

Veel gestelde vragen

Wat is homeopathie?

De klassieke homeopathie gaat er vanuit dat klachten worden veroorzaakt doordat je - door welke oorzaak dan ook - uit balans bent. Klachten kunnen een gevolg zijn van een gebeurtenis (bijvoorbeeld: hoofdpijn die aanhoudt nadat je al een tijd geleden een ongeluk hebt gehad) of omdat je emotioneel niet lekker in je vel zit (bijvoorbeeld: door zorgen, een periode te hard gewerkt hebben, een trauma lang geleden, of zelfs de manier waarop je bent grootgebracht), of ontstaan door een wisselwerking tussen jouw specifieke aanleg en omgevingsfactoren. Verkeerde leef- en eetgewoonten kunnen je natuurlijk ook uit balans brengen. Ik kijk hier ook altijd samen met jou naar.

Ik zoek een middel voor je uit dat bij gezonde mensen de klachten die jij hebt juist kan opwekken. Het principe van de homeopathie is dan ook: het gelijke met het gelijksoortige genezen (homoios = gelijksoortig en pathos = lijden). Doordat je het lichaam een prikkel geeft die gelijksoortig is aan de klachten die jij hebt, 'herkent' het lichaam het patroon en gaat het zichzelf genezen. Je zou dus kunnen zeggen dat homeopathie een geneeswijze is die is gebaseerd op het toedienen van informatie. Wie hierover meer wil lezen, bevel ik het boek 'Het Veld' aan van Lynn McTaggart. Hierin wordt uitgelegd wat de quantumfysica kan betekenen voor de geneeskunde van de toekomst.

Hoe werkt homeopathie?

Klassieke homeopathie is een aanzet tot zelfgenezing. Het lichaam kan zichzelf in principe van alle klachten genezen. Soms is deze zelfgenezende kracht geblokkeerd. Door het juiste homeopathische middel wordt deze blokkade opgeheven, waardoor de natuurlijke zelfherstellende kracht van het lichaam weer vrij kan komen.

Werkt homeopathie eigenlijk wel?

Homeopathie werkt alleen als het goed wordt toegepast. Dit betekent dat ik een uniek middel voor je uitzoek dat past bij jouw klacht en bij wie jij bent. Dit is de reden dat effectonderzoek bij homeopathie nogal eens teleurstellende resultaten laat zien. Dan wordt de werking van één middel onderzocht bij één specifieke klacht. Zo werkt homeopathie echter niet. Tien personen met oorontsteking kunnen bijvoorbeeld allemaal een ander klachtenpatroon hebben en natuurlijk hebben zij ook allemaal een andere emotionele reactie op de pijn en verschillen de oorzaken van de ontsteking. Voor iedere patiënt met oorontsteking kun je dus een ander homeopathisch middel nodig hebben.

Waar eindigt reguliere medicatie en begint homeopathie? (of omgekeerd)

Die twee gaan in principe goed samen. Je hoeft niet 'uitgedokterd' te zijn om aan homeopathische behandeling te kunnen beginnen. Homeopathische behandeling stimuleert de genezing van binnenuit, terwijl bij chronische ziekten de reguliere behandeling vooral is gericht op verlichten van symptomen. Acute ziekten zijn echter ook goed en snel te behandelen met homeopathie, net als psychische klachten. Ik

beoordeel natuurlijk altijd eerst of het verantwoord is een bepaalde klacht te behandelen of dat ik je terugverwijs naar huisarts of specialist.

Welke homeopathische oplossingen zijn er voor mijn klachten?

De klassieke homeopathie gaat er vanuit dat klachten worden veroorzaakt doordat je - door welke oorzaak dan ook - uit balans bent. Klachten kunnen een gevolg zijn van een gebeurtenis (bijvoorbeeld: hoofdpijn die aanhoudt nadat je al een tijd geleden een ongeluk hebt gehad) of omdat je emotioneel niet lekker in je vel zit (bijvoorbeeld: door zorgen, een periode te hard gewerkt hebben, een trauma lang geleden, of zelfs de manier waarop je bent grootgebracht) of ontstaan door een wisselwerking tussen jouw specifieke aanleg en omgevingsfactoren.. Verkeerde leef- en eetgewoonten kunnen je natuurlijk ook uit balans brengen. Ik kijk hier ook altijd samen met jou naar.

