

Fit met Voeding

Het allereerste leefstijl magazine, sinds 1993

'ziek'
of
'gezond'?

Vitamine D?

Dan ook magnesium en K2

'Knutselvoedsel'

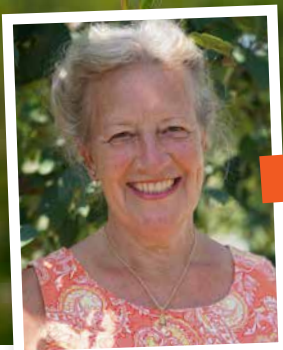
4 uitwassen

Oorsuizen

en voeding

Bosui, pijpajuin of
'schalulleke'

Levende
Kloostertuinen



Het interview

Gio Meijer

Arts voor homeopathie

‘Bij veel patiënten heb ik wonderen zien gebeuren’

GIO MEIJER
ARTS VOOR HOMEOPATHIE

Geboortedatum?

'17 juli 1958.'

Wat is het hoogste lichaamsgewicht dat je ooit hebt gehad?

'Tijdens de zwangerschap van mijn dochter ben ik 12 kg aangekomen. Ik woog toen 74 kg. Vier dagen na de bevalling was ik terug op 62 kg, het toen voor mij gebruikelijke gewicht. Zonder dat ik er iets voor had gedaan.'

Wat is je beroep?

'Ik ben arts voor integrale geneeskunde met als specialisatie homeopathie.'

Hoe ben je dat geworden?

'Toen ik geneeskunde studeerde, liep ik mijn coschappen in een kinderziekenhuis. Daar zag ik veel kinderen met eczeem en astma. Ik ontdekte dat die twee symptomen elkaar vaak afwisselden en dat we deze kinderen niet écht konden helpen met onze kennis en kunde. Juist in die periode hoorde ik over homeopathie. Dat sprak me aan. Terwijl ik nog bezig was met geneeskunde, begon ik al met de studie homeopathie. Zo werd ik arts voor homeopathie. Toen de *Academy for Integrative Medicine* werd opgericht, het instituut dat in Nederland opleidingen verzorgt op het gebied van integrale geneeskunde, heb ik de opleiding tot integraal arts gevolgd.'

Hoe heb je je hart verloren aan de homeopathie?

'Tijdens de driejarige homeopathie-opleiding werd uitgelegd dat symptomen, en dus ook pijn, uitingen zijn van een verstoring in de natuurlijke gezondheid. Toen we aankwamen bij menstruatiespijnen, raakte me dat persoonlijk. Ik had iedere maand last van heftige pijn. Omdat homeopathie uitgaat van de hele mens, zijn er vele wegen die leiden tot de oorzaak van een verstoring van balans. Daarom zijn er veel verschillende middelen die ingezet kunnen worden voor een fysieke klacht. Ook bij menstruatiespijn is dat zo. Toen ik het eerste middel nam, kreeg ik vreselijke pijn. Ik dacht toen "zie je wel, het is een mooie theorie, maar het kán niet werken". Na het tweede middel heb ik nooit meer menstruatiespijn gehad. Zo ben ik geïnteresseerd geraakt in de homeopathie.

Met de werkervaring in mijn praktijk is mijn geloof in de homeopathie alleen maar groter geworden. Als de natuurlijke levenskracht niet stroomt, heeft homeopathie veel te bieden. Wij behandelen de hele mens, niet alleen de klacht. Ik luister daarom zorgvuldig naar al-

les wat mensen vertellen. Dat geeft me een beeld van de mens in verhouding tot haar/zijn hulpvraag. Het eerste gesprek duurt 90 minuten, de volgende tussen 45 en 60 minuten. Die gespreksduur geeft ruimte voor diepgang. Zo kom ik heel precies te weten hoe een patiënt functioneert en hoe zij/hij reageert op een middel dat ik heb gegeven. Bij veel patiënten heb ik wonderen zien gebeuren. De ervaring heeft me echt geleerd wat er allemaal kan dankzij homeopathie.'

Heb je altijd als homeopathisch arts gewerkt?

'Nee, zeker niet. Ik heb als student- en kandidaats-assistent in het AMC gewerkt. En toen ik op een mooie donderdag mijn bul kreeg, draaide ik op vrijdag mijn eerste dienst op de intensive care neonatologie in het AMC. Dat heb ik enige jaren fulltime gedaan. Later ben ik minder in het ziekenhuis gaan werken. De ene week was ik in het ziekenhuis, de andere week in de praktijk. Toen mijn dochter 1 jaar was, ben ik volledig in de praktijk gaan werken als arts voor homeopathie.'

Je bent ook actief naast de praktijk. Wil je wat vertellen over die werkzaamheden?

