boomkruiper 13, 5831 DX Boxmeer | T: 048 557 8778 of 06 293 311 70 | h.a.m.klaassen@hetnet.nl

Bedum
Margje Vos
Praktijk voor Psychosynthese & Biografische coaching, Kwaliteit en bezieling in Leven, Werk en Relatie | Thesingerweg 1, 9781 TR Bedum | T: 050 301 0867 | www.margjevos.nl

Heemstede/Zaandam
Drs. Lucia Pultrum
Praktijk voor werk- en levensvragen. Individuele psychosociale therapie, biografisch werken, jobcoaching, loopbaanbegeleiding, relatietherapie, zingevingsvraagstukken | T: 023 545 0373 | www.luciapultrum.nl

Schagen
Drs. Peter Kortekaas
Praktijk voor levens- en zingevingsvragen | T: 06-159 499 69 | www.de3weg.nl

Kunstzinnige therapie - spraak

Zeist
Marion Maas
Kunstzinnig therapeut spraak, coaching en drama | Molenweg 34, 3708 SC Zeist | T: 030 691 91 92

Kunstzinnige therapie - beeldend

Wageningen
Elske Hoen
Nienke van Hichtumstraat 20, 6708 SE, Wageningen | T: 0317 412 996 | info@elskehoen.nl, | www.elskehoen.nl

Zeist
Anneke Weeda-Vis
Artesana, Praktijk voor kunstzinnige therapie | Brugakker 16-35, 3704 WK Zeist | T: 030 699 44 18 | info@artesana.nl

Euritmietherapie

Rotterdam
Katrin Beise
Euritmietherapeute in het Therapeuticum Helianth | Vredeman de Vriesstraat 19-23, 3067 ZJ Rotterdam | T: 010-2263788 of 06-44124050 | www.euritmierotterdam.nl

Zutphen/Warnsveld
Wieger Veerman
Praktijk voor euritmietherapie | Sint Martinusstraat 9, 7231 CK Warnsveld | T: 0575 572 124

Overige therapieën

Vlaardingen
Inge van Hoorn
Praktijk voor Fysiotherapie Therapeuticum Symphytum | Robert Schumanring 17, 3137VB | T: 010 752 3844 en 06 255 059 28 | www.fysiotherapieantroposofie.vpweb.nl

Den Haag
Micheline Mets
ILMATAR Praktijk voor spel- en opvoedingsondersteuning | Van Bylandtstraat 59, 2561 GJ Den Haag | T: 06 499 121 44 (8.30 - 9.30 u + voice mail) | info@spelenopvoeding.nl | www.spelenopvoeding.nl

Arnhem
Praktijk Marianque den Draak
Haptotherapeute op antroposofische basis | T: 026 442 2824 | Burgemeestersplein 13, Arnhem | www.Praktijk Den Draak.nl

Uw praktijk in deze rubriek opnemen?
Bel 06 486 237 41 of mail adverteren@antroposana.nl

artsen&therapeuten

Werkingsmechanismen van therapieën inzichtelijk maken

Onderzoek en wetenschap spelen een steeds belangrijkere rol op het gebied van de antroposofische gezondheidszorg. Er komt heel wat kijken bij het realiseren van wetenschappelijk onderzoek. Om daar een indruk van te krijgen, spraken we met fondsenwerver, projectontwikkelaar en onderzoeker Annemarie Abbing *Tekst | Michel Gastkemper*

Een vragenlijst met wat kunstzinnig therapeuten precies bijhouden tijdens het therapieproces

Annemarie Abbing is ruim anderhalf jaar geleden begonnen als fondsenwerver bij het Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg aan Hogeschool Leiden. Het Lectoraat bestaat sinds 2007 en floreert met Erik Baars als lector, die met een staf aan mensen om zich heen werkt aan het zichtbaar maken en verantwoorden van de antroposofische benadering in de gezondheidszorg in Nederland. Daar hoort Annemarie Abbing dus ook bij, met specifieke taken: niet alleen als fondsenwerver, maar ook als projectontwikkelaar en onderzoeker.