Wanneer mag ik het vooral niet gebruiken?

Voordat je bij mij in behandeling komt, beoordeel ik eerst of je klacht geschikt is voor klassieke homeopathie. Ik heb een gedegen medische basisopleiding gehad op HBO-niveau en kan de medische risico's veilig inschatten. Indien nodig zal ik je altijd terugverwijzen naar je huisarts of specialist.

Hoe lang moet ik het gebruiken?

Eén van de basiswetten in de homeopathie is de 'minimale dosering'. Uit ervaring en onderzoek is gebleken dat klachten sneller en met minder bijwerkingen genezen als de dosering zo klein mogelijk is. Dit betekent dat je bij chronische klachten in de meeste gevallen slechts twee korrels van mij krijgt voorgeschreven. Daarna wachten we een periode van minimaal één tot een aantal weken af om te zien hoe je hierop reageert. In deze periode vraag ik je contact met mij te houden, zodat indien nodig het middel nog een keer herhaald kan worden. Pas in het tweede consult maak ik een uitgebreide evaluatie, omdat de werking van het middel vaak een paar weken nodig heeft om tot volledige ontplooiing te komen. Bij acute klachten moet je het middel vaker innemen. Per klacht bekijken we samen hoe vaak het nodig is om een middel in jouw geval te herhalen.

Hoe kun je aan betrouwbare informatie komen over homeopathie?

De website van het Homeopathic Research Institute (<https://www.hri-research.org/>) biedt die informatie, maar ook de beroepsverenigingen NVKH en de patiëntenvereniging KVHN. Klassiek homeopaten die zijn aangesloten bij de NVKH vallen onder een klachten- en tuchtrechtregeling.

Hoe wetenschappelijk verantwoord zijn homeopathische middelen?

Er zijn een paar wetenschappelijke onderzoeken waaruit blijkt dat homeopathie een effect heeft dat groter is dan placebo-effect. In wetenschappelijke termen betekent dit dat het effect van homeopathie is bewezen.

Wil je meer informatie over wetenschappelijk onderzoek naar homeopathie, kijk dan op de website van het HRI <https://www.hri-research.org/>

Welke controle is er op homeopathische middelen?

Vanuit de Europese Unie is geregeld dat alle homeopathische middelen die vandaag verstrekt mogen worden, een bewezen werking hebben die is aangetoond door middel van casuïstiek. Het College ter Beoordeling van Geneesmiddelen (CBG) registreert sinds 2002 homeopathische geneesmiddelen en controleert deze op kwaliteit en veiligheid.

Hebben homeopathische producten bijwerkingen?

Klachten kunnen door het middel tijdelijk verslechteren. Dit is echter een goed teken: het middel slaat aan. De verslechtering duurt overigens meestal maar kort en komt bij acute klachten bijna nooit voor. Juist door de minimale dosering proberen we bijwerkingen zoveel mogelijk te beperken. De werking van homeopathische middelen is over het algemeen snel, mild en duurzaam. Een algemene vuistregel is dat voor genezing van een klacht een maand nodig is voor elk jaar dat een klacht bestaat.

Wat is het voordeel van homeopathische middelen?

Het is een geneeswijze die van binnenuit je genezing stimuleert. Je immuunsysteem wordt er dus sterker van en je komt zelf in een beter evenwicht.

Zijn homeopathische middelen duurder dan gewone medicijnen?

Eén van de voordelen van homeopathische middelen is dat ze bijna niets kosten. Om deze reden worden ze ook veel gebruikt in ontwikkelingslanden. Bovendien zijn homeopathische middelen niet getest op dieren.

Worden homeopathische consulten vergoed door mijn zorgverzekeraar?

Iedere zorgverzekering vergoedt de consulten van een klassiek homeopaat die is aangesloten bij een erkende beroepsvereniging. De hoogte van de vergoeding varieert per aanvullende polis. De vergoeding van homeopathische consulten gaat niet ten koste van je eigen risico. Let bij het kiezen van een polis goed op de hoogte van de vergoeding en een eventueel maximum per consult. Dit kan per verzekering nogal verschillen.