'Vanaf het eerste begin heb ik vier dagen in de praktijk gewerkt en de vijfde dag deed ik vrijwillig andere dingen voor de promotie van de homeopathie. Eerst in de wetenschappelijke commissie van de artsenvereniging. Steeds zoeken naar wegen om gehoord te worden, later bij de patiëntenvereniging. Aan het eind

'Nooit meer menstruatiespijn'

van de 20e en in het begin van de 21e eeuw is een aantal studies uitgevoerd naar de resultaten van homeopathie. Deze onderzoeken verliepen volledig volgens de eisen die aan wetenschappelijk onderzoek worden gesteld. De uitkomsten waren zeer positief. Ik was ervan overtuigd dat als iedereen alles zou weten over de onderzoeksresultaten, het gedachtengoed van de homeopathie als vanzelfsprekend geaccepteerd zou worden. Toen er echter, na vijf positieve, één negatieve studie verscheen, werd de gehele homeopathie weer in twijfel getrokken. In 2008 organiseerde ik daarom een congres in de Domus Medica, het gebouw

van de KNMG. Er waren onder anderen vertegenwoordigers van de Nederlandse organisatie voor gezondheidsonderzoek en zorginnovatie ZonMw, van het College voor Zorgverzekeringen en van de KNMG zelf, de Koninklijke Nederlandsche Maatschappij ter Bevordering der Geneeskunst. We boden alle wetenschappelijke informatie die aantoonde dat homeopathie werkt. De aanwezigen toonden interesse en waren positief, maar er veranderde niets.’

Je zet je ook in voor de AVIG?

‘De Artsen Vereniging Integrale Geneeskunde (AVIG), de vereniging van en voor artsen en tandartsen die zich inzet voor de ontwikkeling en erkenning van integrale geneeskunde, is opgericht in 2011. Dat was een belangrijk moment in de ontwikkeling van de integrale geneeskunde. De AVIG was de eerste vereniging waar regulier opgeleide artsen die ook andere vormen van geneeskunde bestuderen, samenkomen. Vanaf het begin ben ik betrokken bij de vereniging, nu als voorzitter van de pr-commissie. Bovendien heb ik mede de Stichting VHAN opgericht, een goede doelen stichting met ANBI-status ter bevordering van de homeopathie. De Stichting VHAN promoot de homeopathie, onderhoudt de homeopathische bibliotheek en ze bevordert wetenschappelijk onderzoek. We hebben een netwerk opgezet met alle organisaties op het gebied van de homeopathie, Samen voor Homeopathie. Het is een groot verlangen om een onderzoekslijn op te zetten aan de universiteit. Er is zoveel kennis waar nu beperkt gebruik van wordt gemaakt. Dat zou juist nu ook met de ontwikkelingen rondom Covid-19 van groot belang kunnen zijn voor de volksgezondheid. We zijn aan het bouwen en hopen financieringsstromen te vinden die dat mogelijk maken.’

Hoe zie jij de plaats van integrale geneeskunde in de gezondheidszorg?

‘Voor mij staan reguliere en complementaire gezondheidszorg naast elkaar en maken zij beide, gelijkwaardig, deel uit van integrale geneeskunde. De reguliere zorg richt zich op het bestrijden van ziekten, de complementaire op het voorkomen ervan door gezondheid te bevorderen. Toen ik net klaar was met mijn studies, las ik het boek *Lessen van wonderbaarlijke patiënten* van dr. B. Siegel, oncologisch chirurg. In die tijd ging je dood als je kanker had, een andere mogelijkheid was er niet. Genezing leek niet mogelijk. Dr. Siegel liet echter zien dat genezing wel mogelijk is. Hij schetste onder andere gevallen van mensen die te maken hadden gehad met een groot verlies in hun

leven, en binnen twee jaar kanker ontwikkelden. Zijn gedachten hebben mij enorm geïnspireerd. Het liet me zien dat je een patiënt die kanker heeft, (ook) moet behandelen/ondersteunen op emotioneel niveau, hier dus voor verdriet. De homeopathie kent hiervoor wel honderd verschillende middelen. Dat biedt dus veel mogelijkheden om mensen te ondersteunen bij het verwerken van verdriet of andere emoties. Onze flexibiliteit hoe om te gaan met de dingen die ons in het leven overkomen, kan worden vergroot door homeopathie. Ons bewustzijn speelt hierbij een grote rol.’

Heeft dit ook invloed op jouw levenshouding?

‘Ja, zeker! Hoe bewuster en zuiverder ik ben, hoe beter ik de ander kan spiegelen en de voorwaarden kan scheppen waarin iemand zichzelf kan genezen. Dat is misschien belangrijk om te benoemen: iemand geneest zichzelf, als arts ondersteun je jouw patiënten slechts. ’s Avonds ben ik soms fysiek moe, maar nooit geestelijk. Ik word nog altijd blij van mijn werk.’

Is er in de afgelopen jaren veel veranderd in de homeopathie?

‘De computer heeft ook voor ons veel veranderd. Vroeger moesten we ongelooflijk veel parate kennis hebben. Nu zit alles in de computer. Daardoor kunnen we snel zoeken en worden sneller verbanden gelegd. Door de internationale samenwerking en uitwisseling hebben we vele malen sneller dan vroeger inzicht in wat speelt bij mensen. Daardoor kunnen we ons ook een beter beeld vormen van de breuk of stagnatie in hun ontwikkeling. Alles bij elkaar stelt de computer ons in de gelegenheid om sneller te bepalen met welk middel, of met welke middelen, we iemand het beste kunnen helpen. Daarnaast geven fysieke klachten ons veel informatie over de persoonlijkheid van een patiënt. Een voorbeeld. Patiënten met klachten aan de rechterschouder zijn vaak mensen die te veel hun best doen, “ergens hun schouders onder zetten”. Meestal daadkrachtig en sterk, het type “niet zeuren maar doorgaan”, mensen met een ijzeren wil. Er zijn talloze voorbeelden als deze. Fysieke klachten geven veel informatie over iemands persoonlijkheid.’