Annemarie heeft een opleiding tot kunstzinnig therapeute achter de rug, aan dezelfde Hogeschool Leiden. Dat was in de jaren 1997 tot 2001. Maar met 22 jaar voelde zich nog erg jong om zich als zelfstandig therapeute te vestigen. Bovendien miste ze indertijd bij de kunstzinnige therapie soms wat wetenschappelijke onderbouwing. Ze was betrokken en enthousiast en wilde altijd méér weten: 'Wat zijn de werkingsmechanismen achter deze therapie,' vroeg ze zich af. 'Hoe mooi het allemaal ook is, werkt het wel echt zoals het wordt voorgesteld, en waar baseer je dat dan op?'

Dit leidde haar tot de studie diergeneeskunde in Utrecht, waar ze koos voor de richting veterinaire volksgezondheid en onderzoek. 'Diergeneeskunde is volledig *Evidence Based*, het heeft een duidelijk kader. Je kunt er direct verantwoord en veilig mee aan de slag.' Na deze studie ging ze bij het ministerie van Landbouw (LNV) werken. Voor dit ministerie deed ze onderzoek, tot 2007. Vervolgens werd ze moeder van twee kinderen. Toen ze weer buitenshuis kon gaan werken, wilde ze werk doen wat vooral een maatschappelijk belang diende. Ze werkte als freelancer mee aan een project 'kunst in onderwijs'. Hiervoor verzorgde ze ook de fondswerving, wat haar kennismaking ermee was.

Op de website van Hogeschool Leiden kwam ze het Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg tegen, dat ze nog niet kende. Er was een vacature voor fondsenwerver. Dit sprak haar aan, want het leek of hierin alles bij elkaar kwam wat zij tot dan toe had gedaan en meegemaakt. Ze solliciteerde en werd meteen aangenomen. Ze begon direct met fondsenwerven, want het Lectoraat is onder leiding van Erik Baars een rijdende trein, die met flinke vaart werkt aan het vergroten van het kennisdomein. De financiële basis daarvoor is afkomstig van het eigen werkveld dat voor een deel structurele ondersteuning biedt, en uiteraard de hogeschool zelf die haar lectoraten mede bekostigt. Voor afzonderlijke projecten moet echter aanvullende financiering worden gevonden.

Annemarie Abbing is behalve fondsenwerver ook projectontwikkelaar. Ze werkt aan het opzetten van onderzoeksprojecten en brengt daarvoor diverse samenwerkingspartners bijeen. Over de werksfeer bij het Lectoraat is ze erg te spreken: 'Bij het Lectoraat wordt met grote overtuiging en betrokkenheid gewerkt, op het ministerie had ik meer de afstandelijkheid van ambtenarenwerk ervaren. Hier zijn heel korte lijnen. Er wordt in een ontspannen en ongedwongen sfeer keihard gewerkt, ook buiten de vaste uren.'

Reguliere subsidies

Haar eerste jaar als fondsenwerver was zeer succesvol, het lopende tweede gaat ook goed. Er is een aardig netwerk opgebouwd van antroposofische fondsen. Daarnaast richt het lectoraat zich steeds meer op reguliere subsidies. Vanuit de overheid beheert ZonMw (Zorgonderzoek Nederland, Medische Wetenschappen) de subsidies voor gezondheidszorgonderzoek. Hier doet het lectoraat ook financieringsaanvragen. Omdat iedereen daar aanvraagt, is er ongeveer 10% kans dat je voorstellen ook gehonoreerd worden. Een potentiële steun in de rug voor het Lectoraat is het recente officiële advies van ZonMw om meer aan CAM-onderzoek te doen, dus naar complementaire zorgvormen.

Algemeen in de gezondheidszorg is er een verschuiving te zien, en komt er meer aandacht voor nauwere betrokkenheid van de patiënt bij zijn eigen gezondheid. Ook aan die kant worden er nieuwe stappen gezet, met *health promotion*, *empowerment* en zelfregie. Dat is iets wat in de antroposofische gezondheids-

zorg eigenlijk al van oudsher centraal staat. Annemarie: ‘Het is daarom belangrijk dat wij als lectoraat actief deelnemen aan deze ontwikkelingen. Diverse projecten voor de komende periode zijn dan ook daarop gericht. De focus komt ook meer op de patiënt en cliënt te liggen: deze is de “eindgebruiker”, onderzoeksresultaten moeten daar terecht komen. Het is voor de patiënt belangrijk om te weten welke mogelijke behandelingen en therapieën er zijn voor welke klachten, in hoeverre de werking wetenschappelijk is aangetoond en waar men terecht kan voor goede zorg.’