Wat zijn de kosten, verzendkosten en levertijd?

De kosten staan vermeld op de website. Na het consult zal ik altijd binnen 5 werkdagen het middel voor je uitzoeken, zodat je er snel mee kunt beginnen.

Kan ik het ook terugsturen als het niet helpt?

In sommige gevallen moet wat langer gezocht worden voordat het passende middel gevonden is. Dit kan een aantal oorzaken hebben, zoals: de cliënt is heel gesloten of heeft moeite om goed te vertellen wat er aan de hand is of de klachten wijzen niet eenduidig naar een bepaald middel. In alle gevallen doe ik er alles aan om samen met jou op zoek te gaan naar dié informatie die naar het juiste middel leidt.

Hoe neem ik het in?

Er zijn een aantal manieren waarop je het middel kunt innemen. Je hoort van mij welke manier voor jou het meest geschikt is. Dit kan variëren van een korrel onder de tong, oplossen in water, tot een reukdosis.

Is homeopathie ook iets voor mij?

Klassieke homeopathie is geschikt voor iedereen: baby's, kinderen, volwassenen en zelfs dieren. Het is geschikt voor iedereen die vanuit innerlijke balans gezond wil worden.

Wat is het verschil tussen 'gewone' medicijnen en homeopathische medicijnen?

'Gewone' medicijnen werken in de meeste gevallen als een symptoombestrijder. Homeopathische middelen geven het totale lichaam, inclusief je geest, een aanzet tot zelfgenezing. Je geneest je klachten dus van binnenuit.

Zijn homeopathische medicijnen beter voor je lichaam?

Homeopathische middelen laten niets achter in je lichaam, ze stimuleren je lichaam (inclusief je geest) om zichzelf te genezen. Homeopathische middelen zijn niet chemisch van aard en laten geen residu achter in je lichaam. Je lichaam wordt dus niet extra belast.

Kan ik helemaal stoppen met gewone medicijnen te gebruiken of is homeopathie daar aan aanvulling op?

Als je klachten genezen, kun je in overleg met je arts stoppen met je gewone medicijnen. Als het niet mogelijk is om te stoppen met je medicijnen, kan homeopathie hier een goede aanvulling op zijn. Bijvoorbeeld om ervoor te zorgen dat je minder last hebt van bepaalde bijwerkingen van je gewone medicatie. Of door ervoor te zorgen dat klachten die je nog steeds hebt ondanks je gewone medicatie verminderen.

Hoe weet ik dat het geen oplichterij is?

Ik heb een gedegen zesjarige opleiding in de klassieke homeopathie genoten op hbo-niveau. Om mijn kwaliteit te waarborgen ben ik aangesloten bij de beroepsvereniging NVKH en de koepelvereniging RBCZ en val ik onder een klachten- en tuchtrechtregeling. De NVKH is aangesloten bij de Europese vereniging ECCH en de RBCZ. Er zijn een paar gedegen wetenschappelijke onderzoeken waaruit blijkt dat homeopathie een effect heeft dat groter is dan placebo-effect. In wetenschappelijke termen betekent dit dat het effect van homeopathie is bewezen. Kijk voor meer informatie op de website van het Homeopathic Research Institute (<https://www.hri-research.org/>) of kijk op de website van de NVKH of de KVHN.

Kan met homeopathie astma genezen worden?

In principe wel, maar genezing is natuurlijk niet per individu te garanderen. Ik heb veel cliënten met deze klacht goed kunnen helpen, zodat hun klachten genezen. Uit mijn ervaring blijkt dat astma vaak een gevolg kan zijn van onderdrukt eczeem uit de kindertijd.

Ik geloof niet dat homeopathie mijn ziekte kan genezen. Heeft het toch zin om bij je langs te komen?

Als je gemotiveerd bent om van binnenuit te genezen ben je altijd van harte welkom. Het is niet nodig om in homeopathie te 'gelooven', maar het is natuurlijk wel belangrijk dat je gelooft in het zelfherstellend vermogen van je lichaam en jezelf en mij als homeopaat in dit proces serieus neemt.

Heeft homeopathie een 'religieuze' component?