Ben je ook nog op andere gebieden actief?

‘Ik ben ook betrokken bij het Artsen Covid Collectief (ACC). De wijze waarop Evelien Peeters, internist-infectioloog bij het UMCU, haar brandbrief schreef, sprak me direct erg aan. Het ACC wil in het midden blijven en op basis van wetenschappelijke feiten gehoord worden, in dialoog.’



Info: www.aiga.nl, www.homeopathie.nl

Hoe ben je in je praktijk omgegaan met coronapatiënten?

'Ik heb de hele periode doorgewerkt, met homeopathie behandel je - als elke arts - mensen met klachten. Nu helpen we ook mensen met klachten na vaccinatie. We hebben al heel lang een protocol voor het ontstoren van eventuele klachten na vaccinaties. Ook al zijn de vaccins tegen Covid-19 anders, patiënten reageren wel goed op de ontstoring. Ook hebben we ervaring met patiënten met Long Covid. Hierover is onlangs ook een congres geweest waar ervaringen zijn gedeeld. Deze laten zien dat ook homeopathische middelen in staat zijn om patiënten hun vitaliteit terug te geven. Corona is lastiger dan een gewone griep maar de homeopathie heeft best wel ervaring met chronische klachten na een virale ziekte.'

Gebruik je zelf voedingssupplementen?

'Ik slik seleniummethionine omdat selenium onvoldoende aanwezig is in onze bodem en dus in onze voeding. Selenium vermindert de kans op hart- en vaatziekten enorm. En 's winters slik ik extra vitamine D en als ik het nodig heb extra vitamine C en magnesium en zink.'

Wat zou je doen als je morgen minister van VWS werd?

'Allereerst zou ik de huidige ziektezorg veranderen in gezondheidszorg. Gezondheid begint bij het ongebooren kind en in feite al voor de conceptie. Ik zou zorgen voor de juiste informatie en middelen voor alle mensen om zelf aan hun gezondheid te werken. Uiteraard is het voor iedereen, en zeker voor BV Nederland, beter om ziekte te voorkomen. Daarbij moeten regulier en complementair samenwerken: best of both worlds. We zien momenteel dat het aantal gezonde levensjaren vermindert. Leefstijladviezen, met gezonde voeding en supplementen, zouden daarop een positieve invloed hebben.

En het tweede dat ik zou doen, is hier laten zien wat

de ervaringen zijn in andere landen: volledige vergoeding van complementaire behandelmethoden vanuit de basisverzekering zodat ze voor iedereen toegankelijk zijn. In het begin is dat zeker duurder, maar dat gaat zich snel terugverdienen. In Zwitserland zit homeopathie in de basisverzekering en ook in Portugal zijn de belangrijkste complementaire behandelmethoden officieel erkend.

Nu wordt aan ziekte of zelfs dreigende ziekte enorm verdiend, dat zou moeten veranderen. Ook de prijsstelling bijvoorbeeld van gezonde voeding is niet juist.

'Ik word nog altijd blij van mijn werk'

Een biologische appel is duur voor de consument. Dat zou anders moeten, want een 'gewone' appel is goedkoop in de winkel maar duur voor de aarde en BV Nederland omdat ze het milieu belast. Dus gezonde voeding en leefstijl moet juist beloond en gestimuleerd worden.

Ik zou graag willen dat alle artsen op de hoogte zijn van de mogelijkheden van homeopathie en mensen goed door kunnen verwijzen. In het begin had ik het over mijn eigen menstruatiepijn die als sneeuw voor de zon verdween door eenmaal één korrel van het juiste middel. Je kunt het je nauwelijks voorstellen. Er zijn nu veel jonge meisjes die al vroeg de pil slikken, met onder andere overgewicht, somberheid, libidoverlies en hoofdpijnen tot gevolg, omdat ze dezelfde klachten hebben als ik toen. Hoe mooi zou het zijn als we hen zouden kunnen helpen met homeopathische middelen, zonder enige bijwerking!'

Heb je nog een advies voor de lezers?

'Mijn advies is geïnspireerd op de bewustzijnsschaal van dr. Hawkins uit zijn boek *Power vs. Force*. Zijn bewustzijnsschaal laat zien dat gevoelens van schuld en schaamte ons bewustzijn verminderen en het immuunsysteem verzwakken. Gevoelens van liefde, geluk en vrede vergroten het bewustzijn en onze natuurlijke immuniteit juist. Op het midden van deze schaal staan gevoelens van moed. Moed is het kantelpunt. Ik zou lezers willen adviseren om met gepast vertrouwen moedig te zijn in deze tijd. Dat is goed voor je gezondheid!'