Vorig jaar werd voor twee jaar geld toegekend door de Stichting Innovatie Alliantie (SIA), voor het maken van zorgprogramma’s door het Lectoraat. Het gaat om het project ‘In Verbinding. Vernieuwing van eerstelijnszorg met antroposofische inzichten’, waar in samenwerking met zorgverleners in de antroposofische zorg vier zorgprogramma’s worden ontwikkeld, plus het monitoren van de uitvoering. Deze programma’s betreffen de aanpak in de eerste lijn van depressie, hechtingsstoornissen, hooikoorts en kanker.

Therapie inzichtelijk maken

Annemarie Abbing voert zelf ook onderzoek uit. Dit betreft vooral haar eigen vakgebied, kunstzinnige therapie. Voor Annemarie betekent het een terugkeer naar haar oorspronkelijke vragen over de kunstzinnige therapie. De kunstzinnige therapie moet niet alleen in een intuïtieve vorm kunnen worden bedreven, maar er moet ook inzichtelijk gemaakt kunnen worden dat het werkt en hoe het werkt. Om dit te bereiken is het belangrijk om gegevens over de gegeven therapie te verzamelen, liefst op uniforme wijze. Niet omwille van pure documentatiewoede, op papier of digitaal, maar om aan het wetenschappelijk fundament van de therapie te werken, zodat er een bredere acceptatie kan komen. Hiermee versterkt de therapie haar bestaansrecht en kan het nog meer cliënten van dienst zijn.

Het gaat hierbij om wat ‘documentatietechnieken’ wordt genoemd: het door de therapeut zelf bijhouden van de therapieën, welke interventies er worden gedaan, wat de klachten zijn en hoe het verloop van de klachten is, zo nodig aangevuld met vragenlijsten die door patiënten ingevuld worden. Dit gebeurt heel verschillend op de diverse plekken. Het onderzoek van Annemarie bestaat uit het inventariseren van al deze vormen. Daartoe heeft ze de afgelopen twee maanden een online enquête afgenomen bij leden van de Nederlandse Vereniging voor Kunstzinnige Therapie (NVKT). In deze enquête moesten allerlei vragen worden beantwoord over wat therapeuten precies bijhouden gedurende het therapeutisch proces.

‘De komende weken zal ik interviews afnemen bij externe partijen, zoals verzekeraars en doorverwijzers, om in kaart te brengen welke eisen zij stellen aan de informatie over het therapeutisch proces. Tevens bestudeer ik de bestaande literatuur. De creatieve therapie bijvoorbeeld kent hetzelfde documentatieprobleem en mogelijk kan ik mijn voordeel doen met wat zij daar al gevonden hebben. Een lijst met voorlopige criteria voor de documentatiemethode staat gepland voor oktober. Een eerste compleet voorstel zou er eind dit jaar moeten zijn.’ Daarna volgt een ontwikkeltraject, waarbij het testen een belangrijke plaats inneemt. Gedurende drie jaar zal onderzocht worden hoe de praktijk bevalt. De bedoeling is er een promotietraject van te maken, mogelijk bij de Universiteit Leiden. Het onderzoek gaat niet in de eerste plaats om de inhoud van de kunstzinnige therapie, maar om een algemene methodologie van documenteren en monitoring. Men heeft aan universiteiten ervaring met het ontwerpen en testen van nieuwe methoden en systemen. Voor de antroposofische gezondheidszorg is dit een mogelijkheid haar algemene bruikbaarheid te tonen en zo aan haar acceptatie te werken.

s | Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg, Hogeschool Leiden, Postbus 382, 2300 AJ Leiden, T (071) 51 88 715, www.hsleiden.nl/lectoraten/antroposofische-gezondheidszorg,

Stichting Herfstcongres organiseert:

Herfstcongres 2011

Overbeweeglijke en apathische kinderen

Visie en behandeling in de verschillende therapieën op antroposofische grondslag en in de pedagogiek

25 & 26 november Geert Groote College in Amsterdam

Lezingen van **Christie Amons** (psycholoog), **Edmond Schoorel** (kinderarts) en **Peter Borm** (tandarts); twee rondes van workshops vanuit diverse therapeutische en pedagogische invalshoeken.