Homeopathie staat los van elke religie, maar gaat er wel mee samen. De kern is dat je weer in balans komt met jezelf, dus ook met datgene waarin je gelooft.

Heeft homeopathie gevolgen voor je eetpatroon?

Homeopathische middelen kunnen worden verstoord door koffie, menthol en pepermunt. Zeker in het begin van de behandeling kan het daardoor raadzaam zijn deze producten niet te gebruiken. Als jouw klachten mede worden veroorzaakt door verkeerde eet-, drink- en leefgewoonten, zal ik dit met je bespreken. Je blijft natuurlijk altijd zelf verantwoordelijk of je hierin veranderingen wilt aanbrengen. Het kan natuurlijk zo zijn dat als je dit niet wilt, het homeopathisch middel je zelfherstellend vermogen niet goed in gang kan zetten. Diëten werken in principe nooit! Een gezond leefpatroon is veel belangrijker.

Is het wijs om met je huisarts te spreken over jouw uitstapje naar de homeopathie?

Het is altijd goed om open te zijn over je eigen keuzes. Je bepaalt immers zelf hoe je met je lichaam wilt omgaan.

Kun je bij een gewone apotheek homeopathische geneesmiddelen bestellen?

Homeopathische middelen zijn bij iedere gewone apotheek te bestellen, maar je kunt ook terecht bij een homeopathische apotheek (bijvoorbeeld de Hahnemann Apotheek) of bij de reformzaak.

Waar bestaan de homeopathische middelen uit?

Homeopathische middelen worden gemaakt van mineralen, planten, dieren en ziekteproducten (de nosoden). In het middel zijn echter de moleculen van de oorspronkelijke stof niet meer aanwezig. Wél is aangetoond dat nanodeeltjes aanwezig zijn en dat het middel een kleine elektrische lading bevat. Door het proces van verdunnen en schudden (potentiëren) worden de helende eigenschappen van de oerstof versterkt. Het verwerken van de oerstof tot homeopathisch middel geschiedt volgens vaste richtlijnen uit het Homöopathisches Arzneibuch (HAB).

Bestaat er zoiets als een groep ervaringsdeskundigen bij wie ik eerst advies kan inwinnen of ik wel echt naar een homeopaat wil?

De patiëntenvereniging KVHN (Koninklijke Vereniging Homeopathie Nederland) kan antwoord geven op je vragen. Ook veel andere 'gewone' patiëntenverenigingen hebben ervaring met homeopathie.

Waarom is er relatief weinig bekend over homeopathie en kindergeneeskunde en dan vooral op de sociaal-emotionele aspecten van de kindergeneeskunde?

Homeopathie is een relatief jong vakgebied en moet zich qua presentatie van kennis nog gaan organiseren. Bovendien staat er natuurlijk ook geen machtige farmaceutische industrie achter. Juist bij kinderen werkt homeopathie meestal heel snel, ook op het sociaal-emotionele gebied.

Kun je ook homeopathisch bevallen en wat moet ik daarvoor allemaal weten of aanschaffen?

Veel verloskundigen hebben een opleiding gevolgd om homeopathische middelen te kunnen gebruiken tijdens de zwangerschap en de bevalling. Informeer bij jouw verloskundige of hij/zij dit doet. Natuurlijk kun je ook mij vragen je te begeleiden tijdens uw zwangerschap of bevalling. Ik heb een uitgebreide cursus gevolgd om homeopathie in te kunnen zetten tijdens zowel de voorbereiding op de zwangerschap, de zwangerschap zelf, de bevalling en het herstel daarna. Tot mijn grote blijdschap kan ik zeggen dat er middels mijn homeopathische behandeling al diverse vrouwen zwanger zijn geworden en zijn bevallen van een gezonde baby, die van hun arts te horen hadden gekregen dat zij niet op de natuurlijke manier zwanger zouden kunnen worden. Het verloop van de bevalling is met homeopathische begeleiding niet anders. U hoeft er geen spullen voor aan te schaffen of er specifieke dingen voor te weten. Voorbeelden van situaties die goed kunnen worden geholpen met homeopathie en waar ik ook ervaring mee heb, zijn: achterblijvende placenta, weeën die stoppen, op gang brengen van de ontsluiting, enz.