Doelgroep: artsen, verpleegkundigen, therapeuten, pedagogen & overige geïnteresseerden.

Kosten: € 95, studenten € 60. Accreditatie aangevraagd

Inlichtingen: Jelle van der Schuit 079-3211837

info@herfstcongres.nl **www.herfstcongres.nl**

< 1/3 advertentie ChristofoorL>

Centrum Sociale Gezondheidszorg

Toegankelijke brochures over gezondheid van lichaam, ziel en geest belicht vanuit de antroposofie

www.gezichtspunten.nl

T 0321 339 966 F 0321 339 774

mode en basics
van biokatoen
Demeterwol
hennep, zijde, linnen
biologische babyuitzet

Obilot Natuurtextiel

www.obilot.nl
0575 - 517091

sinds 1982 - Groenmarkt 1 - Zutphen

Heeft Stroom u in beweging gezet?
Word dan voor €19 per jaar abonnee van Stroom of lid van Antroposana voor € 25 (waarbij u Stroom gratis ontvangt)!

7 Redenen om lid te worden van Antroposana :

1. u ontvangt vier maal per jaar ons inspirerend **tijdschrift Stroom**, met actuele artikelen over de antroposofische gezondheidszorg;
2. u kunt gebruik maken van de **collectieve zorgverzekering** via de Antroposanapolis bij zorgverzekeraar De Amersfoortse. Deze polis geeft korting op de basisverzekering en biedt een ruime vergoeding voor antroposofische behandelingen en -geneesmiddelen;
3. als lid kunt u zich aanmelden voor het **E-Nieuws**, waarmee u op de hoogte blijft van actuele zaken rond de antroposofische gezondheidszorg. Daarnaast biedt Antroposana voor iedereen toegankelijke informatie op onze site en kunt u per e-mail en telefonisch informatie vragen over antroposofische gezondheidszorg;
4. u kunt gebruik maken van aantrekkelijke aanbiedingen met **ledenkorting**, zoals bij lezingen in afdelingen. Indien in uw omgeving een plaatselijke afdeling actief is, informeert deze u over afdelingsactiviteiten;
5. u draagt bij aan onderzoek, het behoud en de **verdere ontwikkeling** van antroposofische geneesmiddelen en –therapieën;
6. u steunt Antroposana, die namens ieder die kiest voor antroposofische gezondheidszorg een krachtige stem laat horen bij de landelijke en Europese **overheid** voor het recht op vrije keuze van behandeling. De macht van het getal speelt hierbij een grote rol;
7. u versterkt de onderhandelingspositie van Antroposana met **zorgaanbieders en zorgverzekeraars** voor een betere toegankelijkheid, beschikbaarheid en betaalbaarheid van de antroposofische gezondheidszorg.

Antroposana is de spreekbuis voor uw belangen in de antroposofische gezondheidszorg

lid abonnee

☐ * Ik word **lid van Antroposana** en steun daarmee de vereniging. Ik ontvang vier keer per jaar het tijdschrift Stroom. Ik betaal voor 1 januari 2012 €25 voor het lidmaatschap2012.

☐ *Ik word **abonnee van Stroom**, maar wil geen lid worden van Antroposana. Ik betaal voor 1 januari 2012 €19 voor het jaarabonnement 2012.

Als welkomstgeschenk ontvang ik graag:

☐ * **Weleda citruspakket**
of
☐ * €7 korting op het boek **Kinderspreekuur** van Wolfgang Goebel en Michaela Glöckler.
Een kortingsbon, in te leveren bij alle boekhandels in Nederland, krijg ik zsm thuisgestuurd.

Naam: _____

Adres: _____ Postcode en Woonplaats: _____

Tel: _____ E-mail: _____

Betaalwijze: ☐ * acceptgiro / ☐ * automatische incasso

Bankrekening voor automatische incasso: _____

Datum: _____ Handtekening: _____

Stuur de ingevulde bon naar: Antroposana, Stationsstraat 79G, 3811 MH Amersfoort.
Het eerstvolgende nummer van tijdschrift Stroom verschijnt in januari 2012.
Lidmaatschap en abonnement worden aangegaan voor de periode van een jaar en stilzwijgend verlengd ; opzegging schriftelijk vóór 25 december.
* Aankruisen wat van toepassing is.